Estrategia Pedagógica Para El Desarrollo De La Inteligencia Emocional En Los Estudiantes De Grado Transición Del Colegio San José De Cúcuta

María Fernanda Castillo Vargas

Osmany Madelein García Suarez

Universidad De Pamplona
Facultad De Educación
Licenciatura En Educación Infantil
Tutor: Olga Lorena González

San José De Cúcuta, Colombia

2024

Estrategia Pedagógica Para El Desarrollo De La Inteligencia Emocional En Los Estudiantes De Grado Transición Del Colegio San José De Cúcuta

María Fernanda Castillo Vargas

Osmany Madelein García Suarez

Tutor:
Olga Lorena González Maldonado
Magíster En Educación

Trabajo De Grado Para Optar Por El Título De Licenciadas en Educación Infantil

Universidad De Pamplona

San José De Cúcuta, Colombia

2024

Resumen

El presente proyecto de investigación tuvo como objetivo implementar una estrategia pedagógica para el desarrollo de la inteligencia emocional en estudiantes del grado transición del Colegio San José de Cúcuta, mediante una propuesta didáctica diseñada específicamente para promover habilidades socioemocionales en esta etapa de desarrollo. Para lograrlo, la propuesta se fundamentó en los aportes teóricos de Daniel Goleman y su modelo de competencias emocionales, el cual incluye la autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales. Además, se tuvieron en cuenta otros autores relevantes en el ámbito de la inteligencia emocional en la primera infancia, como Rimm-Kaufman y CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning) , quienes aportan perspectivas clave para el trabajo en esta área. Por otro lado, fue posible el diseño de una propuesta pedagógica denominada “Conectando con mis emociones de una forma divertida”, la cual incluye actividades como la respiración del caracol, el cuento del "Monstruo de Colores", la pintura y emociones, y la feria de las emociones. Estas actividades permiten, en conjunto, que los estudiantes identifiquen y gestionen sus emociones de manera adecuada en un entorno lúdico y colaborativo. En cuanto a la metodología, la investigación se desarrolló con un enfoque cualitativo y un método de investigación-acción, en el cual se utilizaron la observación y el diario de campo como técnica e instrumento de recolección de información, respectivamente. Los informantes clave de este estudio fueron 26 estudiantes de grado transición, identificados previamente con indicadores como: dificultad para expresar emociones de manera adecuada y reacciones impulsivas ante frustraciones del Colegio San José de Cúcuta.

En conclusión, los resultados evidenciaron la importancia de desarrollar la inteligencia emocional en los niños de transición, pues se observaron mejoras en su capacidad para reconocer, expresar y gestionar emociones. Esto respalda tanto la efectividad de la intervención como la

viabilidad de incluir estrategias de educación emocional desde los primeros años escolares, con el fin de fomentar un aprendizaje integral y sostenible.

Palabras clave: Inteligencia emocional, educación emocional, grado transición, Daniel Goleman, aprendizaje socioemocional.

Abstract

The objective of this research project was to implement a pedagogical strategy for the development of emotional intelligence in students of the transition degree of the San José de Cúcuta School, through a didactic proposal designed specifically to promote socio-emotional skills in this stage of development. To achieve this, the proposal was based on the theoretical contributions of Daniel Goleman and his model of emotional competencies, which includes self-awareness, self-regulation, motivation, empathy and social skills. On the other hand, it was possible to design a pedagogical proposal called "Connecting with my emotions in a fun way", which includes activities such as snail breathing, the story of the "Color Monster", painting and emotions, and the emotions fair. These activities together allow students to identify and manage their emotions appropriately in a playful and collaborative environment. Regarding the methodology, the research was developed with a qualitative approach and an action-research method, in which observation and field diary were used as a technique and instrument for collecting information, respectively. The key informants of this study were the transition grade students of the Colegio San José de Cúcuta.

In conclusion, the results showed the importance of developing emotional intelligence in transition grade children, since improvements were observed in their ability to recognize, express and manage emotions. This supports both the effectiveness of the intervention and the viability of including emotional education strategies from the first years of school, in order to promote comprehensive and sustainable learning.

Keywords: emotional intelligence, emotional education, transition grade, Daniel Goleman, socio-emotional learning

Tabla de contenido

Introducción 11
Capítulo I 12
Planteamiento Del Problema 12
Formulación Del Problema 15
Objetivos 16
Objetivo General 16
Objetivos Específicos 16
Justificación 16
Capítulo II 20
Marco Teórico 20
Antecedentes 21
Nacionales 23
Regional 25
Locales 26
Bases Teóricas 28
La Inteligencia Emocional Desde El Enfoque De David Goleman 30
Las Actividades Rectoras En La Educación Inicial 38
Marco Conceptual 45
Marco Legal 48
Categorías iniciales 50
Propuesta Pedagógica 51
Presentación 52
Fundamentación Teórica De La Propuesta 53
Actividades De Desarrollo 55
Capítulo III 72
Marco Metodológico 72
Enfoque Epistemológico 72
Método De Investigación 73
Escenario De Investigación 74
Informantes Clave 75
Técnicas E Instrumentos Para La Recolección De La Información 75
Técnica: Observación 76
Instrumentos: Diario De Campo 76
Procedimiento De Análisis De Los Datos 76

Cronograma De Actividades **77**
Capítulo IV 79
Análisis Y Discusión De Los Datos 79
Inteligencia Emocional 81
Actividades rectoras 85
Capítulo VI. 96
Conclusiones 96
Referencias Bibliográficas 123

Índice de Tablas

Tabla 1: *Sistema de categorización*.....44

Tabla 2: *Plan de acción de la propuesta "Conectando con mis emociones de una forma divertida"*……49

Tabla 3: *Cronograma de implementación del proyecto de investigación*..... 69

Tabla 4: *Análisis Diario de campo 1*.....77

Tabla 5: *Análisis Diario de campo 2*..... .79

Tabla 6: *Análisis de Diario de campo 3*.....79

Tabla 7: *Análisis de Diario de campo 4*.....80

Tabla 8: *Análisis de Diario de campo 5*.....81

Tabla 9: *Análisis de Diario de campo 6*.....82

Índice de Figuras

Figura 1: *Modelo de aprendizaje socioemocional* CASEL (2020) 16

Figura 2: *Inteligencia emocional desde el enfoque de Daniel Goleman*..... 72

Figura 3: *Actividades rectoras*..... 75

Índice de Anexos

Anexo a: *Colorea el Monstruo de las emociones*.....87

Anexo b: *Monstruo de la tristeza*.....88

Anexo c: Sistematización diario de campo 1 ¡*Respiración del caracol*!.....89

Anexo d: Sistematización diario de campo 2 *El monstruo de colores*.....91

Anexo e: Sistematización diario de campo 3 *Pintura y emociones*.....94

Ane9xo f: Sistematización diario de campo 4 *Feria de emociones*.....96

Anexo g: Sistematización diario de campo 5 *Collar del monstruo de colores*.....99

Anexo h: Sistematización diario de campo 6 *Rincón de las emociones*.....101

Introducción

La investigación que se plantea en el presente documento tuvo como propósito principal implementar una estrategia pedagógica para el desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes del grado de transición del Colegio San José de Cúcuta. Se abordó, desde la comprensión de la importancia que tiene en la primera infancia, el desarrollo de habilidades socioemocionales esenciales, como la autoconciencia, la autorregulación, la empatía, la motivación y las habilidades sociales, que son clave para una interacción saludable con el entorno y el aprendizaje en esta etapa.

De acuerdo con lo anterior, la investigación se estructuró en los siguientes capítulos:

En el capítulo I se establece el problema, donde se presenta la situación actual de los estudiantes, y se formula la pregunta de investigación que orienta las acciones para abordar dicho problema. Se organizaron los objetivos a alcanzar, se justificó la viabilidad de realizar una investigación para mejorar el desarrollo de la inteligencia emocional en este grupo, y se delimitaron los aspectos teóricos, espaciales y temporales vinculados con el objeto de estudio. Este capítulo detalla lo que ocurriría inicialmente con el desarrollo emocional de los estudiantes de transición en el Colegio San José de Cúcuta.

En el capítulo II se presenta el marco teórico, el cual incluye fundamentos sobre la inteligencia emocional en la educación inicial, siguiendo el modelo de Goleman (1995). Además, se realizó una revisión bibliográfica que abarca investigaciones previas en el ámbito internacional, nacional y regional, las cuales aportaron una base teórica sólida para esta investigación. También se abordan las normativas legales que respaldan el trabajo de inteligencia emocional en la educación, y finalmente se estructura el diseño de la propuesta pedagógica, titulada “Conectando con mis emociones de una forma divertida”.

En el capítulo III se expone el marco metodológico, en el cual se describe el enfoque cualitativo y el método de investigación-acción adoptada, junto con los informantes clave, el escenario de investigación, las técnicas e instrumentos de recolección de información, el procedimiento de análisis de los datos y el cronograma de ejecución de la propuesta.

En el capítulo IV se estructuran los resultados obtenidos durante el proceso de ejecución de la investigación, con su respectivo análisis e interpretación, a partir de los cuales se destacan los principales hallazgos sobre la efectividad de la estrategia pedagógica implementada para el desarrollo de la inteligencia emocional. En los estudiantes de transición del Colegio San José de Cúcuta.

Finalmente, en el capítulo V, se presentan las conclusiones derivadas del análisis de los resultados. Estas conclusiones permitieron comprender la importancia de implementar estrategias educativas que contribuyan al fortalecimiento de la inteligencia emocional en la primera infancia, favoreciendo tanto el bienestar socioemocional como el desarrollo integral de los niños. Es importante resaltar que la propuesta diseñada e implementada cumplió en gran medida las expectativas, pues se observó un interés positivo y constante por parte de los estudiantes hacia la metodología empleada en las actividades propuestas.

Capítulo I

Planteamiento Del Problema

Desde hace algún tiempo, a nivel mundial se viene observando en las aulas una creciente preocupación por el estado emocional de los estudiantes, debido a que muchos de estos experimentan estrés académico, bullying y padres poco presentes en las actividades realizadas por las instituciones, lo que puede generar emociones negativas donde se ve afectado el

aprendizaje, desarrollo y desgaste emocional de los mismos. Es importante comprender las emociones de los estudiantes para poder desarrollar estrategias creando un ambiente de aprendizaje más positivo y equitativo que incluya conocimientos y habilidades (Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning -CASEL-, 2020); de aquí que en las instituciones se ha venido trabajando el desarrollo de las emociones en los estudiantes más pequeños para que se reconozcan a sí mismos, puedan comprenderse y regularlas.

Por otro lado, la falta de educación sobre las emociones ha conllevado a que los estudiantes se sientan reprimidos y no puedan expresar de manera clara y concisa sus sentimientos, haciendo que no logren identificar lo que les sucede, exteriorizando de forma negativa esas emociones y llevándolos a sentirse tristes sin razón alguna.

Contextualizando lo anterior, en Colombia la falta de inteligencia emocional en los estudiantes es un problema que ha enfocado la atención de diferentes autores y se han generado proyectos en torno a este tema, como se plantea en el programa "Emociones para la Vida" del Ministerio de educación Nacional el cual sostiene que "la inteligencia emocional es la capacidad de reconocer y comprender nuestras propias emociones y las de los demás, y utilizar esta conciencia para guiar nuestro pensamiento y comportamiento" (Colombia Aprende, 2020) y a partir de su implementación busca fortalecer competencias socioemocionales en los niños y niñas de básica primaria.

Del mismo modo, la necesidad de una formación integral que desarrolle la educación socioemocional ha suscitado el interés por parte del Estado Colombiano, reflejado en la reciente Ley 2383 de 2024 que tiene por objetivo la “promoción de la educación socioemocional de los niños, niñas y adolescentes en las instituciones educativas de preescolar, primaria, básica y media”, Ley que nace del reconocimiento de las habilidades necesarias para las relaciones

interpersonales del ser humano como son la empatía, la resolución de conflictos, la autorregulación emocional y la toma de decisiones para el bienestar individual y común.

Por su parte, en un contexto más local, se encontró que en la institución educativa colegio San José de Cúcuta esta problemática es latente en su población estudiantil, siendo motivo de preocupación para los agentes educativos que participan en el proceso formativo de los niños de grado transición. Este problema se manifiesta en diversas formas, incluyendo agresiones físicas que van desde empujones, golpes, mordiscos, escupir a los compañeros, agresiones verbales como insultos, amenazas y gritos, comportamientos desafiantes, estados de rabietas e incluso con actitudes irritables, desafiantes u opositoras.

Los niños que evidencian estos comportamientos se están viendo afectados negativamente en su capacidad para establecer relaciones saludables con sus pares y su proceso de aprendizaje. Además, estas conductas impactan el ambiente general del aula, creando un clima de tensión y desconfianza que dificulta la enseñanza y el bienestar general de todos los estudiantes.

Mediante lo observado a través de las prácticas del grado transición, se puede inferir que la falta de estrategias efectivas para la gestión emocional y la resolución de conflictos en la institución contribuye a la exacerbación de estos problemas, a pesar de que, se han implementado algunas iniciativas para abordar estos desafíos, los resultados no han sido suficientes para reducir la frecuencia y la intensidad de los comportamientos presentados.

Adicionalmente, es posible evidenciar que las docentes no cuentan con las herramientas y estrategias necesarias para implementar de manera efectiva en el aula procesos para el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños, y esto puede estar siendo ocasionado por diversos

factores, como la falta de formación específica en el área, la escasez de recursos didácticos y la presión por centrarse en el desarrollo académico por encima del personal.

Este escenario subraya la necesidad de desarrollar e implementar un programa integral de educación emocional que permita a los niños adquirir habilidades para identificar, expresar y manejar sus emociones de manera adecuada, abordar este problema es esencial para mejorar el ambiente escolar, promover el bienestar emocional de los estudiantes y fomentar un desarrollo saludable durante esta etapa crítica de su vida.

En este orden de ideas, la presente propuesta de investigación tiene como objetivo contribuir al desarrollo de la educación emocional en la etapa de preescolar, proporcionando a los educadores herramientas y estrategias efectivas para trabajar las emociones con sus estudiantes, proyectando el diseño e implementación de una estrategia pedagógica que se ajuste a las necesidades y características de los niños de esta edad.

Formulación Del Problema

Teniendo en cuenta el abordaje del problema es necesario reconocer la importancia de promover la inteligencia emocional en los estudiantes. Es por ello que, se plantea el siguiente interrogante.

¿Cómo la implementación de una estrategia pedagógica desarrolla la inteligencia emocional en estudiantes de grado transición del colegio San José de Cúcuta?

Objetivos

Objetivo General

- Implementar una estrategia pedagógica innovadora que contribuya al desarrollo de la inteligencia emocional en estudiantes de grado Transición del colegio San José de Cúcuta.

Objetivos Específicos

- Analizar aspectos teóricos, conceptuales, legales y prácticos sobre la gestión de emociones básicas y complejas en los estudiantes de grado transición a partir de los comportamientos que tiene frente a diferentes situaciones.
- Diseñar actividades pedagógicas enfocadas en las competencias de la inteligencia emocional planteadas por Daniel Goleman que promuevan la gestión y control de emociones en los niños.
- Implementar las actividades pedagógicas diseñadas en la propuesta que promueven la educación emocional en los estudiantes de transición.
- Evaluar la eficacia de las actividades pedagógicas implementadas mediante un análisis de la evolución en el manejo y control de las emociones en los estudiantes de grado transición.

Justificación

Las emociones son un componente fundamental en la vida de los seres humanos, y su influencia en el aprendizaje y desarrollo de los niños es innegable. A pesar de ello, en muchos contextos educativos se sigue priorizando el ámbito cognitivo, postergando el aspecto emocional a un segundo plano. Esta desatención puede limitar el potencial académico y personal de los estudiantes, ya que, como lo señala Goleman (1995), las emociones impactan directamente en

procesos clave como la atención, la memoria y la toma de decisiones, todos ellos esenciales para un aprendizaje efectivo.

Esta investigación busca abordar una necesidad evidente en los entornos escolares: el fortalecimiento de las habilidades emocionales desde edades tempranas. En el grado de transición, los niños se encuentran en una etapa sensible para el desarrollo de competencias emocionales, lo que convierte a esta etapa en un momento ideal para la intervención pedagógica.

Por otro lado, este estudio responde a la creciente demanda de estrategias educativas que no solo promuevan el rendimiento académico, sino también el desarrollo integral de los estudiantes. Un enfoque educativo que priorice las emociones puede contribuir a la formación de ciudadanos más empáticos, resilientes y capaces de gestionar sus emociones en contextos diversos. Bisquerra (2020) destaca que la educación emocional impacta directamente en la convivencia escolar, promoviendo interacciones más saludables y una mejor resolución de conflictos.

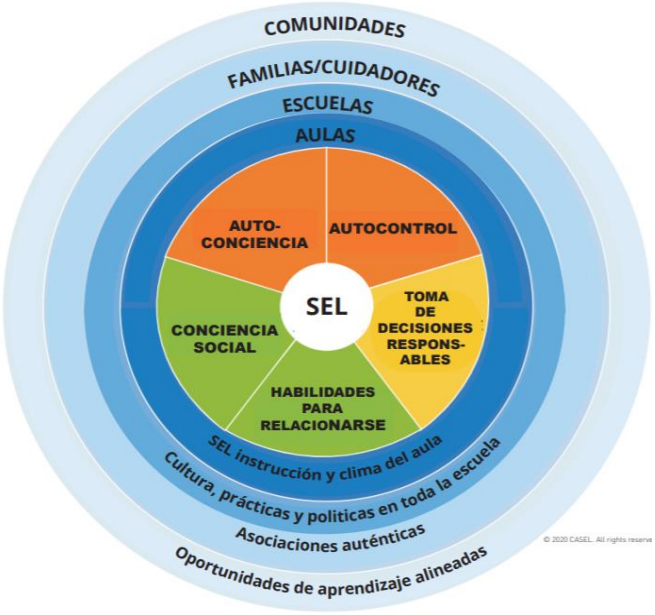
Desde una perspectiva de implicaciones prácticas, los resultados de esta investigación pueden ser útiles para diseñar estrategias pedagógicas que integren la educación emocional en el currículo escolar. Estas estrategias no solo beneficiarían a los estudiantes al mejorar su bienestar y rendimiento académico, sino que también proporcionarían a los docentes herramientas prácticas para trabajar las emociones en el aula.

En el plano del valor teórico, este estudio contribuye a la consolidación de la inteligencia emocional como un eje central en la educación infantil, ofreciendo un puente entre las teorías de Goleman y Bisquerra y su aplicación en contextos escolares reales. Además, amplía el conocimiento sobre cómo las emociones afectan el aprendizaje en etapas específicas como el grado de transición.

Finalmente, esta investigación tiene el potencial de generar un nuevo instrumento para el análisis del desarrollo emocional en niños de transición, adaptado al contexto escolar y cultural de Cúcuta. Este instrumento podría ser utilizado en futuros estudios o aplicado en instituciones educativas para evaluar y trabajar las competencias emocionales de los estudiantes, facilitando su implementación en diferentes entornos escolares.

Figura 1.

Modelo de aprendizaje socioemocional de la asociación *Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning.*



Fuente: Asociación Collaborative for Academic, Social and Emotional Learnin –(CASEL, 2020*). Modelo de aprendizaje socioemocional.*

La imagen del modelo de aprendizaje socioemocional de CASEL (2020) se convierte en un recurso visual esencial para respaldar la importancia de incorporar la educación emocional en las primeras etapas del desarrollo, como lo menciona Bisquerra (2000). Al presentar de forma

gráfica los cinco componentes clave: autoconciencia, autogestión, conciencia social, habilidades de relación y toma de decisiones responsables, la imagen permite comprender cómo estas habilidades pueden integrarse sistemáticamente en el currículo escolar. Cada componente del modelo destaca una habilidad que contribuye a la formación integral del niño: la autoconciencia ayuda a los estudiantes a identificar y entender sus emociones, la autogestión les permite regular sus respuestas emocionales, la conciencia social fomenta la empatía hacia los demás, las habilidades de relación mejoran su capacidad para interactuar y resolver conflictos, y la toma de decisiones responsables guía sus elecciones de manera ética y reflexiva. Esta estructura no solo refleja los beneficios que menciona Bisquerra en términos de convivencia y preparación para enfrentar desafíos, sino que también ofrece un marco práctico para diseñar e implementar estrategias pedagógicas que fortalezcan el desarrollo emocional en cada etapa educativa. La imagen, por tanto, es un elemento que facilita la visualización y aplicación de un enfoque educativo que integra tanto el aprendizaje académico como el emocional desde los primeros años.

Delimitación De La Investigación

Espacial: Está investigación se lleva a cabo geográficamente en el barrio el Llano de la ciudad de Cúcuta, Norte de Santander, Colombia. En el colegio San José de Cúcuta-sede Mercedes Abrego, ubicado en la Av. 12 #933 Barrio Llano,

Temporal: Está investigación fue llevada a cabo durante los meses de agosto y noviembre del 2024.

Teórico: Goleman (1995), CASEL (2020), MEN (2020), Pablo y Ospina (2019).

Línea de investigación: Infancia y educación. Universidad de Pamplona, Facultad de Ciencias de la Educación. Programa de Educación Infantil.

Capítulo II

Marco Teórico

En este apartado, se aborda la inteligencia emocional en los estudiantes, entendida como la habilidad para reconocer, entender y gestionar sus emociones, así como para relacionarse con las emociones de los demás. Se exploran los conceptos básicos, modelos teóricos y estudios previos que respaldan su importancia en el desarrollo social y emocional infantil. Además, se consideran estrategias pedagógicas que fomentan competencias como la empatía, el autocontrol, la motivación, la autorregulación, y habilidades sociales, las cuales son esenciales para el bienestar y la adaptación de los niños en su entorno escolar y social.

Según Hernandez Sampieri (2000) menciona que el marco teórico cumple varias funciones en una investigación, tales como: ayudar a evitar errores cometidos en estudios previos, orientar sobre la manera de realizar el estudio (como los antecedentes, se puede observar cómo se ha abordado un problema específico de investigación, tipos de estudios se han realizado, con qué tipo de participantes, cómo se han recolectado los datos, en qué contextos se han llevado a cabo y qué diseños se han utilizado). También permite construir el sistema de hipótesis y elaborar el cuadro de operacionalización.

Antecedentes

Los estudios previos que se presentan a continuación han sido clave para fundamentar esta investigación, tanto en su marco teórico como en su enfoque metodológico sobre la aplicación de estrategias didácticas para el desarrollo de la inteligencia emocional. Estas investigaciones ofrecen una base sólida que orienta el diseño de intervenciones y prácticas educativas destinadas a fortalecer las habilidades emocionales en los estudiantes.

Según lo anterior para Supo (2015), los antecedentes investigativos son estudios realizados en el mismo campo de investigación que el nuestro, y pueden estar al mismo nivel o en un nivel inferior dentro de la escala investigativa.

Los antecedentes aportan un rango de solidez a cualquier investigación, estos antecedentes se dividen en cuatro niveles, los cuales son: internacionales, nacionales, regionales y locales.

Internacionales

En el contexto internacional, García, M. (2021) desarrolló una investigación titulada "Estrategias para el desarrollo de la inteligencia emocional en la educación preescolar: Una intervención en el contexto chileno". Esta investigación realizada en Chile buscó implementar estrategias pedagógicas para mejorar la inteligencia emocional en niños de preescolar, allí se empleó una metodología cuasiexperimental con grupos de control y experimental, utilizando diversas técnicas de enseñanza emocional durante un período de seis meses, los resultados mostraron mejoras significativas en el reconocimiento y manejo de emociones tanto en los niños como en los docentes, permitiendo otro lado, las conclusiones del autor subraya la relevancia de integrar la inteligencia emocional en el currículo desde edades tempranas para potenciar el desempeño académico y personal de los estudiantes.

El estudio mencionado brinda un aporte fundamental, ya que proporciona evidencia empírica de la efectividad de estrategias pedagógicas que podrían ser adaptadas en otros contextos educativos, resaltando la importancia de fomentar habilidades emocionales desde la infancia.

Por su parte, Castillo, R. (2022) realizó un estudio de caso nombrado como "Implementación de estrategias para el desarrollo emocional en niños de preescolar: Un estudio de caso en Perú". Este estudio, realizado en un jardín de infancia en Perú, tuvo como propósito evaluar la efectividad de diversas estrategias pedagógicas dirigidas a fomentar el desarrollo emocional de niños en edad preescolar, utilizando una metodología cualitativa que se basó en observaciones directas, entrevistas con docentes y análisis de actividades educativas, el estudio se llevó a cabo durante un ciclo escolar completo, los resultados evidenciaron un aumento en la capacidad de los niños para reconocer y expresar sus emociones de manera adecuada, así como una mejora en su convivencia escolar, las conclusiones sugieren que la incorporación de actividades centradas en el desarrollo emocional puede tener un impacto positivo en el bienestar general y en el aprendizaje de los estudiantes.

El estudio brindó un aporte significativo, porque demuestra la importancia de adaptar las estrategias educativas al contexto cultural y social específico de cada región, proporcionando un enfoque más integral y efectivo para el desarrollo infantil.

De la misma manera, López, A. (2022) en su estudio denominado "Impacto de programas de inteligencia emocional en la educación infantil en México" evaluó los efectos de programas de inteligencia emocional en el contexto de la educación infantil. La investigación utilizó un diseño experimental con pre y post pruebas aplicadas a grupos de niños de entre 4 y 6 años, implementando actividades centradas en la identificación y gestión de emociones durante un

periodo de 12 semanas, los resultados mostraron mejoras significativas en el control emocional y en la interacción social de los participantes, por otro lado, las conclusiones del autor destacan que la incorporación de estos programas dentro del currículo educativo no solo mejora las competencias emocionales de los niños, sino que también favorece un ambiente escolar más inclusivo y respetuoso.

Este estudio se considera fundamental para entender cómo los programas de inteligencia emocional pueden ser un componente clave en la formación integral de los estudiantes, al promover tanto habilidades emocionales como sociales desde una edad temprana, lo que podría tener un impacto positivo a largo plazo en sus trayectorias académicas y personales.

Nacionales

Los antecedentes nacionales son importantes para esta investigación, debido que, por estos mismos se puede lograr conocer algunas investigaciones que han dado su aporte a la inteligencia emocional de los estudiantes en el país.

Para ello, se encontró el trabajo de Hernández, Ortega y Tafur llamado “La inteligencia emocional y su relación con el rendimiento académico” (2020) este estudio fue realizado en la Universidad de la Costa en la ciudad de Barranquilla, Colombia, el cual lleva a cabo una metodología racionalista-deductiva, debido que esta misma parte de lo general hacia lo particular donde se hacen afirmaciones de una manera general hacia unas más específicas. Los resultados de esta investigación arrojaron una mejora significativa de los estudiantes en la regulación de sus emociones y control de estas. En las conclusiones dadas por los autores subrayan la importancia de la inteligencia emocional y como esta misma puede influir de manera positiva o negativa tanto a nivel académico como en la vida del niño.

Este trabajo se considera significativo porque proporciona resultados concretos de los estudiantes y cada uno de sus avances, destacando la importancia de promover habilidades emocionales en los estudiantes.

De igual manera, Guamanga, Bautista y Agudelo en su investigación titulada "El juego como estrategia para potenciar la educación emocional en niños y niñas del hogar Infantil Belén" (2022) la cual fue llevada a cabo en Los Libertadores Fundación Universitaria de la ciudad de Bogotá, Colombia; el enfoque utilizado fue cualitativo junto con una metodología de investigación-acción, debido que, en esta investigación hubo interacción directamente con los estudiantes durante las actividades lúdicas para observar sus emociones, comportamientos y relaciones sociales. El estudio realizado en el Hogar Infantil Belén reveló que un alto porcentaje (56.9%) de los niños de 3 a 5 años presentan aspectos emocionales que requieren mejora, esto se determinó a través de entrevistas realizadas a padres y educadores. Ante esta necesidad, se propone implementar una estrategia educativa basada en el juego para fortalecer la educación emocional de los niños desde temprana edad, la investigación también resalta la importancia de considerar los conocimientos previos sobre educación emocional al diseñar esta estrategia.

Esta investigación resulta pertinente ya que la propuesta de implementar el juego como herramienta didáctica para la educación emocional y el énfasis en considerar los conocimientos previos ofrecen un marco aplicable y adaptado a la realidad local, lo que puede contribuir de referencia para desarrollar enfoques similares en tu investigación.

Por otro lado, Mendoza y Tinoco en su investigación nombrada "Fortalecimiento de la inteligencia emocional a través del juego Cooperativo en los Niños de Transición del colegio I.E.D Antonio Nariño Sede A, en el marco de la Propuesta CRE-SER" (2021) llevada a cabo en la Universidad Libre de la ciudad de Bogotá, Colombia; se realizó por medio de un enfoque

cualitativo con una metodología descriptiva, debido que, se realiza un análisis de los contextos y condiciones de los estudiantes de una manera más específica. Los resultados obtenidos a partir de los instrumentos muestran que los estudiantes lograron conocer y diferenciar cada una de sus emociones y logran manifestarse de manera significativa. Esta investigación resulta de agrado, debido que, hace un seguimiento continuo al avance de los estudiantes y la manera en la que expresan sus emociones.

Regional

Los antecedentes regionales permiten conocer estudios locales que han identificado necesidades y estrategias en el desarrollo de la inteligencia emocional infantil, aportando una perspectiva contextual clave para esta investigación.

En este ámbito fue analizada la investigación de Contreras (2020) titulada "Fortalecimiento de la inteligencia emocional en niños del tercer grado. Colombia" aplicada en la ciudad de Bucaramanga, el cual tiene como propósito implementar un programa de intervención para fortalecer la inteligencia emocional en niños y niñas de grado tercero, la metodología usada fue la Investigación-acción participativa, con un enfoque cualitativo y cuantitativo. En los resultados, se evidenció un impacto positivo del programa de intervención en el fortalecimiento de la inteligencia emocional de los estudiantes, tanto en la dimensión intrapersonal como en la interpersonal, también, los estudiantes mejoraron su capacidad para reconocer, comprender y regular sus emociones, así como para desarrollar habilidades de empatía y comunicación asertiva. En conclusión, la implementación de programas de inteligencia emocional en la educación puede ser una herramienta efectiva para promover el desarrollo integral de los estudiantes y mejorar su calidad de vida. Es importante que los docentes reciban formación adecuada para implementar estos programas de manera efectiva.

Este trabajo de investigación resulta significativo, ya que demuestra la efectividad de un programa de intervención en el fortalecimiento de habilidades emocionales en niños, resaltando la importancia de la regulación emocional y el desarrollo de la empatía y la comunicación asertiva. Además, enfatiza la necesidad de que los docentes estén capacitados para implementar estas estrategias, lo cual es clave para promover el desarrollo integral de los estudiantes en el ámbito educativo.

En este mismo contexto, se encontró la investigación presentada por Pacheco y Manrique (2019) llamada “Importancia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje desde la percepción del docente y los estudiantes del colegio once de Noviembre” Esta investigación fue llevada a cabo en la Universidad de Pamplona en la ciudad de Cúcuta, Colombia; su metodología está basada en un enfoque cualitativo con un método de investigación lógico-razonable, porque analiza y comprende diferentes datos de forma simultánea. Los resultados obtenidos de la investigación arrojaron la mejora positiva y el reconocimiento y expresión de las emociones, de igual manera, se logró que los docentes fueran conscientes de trabajar la inteligencia emocional en los estudiantes. Se logró concluir que la educación emocional de los estudiantes está mediada por varios factores como lo son: la sociedad, familia y el contexto en el que se encuentren.

Esta investigación resulta importante, debido a que, evidencia los distintos factores y medios externos que afectan la inteligencia emocional de los estudiantes a la hora de ingresar en las aulas.

Locales

En este contexto, Rodríguez Vargas (2021), en su trabajo de investigación llamado "Estrategia Pedagógica para el Desarrollo de la Inteligencia Emocional de los Niños de Nivel Preescolar"

y aplicado en Pamplona, Colombia, se centra en la implementación de estrategias pedagógicas para mejorar la inteligencia emocional en niños de preescolar, la metodología utilizada fue un enfoque cualitativo con observaciones y entrevistas a los docentes y sus resultados muestran un incremento significativo en las habilidades emocionales de los niños tras la aplicación de las estrategias, por otro lado, las conclusiones subrayan la importancia de la educación emocional desde una edad temprana, destacando que los niños que participaron mostraron una mejor capacidad para gestionar sus emociones.

Este estudio resulta relevante para la investigación debido que, resalta la importancia de una intervención temprana en la inteligencia emocional de los niños, lo cual puede ser fundamental para desarrollar habilidades de afrontamiento y convivencia en etapas posteriores, y la metodología cualitativa aporta profundidad a los hallazgos, pero podría ser interesante complementar con datos cuantitativos que muestren el impacto numérico de las estrategias.

Por su parte, Guzmán y Peña (2019) en su trabajo de investigación titulado "Aprendizaje colaborativo como estrategia didáctica para fortalecer la inteligencia emocional en niños del grado 3° de la institución educativa colegio Francisco José de Caldas de la ciudad de San José Cúcuta" utilizó la metodología de Investigación Acción Pedagógica (IAPe) para implementar actividades colaborativas que fortalecieron la inteligencia emocional en estudiantes de tercer grado. A través de encuestas y entrevistas, los autores encontraron que el trabajo colaborativo contribuye a mejorar las relaciones interpersonales y el autocontrol emocional, subrayando la importancia de integrar la inteligencia emocional en la educación básica.

Esta investigación es significativa ya que proporciona evidencia empírica sobre la efectividad del aprendizaje colaborativo en el fortalecimiento de la inteligencia emocional en estudiantes. Al implementar esta estrategia en un entorno educativo específico, el estudio destaca

cómo mejorar las relaciones interpersonales y el manejo emocional de los niños, lo que contribuye a un ambiente de aprendizaje más positivo.

De la misma manera, Jaimes (2020) en su investigación nombrado "Las Artes Plásticas como Estrategia para el Desarrollo Emocional de los Niños en la Educación Inicial" investiga el uso de las artes plásticas como medio para fomentar el desarrollo emocional en niños de educación inicial, la metodología fue cualitativa, con actividades prácticas de artes plásticas realizadas durante un semestre, los resultados indicaron mejoras notables en la expresión emocional y en la comunicación de sentimientos entre los niños y las conclusiones sugieren que las artes plásticas son una herramienta poderosa para ayudar a los niños a reconocer y gestionar sus emociones.

Este trabajo resulta esencial para esta investigación debido a que las artes plásticas ofrecen un enfoque creativo y no verbal que permite a los niños expresar sentimientos que podrían no ser capaces de verbalizar, este tipo de estrategias puede ser particularmente efectivo en la educación inicial, donde el desarrollo emocional es tan crucial como el cognitivo.

Bases Teóricas

Las bases teóricas son de suma importancia en la elaboración de un trabajo de investigación, debido que, aportan una base sólida otorgando validez al proyecto de investigación con autores los cuales van a ser un soporte para este trabajo.

Según Tamayo y Tamayo (2012), el marco teórico busca conectar el tema de investigación con las teorías, enfoques, estudios y antecedentes relevantes que abordan el problema en cuestión. Por esta razón, al desarrollarlo se profundiza en la descripción del problema y se establece la conexión entre la teoría y la investigación, mostrando sus vínculos y relaciones.

La etapa de transición, comprendida entre los 5 y 6 años, es fundamental para el desarrollo emocional, ya que los niños comienzan a adquirir habilidades esenciales como reconocer, expresar y regular sus emociones. Según Bisquerra (2020), este periodo representa una etapa sensible en la que los niños logran identificar emociones básicas como alegría, tristeza, enojo y miedo, aunque su capacidad para gestionarlas está en pleno desarrollo. Además, el juego colaborativo y las interacciones sociales se convierten en contextos clave para practicar la empatía y fortalecer habilidades sociales como compartir, esperar turnos y resolver conflictos. Estas características se relacionan con las competencias de la inteligencia emocional propuestas por Goleman (1995), como la autoconciencia, la autorregulación y la empatía, necesarias para la adaptación escolar y social. De esta manera, comprender y fortalecer el desarrollo emocional durante la transición es fundamental para sentar las bases de un aprendizaje integral y la formación de vínculos saludables.

En este sentido, Bisquerra (2020) también subraya que la educación emocional durante estas edades actúa como una estrategia de prevención primaria, ayudando a reducir problemas como la agresividad o el aislamiento social y fomentando una convivencia más armónica en el aula. Asimismo, destaca que el desarrollo de competencias emocionales requiere un proceso continuo de aprendizaje y práctica, el cual no solo beneficia a los estudiantes en su bienestar personal, sino que también tiene implicaciones positivas en el rendimiento académico y la cohesión del grupo (Bisquerra, 2020).

Ahora bien, en esta investigación se consolidaron unas categorías, subcategorías y atributos que serán de suma importancia para el desarrollo de esta investigación.

La Inteligencia Emocional Desde El Enfoque De David Goleman

La inteligencia emocional es aquella capacidad de comprender e identificar las emociones tanto propias como las de los demás individuos, de igual manera poder gestionar las emociones propias y poder regularlas de una buena manera.

Ahora bien, como autor base de este trabajo se encuentra Goleman con su investigación de inteligencia emocional, Goleman (1995) la I.E. "abarca cinco competencias principales: el conocimiento de las propias emociones, la capacidad de controlar las emociones, la capacidad de motivarse a uno mismo, el reconocimiento de las emociones ajenas y el control de las relaciones". Teniendo en cuenta lo mencionado por este autor para poder trabajar o llevar a cabo una buena inteligencia emocional en los estudiantes debemos tener en cuenta cada una de estas competencias, debido que, al trabajarlas de manera correcta el estudiante podrá desarrollar plenamente y de manera autónoma su inteligencia emocional.

Por otra parte, de acuerdo con Sofía García-Bullé (2021) cuando se habla de inteligencia emocional (IE), nos referimos a la habilidad de entender, usar y administrar nuestras propias emociones en formas que reduzcan el estrés, ayuden a comunicar efectivamente, simpatizar con otras personas, superar desafíos y aminorar conflictos.

Con lo descrito por el autor, se señala que, la verdadera inteligencia emocional es aquella habilidad de poder entender las emociones propias, para así poder lograr una comunicación favorable con los demás en el cual se pueda comprender al otro, y lograr verdadera empatía.

De igual manera, según Sofía García-Bullé (2021) “un nivel alto de inteligencia emocional nos permite forjar relaciones sanas y equilibradas dentro del núcleo familiar, en la escuela y en el trabajo. También es la herramienta básica para la autocrítica positiva, un recurso

muy útil para aproximarnos sin juicio a nuestras propias cualidades y áreas de oportunidad con un propósito de mejora".

En este orden de ideas, la inteligencia emocional va mucho más allá de poder sentirse bien consigo mismo, la verdadera inteligencia emocional es aquella que permite que los seres humanos puedan comunicarse con los demás de una manera equilibrada y empática, esta inteligencia emocional debe ser trabajada desde los primeros años de vida, debido que, esta etapa es crucial para poder conllevar unas buenas bases que favorecen al individuo en un futuro tanto con sus relaciones interpersonales como con sus relaciones intrapersonales.

Autoconciencia

La autoconciencia es aquella capacidad de reconocer y entender las propias emociones, así como ser consciente de cómo estas afectan el comportamiento y las decisiones. Incluye un entendimiento claro de los propios valores y objetivo, es por esto que, para Goleman (1996) aseguro que, reconocer un sentimiento mientras este se presenta, es la principal clave de una verdadera inteligencia emocional, dicho de otra manera, es conocer y amoldar las emociones es crucial para poder llevar una vida satisfactoria.

Según lo citado anteriormente, para conocer y adecuar las emociones, se tienen que reconocer, dicho con otras palabras, es ser conscientes de lo que se está sintiendo, validar esta emoción y por medio de está validación emocional, reconocer el origen de esta y buscar estrategias para que esta no afecte la manera en la que se relaciona con los demás. Toda la inteligencia emocional se basa en la capacidad de identificar los sentimientos.

Por otro lado, Yolanda (2019) expresa que "La autoconciencia emocional es un proceso complejo que requiere dedicarse un tiempo a sí mismo, de escucharse y comprenderse. No se trata de saber identificar nuestra última reacción emocional, por ejemplo, saber que estoy

enfadado o me siento triste, sino de detenerse y observar que esconde esa emoción", es decir que la autoconciencia emocional implica buscar el origen y el significado detrás de nuestras reacciones para entender mejor nuestras necesidades y sentimientos.

Asimismo, Yolanda (2019) enfatiza que "la autoconciencia emocional constituye una ardua tarea, que requiere siempre de la reflexión. Entiende que, los objetivos, valores, emociones, y pensamientos se irán modificando a lo largo de todo el periodo vital, no obstante, cuanto más tiempo se dedique a ti mismo, mayor facilidad tendrás para tomar conciencia de sus componentes y aprender a gestionar tus emociones".

Tomando lo descrito por el autor, trabajar la autoconciencia emocional implica ser reflexivos y reconocer los sentimientos propios, desde el ámbito educativo este autoconocimiento se propicia que los estudiantes reconozcan sus emociones y sentimientos relacionados a su vida cotidiana, teniendo en cuenta que, si se desarrolla una mejor conciencia emocional en estos podrán aprender a manejar mejor sus emociones.

Autorregulación

La autorregulación es aquella habilidad para gestionar y controlar las emociones de manera adecuada, evitando reacciones impulsivas. Esto implica mantener la calma en situaciones difíciles y ser adaptable a los cambios.

Para Goleman en su libro de inteligencia emocional (1995), define la autorregulación emocional como "la capacidad de controlar las emociones de manera efectiva, sin suprimirlas, pero sí de una forma adaptativa".

Según lo citado anteriormente, la autorregulación emocional es aquella capacidad que poseen los seres humanos para auto controlar sus emociones y no dejarse llevar por los impulsos

que estas puedan causar, es dejar que estas emociones fluyan de manera correcta y poder canalizarlas.

En un ámbito educativo es importante trabajar la autorregulación emocional desde edades tempranas, debido que, en esta etapa los estudiantes son más flexibles y pueden aprender a regular sus emociones con facilidad, según Karlen & McGinnis (2019), plantean que, "el apoyo a la autorregulación emocional de los estudiantes en transición escolar es esencial para su adaptación, ya que les permite gestionar mejor sus emociones y alcanzar mejores resultados académicos". Según lo citado anteriormente, es importante desarrollar una buena autorregulación emocional en los estudiantes y que de esta manera se puedan gestionar sus emociones de manera correcta para así influir en mejorar sus resultados a nivel académico.

Sumado a esto, De la Fuente Arias, J. (2017) plantea que la autorregulación se refiere a la autogeneración de pensamientos, sentimientos, y acciones, que las personas utilizamos para conseguir nuestras metas, en una visión tríadica y recíproca, esto quiere decir que nuestros pensamientos pueden afectar nuestras emociones, estas a su vez influir en nuestras acciones, y las acciones pueden retroalimentar los pensamientos, en este proceso de autorregulación, el individuo ajusta estos elementos para dirigir su comportamiento de manera que le permita avanzar hacia sus metas personales.

Por otro lado, Acosta y Padilla (2020) afirman que la autorregulación es una dimensión fundamental del desarrollo psicológico humano a través de la cual las personas organizan su conducta, emociones y pensamientos, permitiéndoles planear y ejecutar estrategias para su desarrollo social y emocional.

Por lo tanto, la autorregulación permite a los estudiantes ser más autónomos y efectivos en su proceso de aprendizaje, ya que adaptan sus acciones para cumplir con las metas que se han propuesto.

Motivación

Esta motivación se refiere a la capacidad de canalizar las emociones para alcanzar metas, las personas con alta motivación son generalmente optimistas, persistentes ante los desafíos y tienen una orientación hacia el logro.

Daniel Goleman (1995) destaca la motivación como un componente clave de la inteligencia emocional. Según Goleman, la motivación que impulsa a las personas a alcanzar metas por satisfacción personal es fundamental para el éxito en diversas áreas de la vida. Esto subraya la importancia de fomentar la motivación en contextos educativos.

Teniendo en cuenta el aporte de la motivación, es definida como la fuerza o motor que mueve la conducta humana mediante componentes de tipo fisiológico y psicológico (Carrillo et al., 2009; Cádiz et al., 2021). Este proceso involucra un ciclo que cuenta con una necesidad, la tensión que esta genera, el estímulo, la acción, la satisfacción y el equilibrio (Trigueros y Navarro, 2019; Vásquez et al., 2021). Por lo que destaca los elementos que permiten la activación del proceso motivacional los cuales permiten al individuo desarrollar una conducta para lograr su bienestar y equilibrio a nivel corporal y mental.

Por otro lado, según Pérsico (2016) plantea que la finalidad principal en la educación de los niños hasta hace pocos años era adquirir conocimientos básicos y adquirir las diferentes normas sociales. Esta forma de impartir conocimientos, que aún se sigue utilizando, está en proceso de modificación. Se ha demostrado que el castigo o hacerle sentir al niño inútil no es una buena respuesta a sus necesidades, sin embargo, la motivación es mucho más efectiva a la hora

de responder a sus necesidades y también para entrenar al pequeño de forma que pueda llegar a motivarse por sí mismo, como explica Pérsico (2016) es decir, que el cambio consiste en pasar de una educación basada en el castigo y la imposición de normas a una centrada en motivar a los estudiantes, ayudándolos a ser más autónomos y emocionalmente fuertes.

De igual manera, Herrera, Ramírez, Roa y Herrera (2004) indican que la motivación es una de las explicaciones más importantes del comportamiento humano con relación al porqué del comportamiento. Esto quiere decir que, la motivación representa lo que determina que la persona inicie una acción, se encamine hacia un objetivo (dirección) e insista en alcanzarlo (mantenimiento).

De esta manera se puede entender que la motivación juega un papel crucial en las aulas, debido que, si le dan palabras de motivación a un niño en el aula, ya sea por parte del docente o de los mismos estudiantes, este se sentirá de alguna manera más motivado para alcanzar sus objetivos.

Empatía

La competencia de entender y sentir las emociones de los demás. La empatía permite conectar con las personas de manera más profunda, facilitando la comunicación y la construcción de relaciones sólidas.

Daniel Goleman (1995) define la empatía como la capacidad de comprender y compartir los sentimientos de los demás, destaca su importancia en la formación de relaciones interpersonales efectivas, la comunicación y el liderazgo. Asimismo, señala que las personas empáticas son capaces de reconocer las emociones ajenas, lo que les permite responder de manera adecuada y construir conexiones más profundas.

Con base a lo interior, en el Boletín informativo de innovación educativa y aprendizaje digital (2022) menciona que, “la empatía permite entender los errores de los estudiantes como oportunidades de aprendizaje, a partir de una actitud reflexiva de cuestionamiento y crecimiento, y de aceptar los errores como parte de un proceso de superación, lo cual implica que es posible generar aprendizajes positivos frente a los errores”. De esta forma, los errores son aceptados como una parte natural del proceso de aprendizaje, lo cual permite transformar esas equivocaciones en experiencias positivas que contribuyen al desarrollo y crecimiento personal de los estudiantes.

Por otro lado, se debe tener en cuenta que, la empatía es una de las competencias necesarias para la vida, es por esta misma razón que Catalá (2011), dice que la empatía consiste en “ser capaz de ponerse en el lugar del otro”, esto citando a Goleman (1995), el cual se refirió a este término es que cuanto más se abren los seres humanos a conocer y hablar sobre sus propios sentimientos, mejor se van a poder comprender los de los demás. Según lo mencionado, la empatía es una habilidad importante que se debe desarrollar en los estudiantes, puesto que, si ellos pueden reconocer sus sentimientos y ser conscientes de ellos fácilmente podrán reconocer los de los demás y ayudarles a sentirse mejor.

Asimismo, Sandoval (2020) indica que “la empatía es una habilidad social imprescindible en el mundo actual, así lo plantea la teoría de las inteligencias múltiples. Es más importante relacionarse asertivamente con los demás para lograr el éxito que competir con ellos” así que, esto implica que la habilidad de conectar y colaborar con otros es más relevante para alcanzar el éxito que la competencia directa.

De la misma manera, Latam Global School (2023) resalta que “la empatía es un concepto fundamental en la construcción de relaciones interpersonales saludables y en la promoción de

una sociedad más justa e inclusiva, se trata de la capacidad de ponerse en el lugar de otra persona, de comprender sus sentimientos, pensamientos y perspectivas". Por lo tanto, la empatía es clave para crear relaciones saludables y fomentar una sociedad más justa e inclusiva, ya que implica entender y compartir los sentimientos, pensamientos y perspectivas de los demás.

Habilidades sociales

Se entiende por estas como la capacidad para gestionar las relaciones de manera efectiva, influir positivamente en los demás, trabajar en equipo y manejar conflictos. Estas habilidades son cruciales para el liderazgo y la colaboración.

Daniel Goleman (1995) describe las habilidades sociales como la capacidad de gestionar las relaciones interpersonales de manera efectiva, estas habilidades incluyen la comunicación, la resolución de conflictos y la cooperación. Goleman argumenta que las habilidades sociales son fundamentales para construir relaciones saludables y productivas, tanto en el ámbito personal como profesional.

En vista de esto, se encontró en el artículo NeuronUP (2022) que "Las habilidades sociales son el conjunto de estrategias de conducta y las capacidades para aplicar dichas conductas que nos ayudan a resolver una situación social de manera efectiva, es decir, que es aceptable para el propio sujeto y para el contexto social en el que está". En otras palabras, estas habilidades nos ayudan a enfrentar y resolver situaciones sociales de manera positiva y adaptada al contexto.

Por otro lado, Montañez (2024) menciona que "las habilidades sociales son cualidades o destrezas que nos permiten interactuar adecuadamente con los demás de forma efectiva. Las aprendemos desde que nacemos mediante la interacción con nuestros padres y personas de nuestro entorno cercano".

De esta manera, las habilidades sociales son destrezas que nos permiten relacionarnos de manera efectiva con los demás y las adquirimos desde la infancia a través de la interacción con nuestro entorno cercano.

Además, Guzmán (2018) destaca que "las habilidades sociales son aspectos concretos de las relaciones interpersonales. La capacidad de poder relacionarse con los adultos y los iguales de manera gratificante y mutuamente satisfactoria, en la cual la empatía y la capacidad de adecuarse a distintos contextos juegan un papel importante" es decir, las habilidades sociales son esenciales para establecer relaciones positivas y efectivas, ya que facilitan la comunicación y la colaboración.

Las Actividades Rectoras En La Educación Inicial

Las actividades rectoras están muy presentes en la primera infancia, debido a que, son elementos fundamentales para la educación inicial desde la comprensión de la naturaleza misma en las interacciones de los niños y niñas consigo mismo y con los demás en sus primeros años de vida.

Se trabajarán las competencias emocionales propuestas por Daniel Goleman a través de actividades rectoras como el juego, la exploración, la expresión artística y la literatura infantil. Estas actividades, esenciales en la educación infantil, permitirán desarrollar competencias clave de la inteligencia emocional como el autocontrol, la empatía, la motivación, la autorregulación y las habilidades sociales. Mediante el juego en grupo, se fomentará el autocontrol y la capacidad de manejar conflictos; la exploración y las actividades artísticas promoverán la autoconciencia y la expresión emocional; mientras que la literatura infantil ayudará a los niños a identificar y comprender sus propias emociones y las de los demás. De esta forma, las competencias emocionales de Goleman serán integradas de manera práctica y significativa, facilitando que los

estudiantes apliquen estas habilidades en situaciones de la vida cotidiana y en sus relaciones interpersonales.

Según el Ministerio de Educación Nacional (MEN), las actividades rectoras se definen como: “El juego, el arte, la literatura y la exploración del medio son las actividades rectoras de la primera infancia, lejos de ser herramientas o estrategias pedagógicas, que se usan como medio para lograr otros aprendizajes, en sí mismas posibilitan aprendizajes.” (MEN, 2024).

Por otro lado, según las bases curriculares para la educación inicial y preescolar (2017), citadas en Pabón y Ospino (2019), “las actividades rectoras se convierten en la posibilidad de dialogar con los niños, de ofrecerles los acervos culturales que ha construido la humanidad para que participen y se reconozcan como miembros activos de su comunidad” (p. 39). Estas actividades rectoras son de suma importancia en la educación inicial, debido a que ayudan al niño a conectarse con su entorno.

Juego

El juego es importante para el desarrollo de los niños, debido que, gracias a este pueden generar escenarios y distintas situaciones donde se promueve la comunicación, trabajo cooperativo, normas, el desarrollo de la identidad propia y autonomía. Es por esta misma razón que, según Domínguez, Sánchez y Mendoza (2019, p. 39) los niños en la escuela utilizan el juego con diversos fines, mientras se divierten van fomentando la socialización, pueden desarrollar la capacidad creativa, crítica y comunicativa, así como el trabajo en equipos al realizar diversas tareas. En este orden de ideas, por medio del juego los niños en esta etapa inicial desarrollan y potencian su creatividad y son capaces de trabajar en equipo.

Por otro lado, para el Ministerio de Educación Nacional (2024) se define el juego como un reflejo cultural en el cual se representan los desarrollos de los entornos y cada uno de los

contextos. En el juego se considera un medio de elaboración para el mundo adulto. Los niños representan en su juego la cultura en la que estos crecen y se desenvuelven. Por otro lado, según la UNICEF (2018) en su cartilla a través del juego (p.7) lo define como "el juego constituye una de las formas más importantes en las que los niños pequeños obtienen conocimientos y competencias esenciales".

Arte

El arte se ha venido utilizando desde los inicios del ser humano en el cual se comenzó utilizando variados símbolos y diversas herramientas como mecanismos de expresión, se debe tener en cuenta que, el arte es una manifestación de la creatividad de los seres humanos, es por esta misma razón que se puede utilizar en el aula como una manera de exteriorizar lo que se está sintiendo. En este orden de ideas, en el Instituto Distrital de las Artes, (2015) nos dice que las experiencias artísticas en la primera infancia son encuentros para que los niños y niñas vivan, conozcan y disfruten las posibilidades estéticas que el arte ofrece al compartir con familias y docentes mediante múltiples materias sensibles de las que disponen cotidianamente, además las experiencias que los estudiantes vivencian siembran nuevas ideas y sentimientos, y muestran nuevos caminos y posibilidades desde su espontaneidad. De igual manera, según el Ministerio de Educación Nacional (2014), señala que, el arte permite integrar las experiencias de vida según las vivencias tanto en el entorno educativo como en diferentes espacios en los cuales transcurre la vida de los niños. Según lo señalado anteriormente, por medio del arte los niños pueden expresarse de manera libre integrando cada una de las experiencias o acontecimientos de su vida que pueden suceder tanto en su entorno familiar como en su entorno escolar, de esta manera estos pueden exteriorizar sus emociones y sentimientos por medio del arte.

Por otro lado, López Zarate & Herrán Gómez (2021) dicen que "el arte involucra y conlleva con ella un sin números de experiencias relacionadas con nuestros sentidos, imaginaciones y formas de ver la vida, ayudando a percibir y expresar los diferentes sentimientos plasmados en diversas creaciones artísticas." El arte permite conectar con cada una de las emociones y sentidos, ofreciendo una forma única de expresar y comprender experiencias de vida a través de diversas creaciones, como una ventana hacia la forma en que se ve y se siente el mundo.

Literatura

La literatura fomenta el pensamiento crítico, la creatividad y la empatía, permitiendo a los individuos explorar diferentes perspectivas y comprender la complejidad de la experiencia humana, está al ser una forma de arte que integra aspectos culturales, históricos y lingüísticos, la literatura se convierte en una guía esencial en la formación académica y personal, facilitando el acceso a un conocimiento más profundo de la sociedad y del mundo que nos rodea.

Por otro lado, la utilización del cuento como herramienta pedagógica plantea varias ventajas. De hecho, Pérez, Pérez, y Sánchez (2013) reiteran que:

> "Las habilidades lingüísticas de los niños van incrementando de acuerdo con su edad. El recurso del cuento dispone de una gran flexibilidad en lo que respecta a la complejidad lingüística y la variedad conceptual y discursiva del contenido por lo que es fácilmente adaptable a todo tipo de público de acuerdo con su nivel de comprensión" (p.19).

Es decir que, a medida que los niños crecen, desarrollan progresivamente sus habilidades lingüísticas y los cuentos son herramientas pedagógicas muy útiles porque se

pueden ajustar en cuanto a la complejidad del lenguaje y los temas que tratan, esto significa que es posible adaptar los cuentos a diferentes niveles de comprensión y edades, desde versiones más simples con un lenguaje sencillo para los más pequeños, hasta cuentos con mayor riqueza de vocabulario y profundidad conceptual para los niños mayores, y así, los cuentos pueden ser una forma efectiva de enseñar y estimular el desarrollo del lenguaje en los niños, ajustándose a sus necesidades y capacidades en cada etapa de su aprendizaje.

Así mismo, Martínez (2011) afirma que los cuentos responden a las necesidades de magia que los niños tienen contrapuesto al mundo real de los adultos. Esto implica un momento divertido que debe ir acompañado con la dramatización, suponiendo una participación de los niños. El cuento es un texto corto, pero muy completo al tener unos personajes con características definidas, un problema o asunto que se debe resolver, situaciones de tensión, y la resolución de dicho problema. Por eso puede ser introducido en la escuela, ya que prepara para la vida y contribuye al desarrollo del aprendizaje.

De la misma manera, como lo plantea Brand Pino (2012), plantea que, la literatura infantil es crucial, debido que, esta brinda diferentes posibilidades de pensamientos, convoca a la reflexión e intercambiar ideas, al gusto por lo nuevo, lo cual logra despertar en el niño el gusto por la lectura.

Según lo planteado anteriormente, es importante como docentes fomentar la curiosidad por la lectura, leyéndolos e invitándolos a reflexionar sobre estos.

Exploración del medio

La exploración del medio se refiere al proceso mediante el cual los individuos, especialmente los niños, interactúan con su entorno para conocer y comprender el mundo que les

rodea. A través de la exploración del medio, los niños pueden aprender sobre fenómenos naturales, la diversidad de seres vivos, el funcionamiento de objetos y sistemas, y la manera en que las personas interactúan en la sociedad.

Malaguzzi, L. (2001), citado en Moreno (2001) plantea que la experimentación y la interacción con el medio es la forma en la que el infante adquiere sus conocimientos y pilares de formación para la vida y es como varios actores lo ratifican con la teoría de enseñanza aprendizaje, ellos son Sigmund Freud y su teoría de las pulsiones o Skinner y su teoría del aprendizaje por medio de reforzadores y Jean Piaget con su postura del constructivismo, sumándole la idea de Vygotsky sobre la influencia del otro en esa construcción de saberes (Moreno, 2001, p.18)

Por otro lado, Gutiérrez y Cardona (2020) nos dicen que según el "Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF presenta líneas de calidad enfocadas en estrategias hacia la primera infancia, tal como lo plantea Gómez, C., (2011), miembro de la sociedad colombiana de fe, quien considera que los niños ejercerán la 25 ciudadanía y direccionan el país, así como considera que el pasado biológico, psicológico y social influye en el desarrollo de la persona desde la niñez y en la edad adulta (Gómez, C., 2011, p.1)." En este sentido, se resalta que factores como el entorno biológico, psicológico y social tienen un impacto duradero en el crecimiento y desarrollo de las personas, tanto en la infancia como en la edad adulta, esto implica que la atención integral en la primera infancia, con un enfoque en el contexto del niño, es fundamental para el desarrollo de individuos sanos y comprometidos con la sociedad en el futuro.

Asimismo, Gómez (2017) nos dice que "explorar el medio es una de las actividades más características de las niñas y los niños en la primera infancia. Al observarlos, se puede ver que permanentemente están tocando, probando, experimentando y explorando todo cuanto les rodea;

ellas y ellos están en una constante búsqueda de comprender y conocer el mundo." Del mismo modo, a través de esta exploración, los niños interactúan constantemente con su entorno, utilizando sus sentidos para tocar, probar y experimentar con los objetos que les rodean. Este comportamiento refleja su curiosidad innata y su deseo de entender el mundo, lo que les ayuda a desarrollar habilidades cognitivas y emocionales esenciales para su crecimiento.

Estrategias pedagógicas

Las estrategias pedagógicas son, en esencia, herramientas y enfoques que los docentes emplean para hacer del aprendizaje una experiencia más enriquecedora. A través de estas estrategias, los educadores buscan no solo facilitar la comprensión de los contenidos, sino también motivar la participación activa de los estudiantes y fomentar en ellos el desarrollo de habilidades clave. Además, considerando que cada grupo y cada estudiante tiene características únicas, estas estrategias se adaptan tanto a las necesidades individuales como al contexto en el que se desenvuelven. De esta manera, las clases se vuelven más atractivas, dinámicas y efectivas, promoviendo un aprendizaje más significativo y duradero. De acuerdo con Lay, et al. (2019, p.16), quien nos dice que: "Se hace necesario que los docentes incorporen dentro de su plan de formación estrategias de pedagogías que permitan a los estudiantes el desarrollo de competencias que doten a los futuros profesionales de conocimientos y destrezas importantes para acceder a mejores oportunidades de empleo y a la posibilidad de estudios más avanzados donde se requiera contar con dichas competencias, haciendo especial énfasis a las competencias". Como lo analiza Lay, et al, el énfasis en la adquisición de competencias es clave no solo para mejorar la empleabilidad, sino también para garantizar que los estudiantes estén preparados para entornos educativos y laborales cada vez más exigentes.

Marco Conceptual

Inteligencia emocional: Se conoce como la habilidad de entender, reconocer, comprender y manejar las emociones propias de manera efectiva, según Goleman (1995) señala que la inteligencia emocional consiste en:

-Conocer nuestras propias emociones: Esto bajo el principio de Sócrates "conócete a ti mismo", esto se refiere a reconocer nuestras propias emociones y poder autorregularse ante estas.

-Manejar las emociones: Esta es la habilidad de poder controlar nuestros propios sentimientos y poder expresarlos de manera apropiada.

-Motivarse a sí mismo: Es aquella capacidad de poder encaminar sus emociones junto con la motivación de una manera consecuente. Las personas que poseen estas habilidades tienden a ser más productivas y efectivas en cada una de las cosas que se proponen.

-Reconocer las emociones de los demás: La empatía juega un rol crucial, debido que, se basa en el conocimiento de las propias emociones. Las personas con mayor empatía comprenden más lo que los demás indican, necesitan o desean.

-Establecer relaciones: Establecer relaciones con los demás es, en gran medida, la habilidad de poder manejar las emociones con los demás.

Según lo dicho anteriormente, estos cinco principios son importantes para manejar una buena

Inteligencia emocional y poder entrelazar lazos con las personas que se conviven logrando comprender las emociones propias y de los demás.

Estrategias pedagógicas: Estas se denominan toda acción que realiza un docente con tal de facilitar el aprendizaje de los estudiantes y aportar al buen desempeño del alumno en clase.

Según Gamboa, García y Beltrán (2013) junto a Parra (2018), señalan que las estrategias pedagógicas son todas aquellas acciones llevadas a cabo por el docente con el fin de poder facilitar el proceso de aprendizaje de los estudiantes; estas estrategias deben estar ajustadas a las necesidades e intereses de los estudiantes. Se entienden como estrategias pedagógicas como todas aquellas actividades llevadas a cabo por el docente para poder lograr que sus estudiantes aprendan y logren llegar al conocimiento potenciando por medio de estas estrategias.

Emociones: Son la manera natural en la que todos los seres humanos reaccionan a lo que puede suceder a su alrededor. Según Almela (2019) afirma que las emociones son aquellas reacciones físicas y químicas que los seres humanos poseen, por esta misma razón responden ante estímulos internos y externos, dejándose llevar así por respuestas automáticas que el cuerpo emite. Las emociones determinan el comportamiento, bienestar y se manifiestan a través del ajuste social, y la salud de las personas. Estas emociones no son ni positivas ni negativas, son adaptativas, esto es un mecanismo de supervivencia, estos se emplean ante estímulos.

Autorregulación: Es la capacidad de controlar las emociones, pensamientos y comportamientos de manera consciente para alcanzar objetivos a largo plazo. Involucra procesos como el control de impulsos, la auto observación y la planificación de las acciones.

Un aporte reciente es de Duckworth et al. (2020), quien en su investigación resalta la importancia de la autorregulación en el contexto educativo, señalando que los estudiantes que practican la autorregulación tienden a ser más resistentes y a lograr mejores resultados académicos.

Automotivación emocional: Está es la capacidad de motivarse a sí mismo, es una habilidad importante, esta impulsa a las personas a continuar progresando incluso frente a los

contratiempos. Según Robbins (1999) es aquello que impulsa a una persona a actuar de manera determinada o, por lo menos, que origina una propensión hacia un conocimiento específico.

Mindfulness: es la práctica de prestar atención plena y consciente al momento presente, sin juzgar los pensamientos o emociones que surgen, esta técnica se enfoca en la autorregulación de la atención y la conciencia de la experiencia inmediata.

Un aporte reciente es el estudio de Garcia-Campayo (2022), que sugiere que la práctica de mindfulness no solo mejora la salud mental, sino que también incrementa la resistencia y el bienestar emocional de los estudiantes.

Marco Contextual:

La presente investigación se centra en el colegio San José de Cúcuta-sede Mercedes Abrego, ubicada en la ciudad de Cúcuta- Norte de Santander en el barrio el Llano, en el cual se busca implementar una estrategia pedagógica para el desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes del grado transición.

Misión:

Somos una institución educativa que forma niños, niñas y adolescentes en valores, emprendedores, comprometidos consigo mismos, con la familia, la comunidad, la sociedad y el medio ambiente, que utiliza sus conocimientos para transformar el entorno, respetando la diferencia.

Visión:

Para el año 2030 la institución educativa Colegio San José de Cúcuta será reconocida por la formación de personas competentes y líderes que aporten sus conocimientos, habilidades y valores para la transformación de su entorno y la sociedad mejorando así su calidad de vida.

Objetivos:

El Colegio San José de Cúcuta tiene los siguientes objetivos:

- Formar personas competentes y líderes.
- Aportar conocimientos, habilidades y valores para mejorar la calidad de vida de la sociedad.
- Preparar ciudadanos que la ciudad y el departamento requieran.
- Promover la formación de ciudadanos éticos y solidarios.
- Convivir en un ambiente educativo inclusivo.
- Optimizar el aprendizaje y preparar a los estudiantes para el mundo laboral.

Marco Legal

En lo que consta a la normatividad legal la cual es de suma importancia y tiene un gran impacto en la presente investigación, se comienza relacionando las normativas principalmente desde el panorama internacional que cobijan amparan a toda la humanidad, y en este sentido siempre deberán ser cumplidos. Por esta misma razón, según un informe de la Fundación Marcelino Botín (2008) sobre la educación emocional y social a través de un análisis internacional, en este informe se habla de la importancia de que los docentes realicen en el aula actividades para trabajar la educación emocional en los estudiantes, todo esto basado en Daniel Goleman(1995), donde destacó los cinco dominios de inteligencia emocional que son: Las habilidades para comprender las emociones, la gestión de los sentimientos, la automotivación, el reconocimiento de las emociones en los demás y la formación de relaciones positivas. En este sentido, esto es lo que el informe menciona:

"La escuela puede ser una experiencia satisfactoria que nos ayude a comprender nuestras relaciones con los demás. Esto puede y debe aprenderse si queremos crear un mundo socialmente

más cohesionado. El objetivo del aprendizaje social y emocional consiste en proporcionar a los niños las herramientas para aumentar su flexibilidad y desarrollar su capacidad de sortear los altibajos propios de la vida" (p.28).

Por otro lado, en un informe publicado por la UNESCO (2019) sobre las habilidades socioemocionales en salas de clases donde se reveló la situación de los estudiantes en las áreas de la empatía, la apertura a la diversidad y la autorregulación escolar. El estudio resalta la necesidad crucial de incorporar de forma directa las habilidades socioemocionales en los planos de estudio, con el fin de crear un ambiente escolar más inclusivo y propicio para el aprendizaje efectivo.

Un hallazgo clave de la investigación indica que la mitad de los estudiantes latinoamericanos y caribeños manifiestan de manera recurrente conductas empáticas en el ámbito escolar.

De igual manera, dentro del plano nacional existen diversas leyes que establecen la inteligencia emocional en las aulas como un derecho fundamental que se debe abordar y trabajar, algunas de estas son:

Proyecto de Ley del año 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 disposiciones".

Artículo 1: La presente ley tiene como fin implementar, la Cátedra de educación emocional en todos los niveles, desde los niveles preescolar, básica y media, en concordancia con el proyecto educativo institucional PEI de todas las instituciones educativas del país.

Artículo 9: Lineamientos generales para la implementación de la Cátedra de Educación Emocional en los niveles preescolar, básico y media. La implementación de la Cátedra de

Educación Emocional tendrá un carácter preventivo, este tiene como propósito facilitar, en los estudiantes desde el nivel preescolar hasta la media, el conocimiento de sí mismo, la regulación emocional, el manejo adecuado de conflictos propios de cada momento de desarrollo, e impulsar habilidades para la vida y competencias emocionales en el marco de una sociedad pacífica.

Por otro lado, se encuentra la ley 2383 de 2024 (19 de Julio), en esta ley se promueve la educación socioemocional de los niños y adolescentes en las instituciones educativas de preescolar, primaria, básica y media en Colombia.

En su artículo 2, habla de la definición principal a tener en cuenta en esta ley, la cual es:

Educación socioemocional: se refiere al conjunto de competencias cognitivas, sociales, emocionales y demás habilidades no cognitivas que una persona puede aprender y desarrollar para gestionar de manera asertiva sus emociones, pensamientos y comportamientos para cuidar de sí mismo y de los demás, favoreciendo su salud mental y física, sus mecanismos de relacionamiento y sus capacidades de gestión en proyectos personales, fa-miliares, académicos.

En su artículo 3, en la cual, la presente ley se aplicará en todo el territorio nacional en los centros e instituciones educativas públicas y pri-vadas formales para niños, niñas y adolescentes de los niveles preescolar, básica primaria, básica secundaria y media, e incluirá a profesores, padres de familia, tutores y demás miembros de la comunidad educativa, dentro de un marco de corresponsabilidad.

Categorías iniciales

En investigación cualitativa, las categorías iniciales son conceptos o temas emergentes que surgen durante el proceso de análisis de datos.

Según Strauss y Corbin “La categorización consiste en la asignación de conceptos a un nivel más abstracto, las categorías tienen un poder conceptual puesto que tienen la capacidad de

reunir grupos de conceptos o categorías. En el momento en el que el investigador empieza a agrupar los conceptos, también inicia el proceso de establecer posibles relaciones entre conceptos sobre el mismo fenómeno". Estos mismos autores argumentan que: "Las categorías son conceptos derivados de los datos que representan fenómenos, los fenómenos son ideas analíticas pertinentes que emergen de nuestros datos" Por lo tanto, la categorización en investigación cualitativa es el proceso de agrupar conceptos relacionados en categorías más abstractas, que representan fenómenos o ideas analíticas. Esto permite establecer relaciones entre conceptos y categorías, y es fundamental para analizar y entender los datos.

Tabla 1.

Sistema de categorización Fuente: Elaboración propia (2024)

Objetivo	**Categoría**	**Subcategorías**	**Instrumento**
Implementar una estrategia pedagógica que contribuya al desarrollo de la inteligencia emocional en estudiantes de grado Transición del colegio San José de Cúcuta.	Inteligencia emocional	- Autoconocimiento - Autorregulación -Empatía -Motivación -Habilidades sociales	Diario de campo
	Actividades rectoras	-Literatura -Juego -Arte -Exploración del medio	Diario de campo

Propuesta Pedagógica

"*Conectando con mis emociones de una forma divertida*"

Presentación

Esta propuesta tiene como objetivo promover el desarrollo de la inteligencia emocional en niños de edad preescolar, a través de un enfoque dinámico y lúdico. La iniciativa aborda una problemática clave que es la carencia de habilidades emocionales en los niños pequeños.

Para resolver estos problemas, se ha diseñado una serie de estrategias que se basan en el uso de actividades lúdicas y dinámicas que integran, narración de cuentos, juegos de roles, expresar sentimientos por medio del dibujo o por medio de las pinturas al realizar alguna manualidad. Estas actividades están fundamentadas en teorías psicológicas del desarrollo infantil, tales como la propuesta de Daniel Goleman, quien destaca la importancia de la inteligencia emocional en el desarrollo integral del ser humano.

La propuesta también busca la articulación de conocimientos que fomenten un uso pedagógico de herramientas digitales como videos interactivos, aplicaciones de juegos educativos, y recursos audiovisuales que faciliten la comprensión emocional en los niños. Así mismo, se promoverá la reflexión grupal mediante el uso de círculos de conversación y actividades que fomenten la empatía y el trabajo colaborativo entre los estudiantes.

Esta propuesta tiene como objetivo principal promover el desarrollo integral de la inteligencia emocional en niños de edad preescolar, a través de una metodología lúdica, creativa y efectiva, enfocada en resolver la problemática evidenciada en lo que corresponde a la falta de habilidades para el manejo y control de sus emociones, y que está afectando su desarrollo social.

Para lograrlo, se establece un plan de acción sustentado en estrategias que apelan a la diversión y al descubrimiento emocional, haciendo uso de actividades diseñadas específicamente

para los más pequeños. Entre ellas destacan la narración de cuentos interactivos, juegos de roles donde los niños puedan identificarse con diferentes personajes, la expresión creativa de sentimientos a través del dibujo y las manualidades, la interacción con recursos digitales que transforman el aula en un espacio de aprendizaje multisensorial y envolvente. Estas actividades están respaldadas por la teoría de Daniel Goleman, quien subraya la importancia de la inteligencia emocional para un desarrollo integral y exitoso del ser humano.

Por otro lado, se promoverán actividades grupales y de reflexión mediante círculos de conversación, con el fin de generar un entorno colaborativo donde los estudiantes puedan compartir sus emociones, desarrollar la empatía y fortalecer las habilidades de convivencia. Estas dinámicas no sólo impactarán en el bienestar emocional de los niños, sino que también contribuirán a la creación de una comunidad escolar más solidaria y unida.

Finalmente, esta propuesta se presenta como una iniciativa que no sólo busca impactar en el desarrollo emocional de los niños, sino que también tiene el potencial de transformar el ambiente educativo, el cual indirectamente se verá mediado de manera positiva. ¡Es una propuesta que no solo conecta con las emociones de los niños, sino que también transforma su futuro!

Fundamentación Teórica De La Propuesta

La propuesta "conectando con mis emociones de una forma divertida" tiene como objetivo principal fomentar la inteligencia emocional en niños de edad preescolar a través de un conjunto de actividades pedagógicas diseñadas para desarrollar habilidades emocionales esenciales, esta fundamentación teórica se basa en las teorías de Daniel Goleman y Howard Gardner, quienes subrayan la importancia de la inteligencia emocional en el desarrollo integral del ser humano.

Teoría de la Inteligencia Emocional de Daniel Goleman.

Goleman define la inteligencia emocional como la capacidad de reconocer, comprender y gestionar nuestras propias emociones, así como de influir en las emociones de los demás. Su teoría enfatiza la importancia del autoconocimiento, la autorregulación, la motivación, la empatía y las habilidades sociales, aplicada en el contexto de la educación preescolar, esta teoría sugiere que los niños que desarrollan estas competencias emocionales están mejor preparados para enfrentar desafíos académicos y sociales a lo largo de su vida.

Experiencias Y Aplicaciones De Otros Investigadores.

Investigaciones previas, como las realizadas por Rimm-Kaufman y Pianta (2005), han demostrado que los programas de desarrollo de inteligencia emocional en edades tempranas mejoran significativamente las habilidades sociales y el rendimiento académico, estos programas utilizan técnicas similares a las propuestas en "Corazón pequeño, sentimientos grandes", como círculos de conversación y actividades de juego colaborativo, lo que evidencia su eficacia y relevancia.

También cabe destacar un estudio de CASEL (2020) sobre aprendizaje socioemocional destaca que integrar actividades lúdicas y digitales en el aula puede mejorar la autoconciencia y la empatía entre los niños, fomentando un entorno de aprendizaje más positivo y equitativo.

En conclusión, la fundamentación teórica de esta propuesta se apoya en teorías psicológicas reconocidas que subrayan la importancia de la inteligencia emocional en el desarrollo integral de los niños. Además, toma en cuenta aplicaciones prácticas y evidencia empírica de otros investigadores que refuerzan la validez y eficacia de las estrategias propuestas.

Actividades De Desarrollo

Con base a la propuesta denominada "conectando con mis emociones de una forma divertida" se han planteado una serie de actividades para cumplir con el objetivo de la investigación. En la presente propuesta se plantea el diseño de actividades para desarrollar una propuesta pedagógica innovadora; esta propuesta se centra en desarrollar la inteligencia emocional en los estudiantes de transición basándose en el autor Daniel Goleman. En ese orden de ideas, las actividades a llevar a cabo son las siguientes:

Actividad 1:

"Respiración del caracol"

En esta primera actividad se les enseñara el poder controlar su respiración cuando se sienten, tristes o muy enojados, para esto se le dará una ficha del caracol a cada estudiante y este tendrá que seguir con su dedo índice la imagen mientras inhala y exhala en el momento que se les vaya indicando.

Actividad 2:

Cuento "El monstruo de los colores"

Para esta actividad se comenzará contándoles el cuento del monstruo de los colores y también ellos lo podrán ir visualizando por medio de unos títeres con cada uno de los personajes (emociones), después de haberles contado el cuento de manera dinámica se continuará realizando preguntas sobre cada una de las emociones que se pudieron evidenciar en el cuento y se realizarán unas preguntas referentes a ello. Para finalizar la actividad del día se les dará una pequeña ficha donde ellos tendrán que colorear como se sienten y expresarlo con sus compañeros.

Actividad 3:

"Pintura y emociones"

Para esta actividad se pegará alrededor de todo el salón papeles bond en la pared, de igual manera se le dará un pincel a cada uno y pinturas de los distintos colores de cada emoción, mientras tanto en un parlante se colocarán distintos tipos de música y se les pedirá a los estudiantes que escojan la pintura que deseen y pinten en el papel bond según el estado de ánimo que les produce cada canción que suena en el parlante.

Actividad 4:

"Feria de las emociones"

Para esta actividad se llevará a cabo una feria con cada una de las emociones trabajadas en los encuentros anteriores, para esto se realizarán distintos stands cada uno sobre cada emoción trabajada, en estos stands habrá distintas actividades para que los estudiantes que deseen se acerquen y las realicen, cabe resaltar que las actividades que se encuentran en cada stand son pensadas para el estudiante sepa cómo reaccionar en un momento de tristeza, frustración, alegría etc.

Actividad 5:

"El collar del monstruo de colores"

En esta actividad observarán la canción del monstruo de colores donde deberán gesticular según la emoción que aparece en la imagen, al terminar se les darán moldes del monstruo de las emociones que estarán representadas por un color distinto cada una: tristeza (azul), alegría (amarillo), enojo (rojo), vergüenza (rosado), desagrado (verde); en foami y estos tendrán que personalizarlo a su gusto, como dibujar los ojos, la boca, las cejas, etc. Seguidamente se

perforará la parte superior del monstruo y deberán pasar una hebra de lana a través de él, luego con ayuda se hará un nudo para poder crear un collar.

Actividad 6:

"El rincón de las emociones"

En un rincón del aula de clases se realizará un rincón de las emociones el cual contará con diferentes imágenes semejantes a cada una de las emociones (alegría, enojo, tristeza, temor, envidia…), según la emoción correspondiente en cada imagen debajo de estas habrán varias actividades que los estudiantes se pueden acercar a realizar según su estado de ánimo, al final de esto pueden dar a conocer por qué se sentían de tal manera y cómo se sintieron al momento de realizar la actividad, de igual manera se les preguntará si lograron cambiar sus emociones o aún siguen de la misma manera.

Plan De Acción

Tabla 2.

Plan de acción de la propuesta *"Conectando con mis emociones de una forma divertida"*

OBJETIVO	ACTIVIDAD	ACCIONES	RECURSOS	RESPONSABLE	FECHA
Aprender una técnica de respiración para alcanzar un estado de relajación en los niños.	Respiración del caracol	-Cuento del caracol - Video de la respiración del caracol -Lámina del caracol -Fichas del caracol	-Libro de cuentos - Computador -Televisor -Papel bond -Cinta - Foami -Marcadores	María Fernanda Castillo Vargas Osmany Madelein García Suarez	27 de agosto

		-Manualidad del caracol	-Colbon o silicona		
Reconocer emociones a través de la lectura de un cuento.	Cuento "El monstruo de colores"	-Cuento del monstruo de colores a través de títeres -Canción del monstruo de los colores -Explicación de cada una de las emociones -Colorea cada monstruo con su emoción correspondiente.	-Libro de cuentos -Títeres -Televisor -Computador -Parlante -Imágenes de cada emoción	María Fernanda Castillo Vargas Osmany Madelein García Suarez	15 octubre

Expresar sus emociones a través del arte, identificando y plasmando sus estados de ánimo mediante la pintura.	Pintura y emociones	-Explicación de la actividad -Pegar papel bond -Repartir materiales (pintura, pinceles) -Poner delantales	-Papel -Bafle -Pinceles -Pintura -Delantal -Toallas húmedas	María Fernanda Castillo Vargas Osmany Madelein García Suarez	17 de octubre
Reconocer e identificar diferentes emociones (alegría, tristeza, enojo, miedo)	Feria de las emociones	-Bienvenida a la feria de las emociones. -Presentación de los stands de las emociones. -Actividades de cada uno de los stands	-Papel Craft -Imágenes de las emociones -Mesas -Pintura -Pinceles -Algodón -Cartas -Botellas plásticas -Orbis -Escarcha -Pepitas de colores	María Fernanda Castillo Vargas Osmany Madelein García Suarez	18 de octubre

-Expresar las emociones propias en un espacio de emocional	Collar del monstruo de las emociones	-Cantarán la canción el monstruo de las emociones -Gesticular cada gesto del monstruo -Manualidad del collar-	-Televisor -Computador -Foami -Colores -Cinta adhesiva	María Fernanda Castillo Vargas Osmany Madelein García Suarez	24 de octubre
Proporcionar un espacio seguro para el control de las emociones	El rincón de las emociones	-Stand de las emociones (por cada emoción)	-Las emociones en foami -Monstruo come miedos -Las emociones en papel bond -Botellas de la calma	María Fernanda Castillo Vargas Osmany Madelein García Suarez	25 de octubre

Fuente: Elaboración propia, 2024

Descripción De Las Actividades

ACCIÓN PEDAGÓGICA 1: ¡*Respiración del caracol*!			
FECHA INICIO:	27/09/2024	**FECHA FIN:**	27/09/2024
DURACIÓN:	2 horas	**INTENSIDAD:**	1 día – jornada

Semana: 1

Materiales: Video, cuento, foami, papel de colores y fichas

Motivación.

Se iniciará colocando una canción llamada ***"caracol caracolito",*** después de haberla escuchado la cantaremos todos juntos.

https://www.youtube.com/watch?v=GZLEylG285s

- Caracol, caracol, caracolito, caracol, caracol ¡ay qué bonito!

  Saca tus cuernos al sol, saca tus cuernos al sol (2 veces)



Después de haber cantado esta canción se leerá un cuento corto sobre "el caracol"

-Había una vez un caracol llamado Carlos, que vivía en un jardín lleno de flores de todos los colores. Carlos no era como los demás caracoles, porque tenía un secreto especial: ¡sabía cómo respirar para calmarse cuando estaba nervioso!

Un día, Carlos decidió salir a explorar más allá de su pequeño rincón del jardín. Mientras avanzaba lentamente, comenzó a escuchar ruidos fuertes: el viento soplaba con fuerza y las hojas caían a su alrededor. Carlos se sentía un poco asustado y su corazón empezó a latir rápido. "¿Qué haré ahora?", se preguntaba.





Recordó entonces lo que su abuela, una sabia caracolita, le había enseñado: "Carlos, cuando te sientas nervioso o asustado, recuerda que puedes usar la respiración lenta, como un verdadero caracol. Solo respira, muy lento, como si dibujaras una espiral invisible con tu aliento".

Carlos decidió intentarlo. Cerró los ojos y tomó una respiración profunda, lenta, imaginando que estaba caminando en una espiral, desde el centro hasta afuera. Mientras lo hacía, sentía

cómo su cuerpo se relajaba, y los ruidos ya no parecían tan aterradores. Siguió respirando de esa manera, una y otra vez, hasta que sintió que todo volvía a estar en calma.



Carlos continuó su aventura, y cada vez que encontraba algo que lo ponía nervioso, hacía lo mismo: respiraba lentamente, trazando su espiral de calma. Gracias a esto, Carlos descubrió que no había nada que no pudiera enfrentar si respiraba con calma y paciencia, como un verdadero caracol.

Desde ese día, Carlos compartió su secreto con todos los animales del jardín, enseñándoles a usar la respiración lenta para sentirse tranquilos, pase lo que pase.

Moraleja: Cuando te enfrentes a situaciones difíciles, recuerda respirar como Carlos, el caracol. Lento y constante, todo se puede lograr

Estructuración.

Se iniciará realizando “la respiración del caracol” con los estudiantes, para esto se les pedirá que se coloquen de pie y comenzaremos a tomar aire por la nariz y botarlo por la boca, realizaremos este ejercicio varias veces para que los estudiantes aprendan a realizar un control de su respiración de una manera adecuada.



Posteriormente, después de haber realizado la actividad de respiración se les mostrará a los estudiantes una lámina del caracol, en esta se les explicará cómo podemos controlar la respiración de una manera adecuada, se les dirá que con el dedo índice se seguirá la respiración en los espirales del caracol.



Seguidamente se le darán unas fichas a cada uno de los estudiantes para que cada uno realice la técnica de la respiración del caracol en su respectiva ficha.

Transferencia y Valoración.

Se llevará a cabo una manualidad, en esta manualidad realizaremos un caracol en foami y lo decoramos a nuestro gusto, en este caracol se les pedirá a los estudiantes que practiquen su respiración cuando sientan emociones negativas.



Producción: Caracol en foami

Fuente: Elaboración propia (2024)

ACCIÓN PEDAGÓGICA 2: *Monstruo de colores*			
FECHA INICIO:	15/20/2024	**FECHA FIN:**	15/10/2024
DURACIÓN:	2 horas	**INTENSIDAD:**	1 día – jornada

Semana: 2

Materiales: Cuento, canción y fichas

Motivación.



Se iniciará la actividad presentando el Monstruo de Colores utilizando títeres. A través de una breve narración, se mostrará cómo el Monstruo de Colores se siente confundido por sus emociones y necesita ayuda para organizarlas. Posteriormente, se hará una lluvia de ideas con los niños, preguntándoles si saben qué son las emociones y cómo las experimentan en su vida diaria.

El Monstruo de colores



El monstruo de colores hoy se ha levantado muy confuso…..
No sabe muy bien que le pasa.
Su amiga que lo ha visto todo enredado le dice:
-¿Ya te has vuelto a enredar? ¡No aprenderá nunca!
- ¡Menudo enredo te has hecho con las emociones! Así, todas revueltas, no funcionan.
Tendrías que separarlas y colocarlas cada una en su frasco. Si quieres, te ayudo a poner orden.
-La alegría es contagiosa. Brilla como el sol, parpadea como las estrellas.
Cuando está alegre, ríes, saltas, bailas, juegas… Y quieres compartir tu alegría con los demás.
La tristeza siempre está echando de menos algo. Es suave como el mar, dulce como los días de lluvia.
Cuando estás triste, quieres estar solo. Y no tienes ganas de hacer nada.
-La rabia arde al rojo vivo, y es feroz como el fuego que quema fuerte y es difícil de apagar.
Cuando estás enojado, sientes que se ha cometido una injusticia, y quieres descargar la rabia en otros.
-El miedo es cobarde, se esconde y huye como un ladrón en la oscuridad.

Cuando sientes miedo, te vuelves pequeño y poca cosa, y crees que no podrás hacer lo que se te pide.
-La calma es tranquila como los árboles, ligera como una hoja al viento.
Cuando estás en calma respiras lenta y profundamente. Te sientes en paz.
Estas son tus emociones, cada una tiene un color diferente y ordenadas funcionan mejor.
¿Ves qué bien? Ya están todas en su sitio.

Estructuración.

Actividad: *Canción del Monstruo de Colores*

Se reproducirá la "Canción del Monstruo de Colores", y motivará a los niños a seguir la música y participar activamente con movimientos. Al finalizar la canción, explicará cada una de las emociones asociadas a un color:

- Alegría – amarillo
- Tristeza – azul
- Miedo – negro
- Enojo – rojo
- Calma – verde
- Amor – rosa

Se utilizarán tarjetas de colores para reforzar visualmente cada emoción, pidiéndoles a los niños que levanten la tarjeta correcta cuando mencionan la emoción.

Letra de la Canción del Monstruo de Colores:

(Coro)
¡El monstruo de colores, hoy se va a despertar!
Las emociones lo quieren marear.
¡Rojo, amarillo, verde, azul y más!
Cada color será una emoción.

Verso 1
Rojo de la ira, me quiero explotar,
cuando no me escuchas o me haces enfadar.
Amarillo es mi risa, lo paso genial,
cuando estoy feliz, no puedo parar.

(Coro)
¡El monstruo de colores, hoy se va a despertar!
Las emociones lo quieren marear.
¡Rojo, amarillo, verde, azul y más!
Cada color será una emoción.



Transferencia y Valoración.

Actividad: Se realizará una actividad en la se les dará una pequeña ficha a cada estudiante en la cual estará el monstruo de colores, lo que ellos tendrán que hacer es dibujarle la cara y colorear de la emoción con la cual ellos se sienten identificados, está actividad tiene como como fin que ellos pueda reconocerse a sí mismos y conocer qué emoción están sintiendo.

Producción

Actividad: Los estudiantes mostrarán cada uno de sus monstruos coloreados y deberán decir con qué emoción se sintieron identificados y mostrar de qué color pintaron su dibujo.



Producción: Ficha del monstruo de colores con la emoción que escogió cada estudiante

Fuente: Elaboración propia (2024)

ACCIÓN PEDAGÓGICA 3: *Pintura y emociones*			
FECHA INICIO:	17/20/2024	**FECHA FIN:**	17/10/2024
DURACIÓN:	2 horas	**INTENSIDAD:**	1 día – jornada

Semana: 3

Materiales: Papeles bond, temperas, pinceles y parlantes

Motivación.

Se dará inicio a la clase con una breve conversación sobre la importancia de las emociones y cómo estas influyen en nuestro día a día. Se preguntará a los estudiantes: "¿Alguna vez han sentido que una canción los hace sentir de una manera especial? Luego, se explicará de forma clara y sencilla en qué consistirá la actividad, enfatizando la idea de que la música y el color son formas poderosas de expresar lo que sentimos por dentro, y se realizarán las siguientes preguntas: ¿Qué colores asocian con la alegría? ¿Y con la



tristeza?" para generar expectativas y curiosidad.

Estructuración.
Antes de que los estudiantes lleguen al salón, se pegaran los papeles bond en las paredes y se pondrá el parlante en un lugar visible.
Al inicio de la clase, se entregará un pincel y una paleta de colores a cada estudiante, se explicará brevemente los colores disponibles y cómo utilizarlos.
Después se explicará que se escucharán diferentes tipos de música y que cada estudiante deberá elegir un color que represente la emoción que le provoca cada canción. Luego, pintará en el papel bond una figura o símbolo que represente esa emoción.



Transferencia y Valoración.
Al finalizar la actividad, realiza una reflexión grupal sobre la experiencia. Se harán preguntas como:

- "¿Qué emociones les provocaron las diferentes canciones?"
- "¿Fue fácil o difícil elegir un color para cada emoción?"
- "¿Creen que la música puede influir en nuestro estado de ánimo?"



Producción

Actividad: *Mural de expresión artística*

Al finalizar la actividad, se unirán todos los papeles bond para crear un mural que represente las emociones de todo el grupo.



Producción: Mural de la expresión artística

Fuente: Elaboración propia (2024)

ACCIÓN PEDAGÓGICA 3: *Pintura y emociones*

FECHA INICIO:	18/10/2024	**FECHA FIN:**	18/10/2024
DURACIÓN:	2 horas	**INTENSIDAD:**	1 día – jornada
Semana: 3			
Materiales: Papeles bond, temperas, pinceles y parlantes			

Motivación.



Se dará inicio a la clase con una breve conversación sobre la importancia de las emociones y cómo estas influyen en nuestro día a día. Se preguntará a los estudiantes: "¿Alguna vez han sentido que una canción los hace sentir de una manera especial? Luego, se explicará de forma clara y sencilla en qué consistirá la actividad, enfatizando la idea de que la música y el color son formas poderosas de expresar lo que sentimos por dentro, y se realizarán las siguientes preguntas: ¿Qué colores asocian con la alegría? ¿Y con la tristeza?" para generar expectativas y curiosidad.

Estructuración.



Antes de que los estudiantes lleguen al salón, se pegaran los papeles bond en las paredes y se pondrá el parlante en un lugar visible.
Al inicio de la clase, se entregará un pincel y una paleta de colores a cada estudiante, se explicará brevemente los colores disponibles y cómo utilizarlos.
Después se explicará que se escucharán diferentes tipos de música y que cada estudiante deberá elegir un color que represente la emoción que le provoca cada canción. Luego, pintará en el papel bond una figura o símbolo que represente esa emoción.

Transferencia y Valoración.

Al finalizar la actividad, realiza una reflexión grupal sobre la experiencia. Se harán preguntas como:



- "¿Qué emociones les provocaron las diferentes canciones?"
- "¿Fue fácil o difícil elegir un color para cada emoción?"
- "¿Creen que la música puede influir en nuestro estado de ánimo?"

Producción

Actividad: *Mural de expresión artística*

Al finalizar la actividad, se unirán todos los papeles bond para crear un mural que represente las emociones de todo el grupo.



Producción: Mural de la expresión artística

Fuente: Elaboración propia (2024)

ACCIÓN PEDAGÓGICA 4: *Feria de emociones*			
FECHA INICIO:	18/10/2024	**FECHA FIN:**	18/10/2024
DURACIÓN:	2 horas	**INTENSIDAD:**	1 día – jornada

Semana: 4

Materiales: Papel Craft, imágenes de las emociones, pintura, pinceles, algodón, cartas, botellas plásticas, orbis, escarcha, pepitas de colores

Motivación.
Se les explicará que este es un espacio donde podrán descubrir maneras de conocer, expresar y manejar sus emociones.



Estructuración.
Cada stand representa una emoción, y en cada uno

se realizan actividades para explorar y practicar la regulación emocional. Se utilizarán juegos, dinámicas, manualidades y reflexiones guiadas.

1. Stand de la Alegría

- Actividad: “Caja de recuerdos felices"

Los estudiantes recordarán y escribirán en papelitos un momento en el que se sintieron muy felices. Pueden decorarlos y guardarlos en una caja de recuerdos.





2. Stand de la Tristeza

- Actividad: "Mi nube triste"

Los estudiantes harán una nube con algodón, en donde escribirán una situación que les ha hecho sentir tristes.

Empezamos reconociendo que la tristeza es una emoción común y compartimos formas de manejarla, como hablar con alguien o hacer una actividad que les guste.



3. Stand del Enojo

Actividad: "Botella de alivio"

Los estudiantes crearán una botella antiestrés con agua, orbis, escarcha y pepitas de colores para usar cuando sientan enojo.

4. Stand del Miedo

- Actividad: "Atrapa-miedos"

Cada niño escribe en un papel algo que le asuste, y lo introducirá en la caja del monstruo come miedos

5. Transferencia y Valoración

- Al finalizar, los estudiantes tendrán un espacio para completar un cuestionario sencillo con preguntas como:



- ¿Qué emoción pude sentir con más frecuencia en cada actividad?
- ¿Aprendí alguna nueva forma de calmarme cuando estoy triste o enojado?
- ¿Hay algo que me gustaría compartir sobre cómo me sentí?

Actividad: 4. Producción

Actividad: *Actividades que ayuden a regular cada emoción*

Producción: *Actividades que ayuden a regular cada emoción*

Fuente: Elaboración propia (2024)

ACCIÓN PEDAGÓGICA 5: Collar de emociones			
FECHA INICIO:	24/10/2024	**FECHA FIN:**	24/10/2024
DURACIÓN:	2 horas	**INTENSIDAD:**	1 día – jornada

Semana: 5

Materiales: Televisor, computador, foami, colores, cinta adhesiva

Motivación.
Se iniciará con una historia corta sobre un personaje que experimenta diferentes emociones y cómo estas influyen en su día a día.

Laura y sus emociones

Había una vez una niña llamada Laura que vivía cada día con una emoción distinta.

Un lunes, Laura se despertó llena de alegría. Todo le parecía divertido, y corrió al parque para

jugar con sus amigos. Ese día, se rio tanto que hasta le dolía la barriga.



El martes, al despertar, Laura sintió un poco de miedo. Había soñado con una tormenta y, aunque sabía que era solo un sueño, prefirió quedarse cerca de su mamá. Poco a poco, su miedo se fue desvaneciendo.

El miércoles, Laura estaba curiosa. Decidió explorar el jardín de su casa y descubrió insectos, piedras de colores y hasta un nido de pájaros. Todo le parecía un misterio por descubrir.

El jueves, Laura sintió enojo. Sus hermanos habían usado sus pinturas sin pedirle permiso, y eso la molestó mucho. Fue a hablar con su mamá para calmarse y poco a poco, su enojo se fue yendo.

El viernes, Laura estaba tranquila y en paz. Se sentó a leer su libro favorito junto a la ventana, disfrutando del silencio y sintiéndose agradecida por todos sus días, tan diferentes entre sí.

Al final de la semana, su mamá le dijo: "Cada emoción es como un color que hace tu vida más bonita y completa."

Laura entendió que estaba bien sentir alegría, miedo, curiosidad, enojo y tranquilidad. Desde entonces, aceptó cada emoción, sabiendo que todas formaban parte de ella.



Al finalizar, se harán las siguientes preguntas:

¿Alguna vez se han sentido muy felices, tristes o enojados?
¿Cómo se dieron cuenta de esas emociones?

Estructuración.

Se utilizarán situaciones cotidianas para ejemplificar cada emoción (por ejemplo, una cara triste para la tristeza, un sol brillante para la alegría) y los estudiantes deberán realizar el gesto. Luego, se distribuirán los moldes de foami y materiales para personalizar los monstruos (lápices de colores, marcadores, etc.)

3. Transferencia y Valoración
Se colgarán los monstruos de colores como un collar, y deberán decir por qué escogieron esa emoción.

Actividad: 4: Collar del monstruo de colores



Producción: Collar del monstruo de colores

Fuente: Elaboración propia (2024)

ACCIÓN PEDAGÓGICA 6: *Rincón de las emociones*

FECHA INICIO:	25/10/2024	**FECHA FIN:**	25/10/2024
DURACIÓN:	2 horas	**INTENSIDAD:**	1 día – jornada

Semana: 6

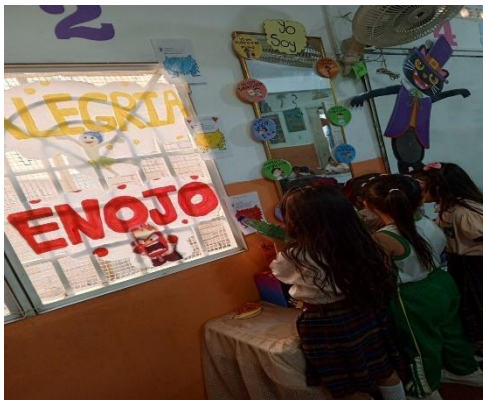
Materiales: Las emociones en foami, monstruo come miedos, las emociones en papel bond, botellas de la calma

Motivación.

Presentación del rincón:

- Se explicará a los estudiantes qué es el rincón de las emociones y cuál es su objetivo.
- Se invitará a los niños a explorar el rincón y a observar las diferentes imágenes y actividades.





Estructuración.
Los estudiantes podrán visitar el rincón cuando sientan la necesidad de expresar o gestionar sus emociones, y cada uno elige la imagen que mejor represente cómo se siente en ese momento y realiza las actividades propuestas.

3. Transferencia y Valoración

Al finalizar la actividad, realiza una pequeña reflexión grupal:

- ¿Cómo se sintieron al visitar el rincón?
- ¿Les ayudó a entender mejor sus emociones?
- ¿Qué actividad les gustó más?

Actividad: 4. Producción
Actividad: Visita el rincón

Producción: Visita el rincón

Fuente: Elaboración propia (2024)

Capítulo III

Marco Metodológico

Enfoque Epistemológico

El presente estudio se desarrolló bajo el enfoque cualitativo, ya que permite identificar "las perspectivas y puntos de vista de los participantes (emociones, prioridades, experiencias, significados y otros aspectos subjetivos) desde una perspectiva interpretativa centrada en el entendimiento del significado de las acciones de los seres vivos, sobre todo de los humanos" (Hernández-Sampieri, 2014, p. 8-9), este enfoque permite la explicación, comprensión e interpretación de lo que sucede en torno a la implementación de la propuesta pedagógica "Conectando con las emociones"

Método De Investigación

El método seleccionado para esta investigación es investigación acción, este tipo de metodología se basa en el estudio de una problemática social específica, la cual requiere una solución y que afecta a un grupo determinado de personas, este método está basado en las propuestas de Restrepo Gómez (2003) quien nos dice que: "La investigación-acción es un instrumento que permite al maestro comportarse como aprendiz de largo alcance, aprendiz de por vida, ya que le enseña cómo aprender a aprender, cómo comprender la estructura de su propia práctica y cómo transformar permanente y sistemáticamente su práctica pedagógica" (2003, p. 7). De acuerdo con lo anterior, la presente investigación no sólo busca la comprensión de cuáles son las emociones, sino que establece el diseño de una estrategia para el desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes, empleando para ellos las concepciones teorías que

fundamentan esta investigación, respaldada por las competencias de Goleman (1995) que enfatiza que estas competencias pueden desarrollarse y mejorarse a través de la práctica y el entrenamiento.

Por otro lado, de acuerdo con la metodología de Restrepo Gómez (2004) propone el desarrollo de la investigación a partir de tres fases: deconstrucción, reconstrucción y evaluación.

Fase de deconstrucción: En el proceso de investigación-acción participativa, se incluye no sólo la reflexión sobre la práctica, sino también su deconstrucción crítica. Esto implica una autocrítica profunda, enfocada en el aspecto específico del problema de investigación. En esta fase, cuyo objetivo es analizar cómo las actividades lúdicas y emocionales empleadas como estrategia contribuyen al fortalecimiento de la inteligencia emocional de los estudiantes de transición.

Fase de Reconstrucción: Sólo es viable con una alta probabilidad de éxito si ha sido precedida por una deconstrucción detallada y crítica de la práctica. Este proceso no busca una renovación completa que ignore los logros anteriores, sino una reafirmación de los aspectos positivos de la práctica previa, complementada con propuestas y esfuerzos que transformen aquellos elementos débiles, ineficaces o ineficientes. Durante esta fase, se diseñarán y ejecutarán actividades orientadas a los estudiantes del grado transición, tales como la “Feria de las emociones” y el “Rincón de las emociones”, con el fin de fortalecer competencias emocionales como la autoconciencia y la empatía. Se desarrollará un plan de acción que detalla cada actividad, junto con su implementación, para asegurar su efectividad

Fase de Evaluación: La fase final consiste en la evaluación de la nueva práctica. En este proceso, se aplica una evaluación acompañada de notas que registran indicadores clave de efectividad.

Tras analizar los resultados obtenidos, se revisan las observaciones recopiladas en el diario de campo para valorar el éxito de la transformación realizada. Las actividades implementadas en esta fase estarán orientadas a evaluar el impacto en los estudiantes de transición respecto a su capacidad para reconocer y gestionar sus emociones. Dichas actividades serán evaluadas tomando en cuenta lo aprendido y observado en las sesiones anteriores, con el objetivo de medir el fortalecimiento de competencias emocionales clave como la autoconciencia y la autorregulación, y de consolidar el proceso educativo enfocado en la inteligencia emocional de los niños.

Escenario De Investigación

El escenario propuesto para dicha investigación es el colegio San José de Cúcuta, ubicado en la Av. 12 #933 Barrio Llano, está establecido en un contexto físico y experimental en el cual se llevará a cabo la investigación, para Strauss y Corbin (1998) destacan la importancia de la inmersión en el escenario para comprender los fenómenos sociales. El escenario es fundamental para llevar a cabo una buena investigación donde todos puedan participar de manera adecuada.

En este trabajo de investigación, el entorno es fundamental, debido que, en gran medida de ello dependen los resultados obtenidos. Es por esto que la presente investigación se llevó a cabo en el Colegio San José de Cúcuta, Norte de Santander, República de Colombia.

Informantes Clave

Debido a que, el proceso de investigación es cualitativo, se entiende como informantes clave aquellas personas que con sus vivencias y con sus conocimientos específicos pueden

apadrinar al investigador y así mismo convirtiéndose en una fuente de información importante para el investigador, siendo crucial contar con variadas perspectivas de la problemática objeto de estudio. Teniendo en cuenta lo anterior, los informantes claves de esta investigación son 26 niños entre las de edades de 5 a 6 años que cursan el grado de transición 01 en la jornada de la mañana. Estos informantes son claves por ser quienes directamente requieren el fortalecimiento de la inteligencia emocional para poder trabajar cinco competencias básicas de las que habla Goleman.

Técnicas E Instrumentos Para La Recolección De La Información

Estas técnicas son cada uno de los recursos que facilitan la labor del investigador a la hora de recolectar la información o datos específicos. Según Arias (2012) "Las técnicas de recolección de datos son las distintas formas o maneras de obtener la información. Son ejemplos de técnicas, la observación, la encuesta, el análisis documental, análisis de contenido" (p. 25). La investigación cualitativa requiere la recolección de datos, aunque no sean de manera específica y concisa, pero necesita tener la recolección de información sobre la población estudiada.

Técnica: Observación

La técnica empleada en esta investigación es la observación participativa, en esta observación participativa todos los sujetos investigados y los investigadores participan de las distintas actividades que se lleven a cabo.

Según Taylor y Bogdan (1984) "la investigación que involucra la interacción social entre el investigador y los informantes en el escenario social, ambiente o contexto de los últimos, y durante la cual se recogen datos de modo sistemático y no intrusivo." Esta investigación participativa se realiza mientras se recolectan los datos necesarios para dar a conocer la investigación.

Instrumentos: Diario De Campo

El instrumento para llevar a cabo en la investigación es el diario de campo, debido que sirve como base para conocer los comportamientos de los estudiantes desde el comienzo de la investigación hasta el final, para (Kroef et al., 2020). “Es una herramienta de recopilación de información que se organiza sistemáticamente en cuanto a la información que captura, a través del análisis de contenido, la observación, la reflexión personal, entre otros. Se puede definir. Organizar, analizar e interpretar la información que se recopila. Es de hacer notar que la aplicación de los instrumentos se realiza en dos momentos de la investigación. La primera en el proceso diagnóstico correspondiente al primer objetivo específico y el segundo momento en la evaluación de las estrategias empleadas, correspondiente al cuarto objetivo específico”

Procedimiento De Análisis De Los Datos

Los datos obtenidos serán analizados a través de un análisis cualitativo, utilizando los diarios de campo. Se emplea el análisis de contenido para identificar patrones emergentes y categorizar las respuestas de los participantes en función de las fases de la investigación, para comparar los resultados iniciales y finales.

Cronograma De Actividades

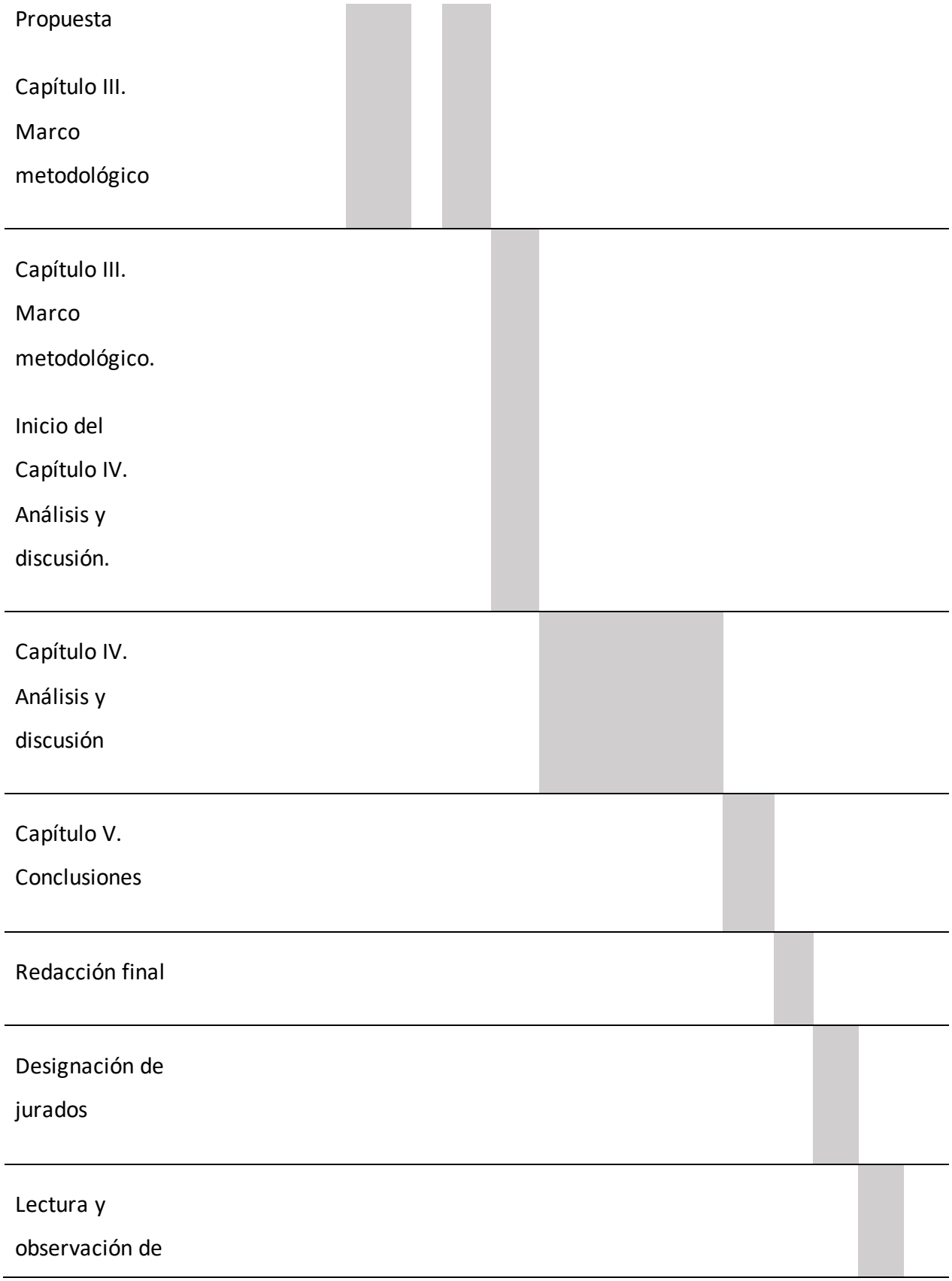
El cronograma de actividades se conoce como una herramienta de gestión de investigaciones o proyectos, donde se muestra el orden de tareas para realizar el proyecto en un orden cronológico. Según Campoy (2019) menciona que, el cronograma de un proyecto o investigación es una de las herramientas más cruciales para el desarrollo de la propuesta, y se realiza la temporización estimada para la investigación a realizar.

La ejecución de esta investigación se desarrollará durante un periodo de 12 semanas. A continuación, se presenta el cronograma.

Tabla 3.

Cronograma de implementación del proyecto de investigación.

Actividad	Septiembre				Octubre				Noviembre			
	Semana				Semana				Semana			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Revisión de la propuesta Capítulo I. Problema												
Revisión de la propuesta. Capítulo I. Problema												
Asistencia a la institución educativa Capítulo II. Marco Teórico												
Capítulo II. Marco Teórico -												


Propuesta
Capítulo III. Marco metodológico
Capítulo III. Marco metodológico.
Inicio del Capítulo IV. Análisis y discusión.
Capítulo IV. Análisis y discusión
Capítulo V. Conclusiones
Redacción final
Designación de jurados
Lectura y observación de

los jurados
Sustentaciones

Fuente: Elaboración propia (2024)

Capítulo IV

Análisis Y Discusión De Los Datos

El presente capítulo establece aquellos resultados obtenidos durante el proceso de investigación realizado, teniendo como soporte lo encontrado a partir de la implementación de las técnica e instrumento aplicados para la recolección de la información. Según lo anterior, el alcance de esta investigación se inició a partir de lo recolectado en los diarios de campo, los cuales fueron organizados y arrojaron los siguientes resultados correspondientes al desarrollo de la inteligencia emocional tomando en cuenta las competencias propuestas por Daniel Goleman en el año (1995), estas son: autoconocimiento, autocontrol, automotivación, empatía y habilidades sociales. Este análisis se trabajará por medio de las fases de deconstrucción, reconstrucción y evaluación.

Fase de Deconstrucción: En esta primera fase, se identificó un problema evidente en las prácticas educativas, relacionado con la falta de habilidades para la gestión emocional en los niños. Con base en esta necesidad, se investigaron fuentes legales, antecedentes y fuentes teóricas relevantes, tales como los aportes de Daniel Goleman, en estos aportes se encontraron las cinco competencias básicas las cuales son: autoconciencia o autoconocimiento,

autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales, estas competencias permiten estructurar una base sólida para el momento de intervenir en el contexto educativo.

Fase de Reconstrucción: Este análisis teórico fue fundamental para diseñar un plan de acción orientado a implementar actividades lúdicas y emocionales que abordaran esta problemática en la cual se pueden desarrollar estas cinco competencias, en el contexto de los estudiantes de transición. En este momento del proceso, se llevó a la práctica el plan de acción respondiendo a esta necesidad, el cual contó con unas actividades y momentos específicos para su ejecución. Actividades como la Feria de las Emociones, el Rincón de las Emociones y ejercicios como el cuento del "Monstruo de colores" se implementaron con el objetivo de ayudar a los estudiantes a identificar, expresar y gestionar sus emociones. La reconstrucción se enfocó en adaptar y mejorar las dinámicas de aula, propiciando un entorno donde los niños pudieran interactuar de manera segura con sus emociones, aprender técnicas de autocontrol, fortalecer la empatía, la motivación y la autoconciencia.

Fase de Evaluación: En esta fase final, se evaluaron los resultados de la intervención mediante la observación directa y el análisis de registros en el diario de campo. Los resultados mostraron mejoras significativas en la capacidad de los niños para reconocer, expresar y gestionar sus emociones. Este progreso validó la efectividad de las actividades implementadas, destacando que los estudiantes, tras participar en estas experiencias, demostraron un fortalecimiento en competencias emocionales esenciales, como la autoconciencia y la autorregulación. A continuación, se presentan los resultados encontrados.

Inteligencia Emocional

Esta subcategoría es inducida del marco teórico de la investigación, se entiende la Inteligencia emocional como la capacidad de comprender e identificar las emociones tanto propias como las de los demás individuos, de igual manera poder gestionar las emociones propias y poder regularlas de una buena manera y abarca sus cinco atributos los cuales son: el autoconocimiento, la autorregulación, la motivación, la empatía y las habilidades sociales"

Figura 2.



Inteligencia emocional desde el enfoque de Daniel Goleman Fuente: Elaboración propia, 2024

Autoconocimiento

En primer lugar, el autoconocimiento se evidencia a través de las experiencias en las que los estudiantes fueron invitados a expresar sus emociones, teniendo en cuenta a Goleman (1996)

quien aseguró que, “reconocer e identificar un sentimiento mientras este se presenta, es la principal clave de una verdadera inteligencia emocional”.

Tal como lo menciona Goleman, los estudiantes exteriorizan sus emociones asociadas a colores o melodías. Por ejemplo, Evelyn levantó la mano y explicó que había coloreado su dibujo de color azul, pues se sentía triste debido a que su amiga no quiso tomar jugo con ella. Además, durante una actividad musical, los estudiantes compartieron lo que cada melodía les hacía sentir, lo cual les permitió reconocer y expresar sus emociones de manera abierta. Logan mencionó que una de las canciones lo hacía sentir feliz porque era de su cantante favorito, mientras que Valentín expresó que sentía amor porque su abuelita siempre le cantaba esa canción y él la quiere mucho. También, algunos estudiantes comentaron que se sentían tristes en situaciones específicas, como cuando sus padres los regañaban, cuando alguien los asustaba, o al ver animales abandonados, lo cual permite ver su capacidad para reconocer las causas de sus propias emociones.

Autorregulación

Por otro lado, la autorregulación se manifiesta en varias situaciones donde los estudiantes logran gestionar sus emociones, tal como Goleman en su libro de inteligencia emocional (1995), define la autorregulación emocional como “la capacidad de controlar las emociones de manera efectiva, sin suprimirlas, pero sí de una forma adaptativa”. Según lo citado anteriormente, la autorregulación emocional es aquella capacidad que poseen los seres humanos para auto controlar sus emociones y no dejarse llevar por los impulsos que estas puedan causar. Tal cual como en una ocasión, Valentín controló el llanto y pudo verbalizar lo sucedido con su compañero. De igual forma, Logan intervino en la actividad mencionando la emoción de ansiedad, la cual asoció con el color naranja, demostrando una comprensión sobre sus emociones

y cómo pueden representarse. Adicionalmente, un grupo de estudiantes recordó la técnica de la respiración del caracol a un compañero que estaba alterado, logrando que se calmara y realizará un dibujo exitosamente. También, al enfrentarse a desafíos que requerían paciencia y autocontrol, algunos estudiantes experimentaron frustración; sin embargo, gracias a las orientaciones brindadas, muchos lograron calmarse, respirar profundamente y retomar la actividad, aplicando técnicas de respiración y motivación. Finalmente, a través del uso de botellitas de la calma, los estudiantes pusieron en práctica su autocontrol, consolidando habilidades de regulación emocional.

Empatía

En cuanto a la empatía, esta se observa en distintas situaciones donde los estudiantes ofrecen apoyo a sus compañeros, según Daniel Goleman (1995) define la empatía como la capacidad de comprender y compartir los sentimientos de los demás", destaca su importancia en la formación de relaciones interpersonales efectivas, la comunicación y el liderazgo, como un caso cuando un estudiante se frustró al no saber cómo realizar un dibujo en el papel bond, otros compañeros mostraron empatía ayudándolo en su tarea. De igual modo, en una ocasión, un estudiante se percató de que otro no tenía pincel para realizar su pintura y le ofreció el suyo, permitiéndole completar su dibujo. Además, la actividad fue fortalecida por la presencia de un espejo en el aula rodeado de frases motivadoras como "yo soy inteligente", "yo soy importante" y "yo soy único". Al leer estas frases en parejas, se les preguntó a los estudiantes cuál querían decirle a su compañero, lo que incentivó la empatía. Algunos expresaron a sus compañeros que eran únicos, hermosos, amigables o amorosos. Finalmente, se evidenció un caso significativo de empatía cuando una docente expresó que tenía sed, y un estudiante, al escucharla, se acercó y le ofreció agua de su termo, mostrando un alto nivel de sensibilidad y empatía hacia los demás.

Motivación

Asimismo, la motivación aparece en el comportamiento de los estudiantes al animar a sus compañeros a participar en las actividades, así como Daniel Goleman (1995) destaca la motivación como un componente clave de la inteligencia emocional, la motivación que impulsa a las personas a alcanzar metas por satisfacción personal y es fundamental para el éxito en diversas áreas de la vida. En un caso específico, una estudiante observó que una compañera no quería pintar y solo miraba, por lo que la invitó a pintar juntas en el papel bond. Este acto de motivación permitió que ambas participaran de manera activa, fomentando un ambiente de colaboración y apoyo.

Habilidades sociales

Finalmente, en relación con las habilidades sociales, estas se fortalecieron durante actividades grupales, debido que Daniel Goleman (1995) describe las habilidades sociales como la capacidad de gestionar las relaciones interpersonales de manera efectiva, estas habilidades incluyen la comunicación, la resolución de conflictos y la cooperación. Esto se vio reflejado especialmente en el stand de la alegría. En esta actividad, los estudiantes participaron en el juego de “el baile de las sillas”, lo cual les permitió expresarse libremente y fortalecer sus habilidades interpersonales. Muchos de ellos interactuaron entre sí y compartieron sus sillas con otros compañeros para que todos pudieran ganar, demostrando así su capacidad para trabajar en equipo y fomentar una convivencia armónica.

En conclusión, la observación de estas actividades revela un desarrollo significativo en las competencias de inteligencia emocional y social de los estudiantes, permitiendo una comprensión profunda de sus emociones, su regulación, la empatía hacia los demás, la

motivación mutua y la habilidad de interactuar de forma respetuosa y cooperativa. Estas experiencias representan un avance hacia la formación integral de los niños, alineándose con los objetivos de la educación emocional en el contexto educativo.

Actividades rectoras

Esta categoría es inducida del marco teórico de la investigación, se entiende por actividades rectoras, debido a que, son elementos fundamentales para la educación inicial desde la comprensión de la naturaleza misma en las interacciones de los niños consigo mismo y con los demás en sus primeros años de vida. Cabe resaltar que las actividades rectoras en esta etapa inicial son cuatro: El juego, el arte, la literatura y la exploración del medio.

Figura 3.

Actividades Rectoras



Fuente: Elaboración propia, 2024

Literatura

En primer lugar, se procedió a la lectura del cuento *El monstruo de colores*, ya que Pérez, Pérez, y Sánchez (2013) reiteran que: "Las habilidades lingüísticas de los niños van incrementando de acuerdo con su edad. El recurso del cuento dispone de una gran flexibilidad en lo que respecta a la complejidad lingüística y la variedad conceptual y discursiva del contenido por lo que es fácilmente adaptable a todo tipo de público de acuerdo con su nivel de comprensión" (p.19)

Así como el momento en el cual los estudiantes prestaron una atención destacable, mostrando interés en el desarrollo de la historia y en los conflictos emocionales del personaje. Esta actividad permitió que los estudiantes se identificarán con las emociones representadas en el cuento y reflexionaran sobre sus propias experiencias.

Juego

Además, en el ámbito del juego, se retomó lo aprendido en la clase anterior sobre la técnica de la "respiración del caracol". Según Domínguez, Sánchez y Mendoza (2019, p. 39) los niños en la escuela utilizan el juego con diversos fines, mientras se divierten van fomentando la socialización, pueden desarrollar la capacidad creativa, crítica y comunicativa, así como el trabajo en equipos al realizar diversas tareas. De esta manera, se practicó nuevamente el control de la respiración, lo cual permitió a los estudiantes interiorizar esta técnica de autorregulación. Todos los estudiantes se mostraron entusiasmados por participar, simulando ser el "caracol Carlos", lo que evidenció su motivación y disposición para aplicar los conocimientos adquiridos de forma lúdica.

Arte

Por otro lado, el área de arte permitió a los estudiantes expresar sus emociones mediante la pintura, según lo mencionado por López Zarate & Herrán Gómez (2021) quienes dicen que "el arte involucra y conlleva con ella un sin números de experiencias relacionadas con nuestros sentidos, imaginaciones y formas de ver la vida, ayudando a percibir y expresar los diferentes sentimientos plasmados en diversas creaciones artísticas". Por ejemplo, el caso de Camila que eligió el color rojo porque sentía enojo al escuchar una canción que no era de su agrado, mientras que Emma manifestó que le gustaba esa misma canción porque le traía recuerdos de su infancia al escucharla en el celular de su madre. Asimismo, en el stand de la tristeza, los estudiantes pintaron con témpera azul y algodón un monstruo, verbalizando además las causas de esa emoción. A continuación, cada estudiante recibió un molde del *Monstruo de Colores*, que decoran libremente, dibujando ojos, boca y cejas para expresar la emoción deseada. Esta libertad creativa les permitió conectarse de forma más profunda con sus propios sentimientos, logrando una expresión auténtica y significativa.

Exploración del medio

Finalmente, en la exploración del medio, los estudiantes tuvieron la oportunidad de experimentar diferentes emociones en un espacio lúdico a las afueras del aula de clase. Así como lo destaca Gómez (2017) quien nos dice que "explorar el medio es una de las actividades más características de las niñas y los niños en la primera infancia. Al observarlos, se puede ver que permanentemente están tocando, probando, experimentando y explorando todo cuanto les rodea; ellas y ellos están en una constante búsqueda de comprender y conocer el mundo". En este momento los stands estaban decorados para representar distintas emociones como alegría,

tristeza, enojo y miedo, lo cual captó la curiosidad y motivación de los estudiantes. El rincón, ambientado con colores y elementos visuales atractivos, despertó inmediatamente el interés de los niños, quienes se sintieron en libertad de elegir las actividades según su preferencia.

En conclusión, estas actividades rectoras facilitaron un aprendizaje integral, permitiendo a los estudiantes explorar y expresar sus emociones a través de la literatura, el juego, el arte y la exploración del medio, logrando así un avance significativo en su desarrollo emocional.

Tabla 4.

Análisis diario de campo 1

Análisis Diario de Campo 1	
Unidad textual del Análisis	**Atributos emergentes**
La interacción entre pares no era la adecuada debido a que los estudiantes se encontraban dispersos y poco atentos a las actividades propuestas. Hubo conflictos entre algunos de ellos, con actitudes de envidia y competencia que generaron tensión en el grupo.	Interacción inadecuada entre pares
Miguel Ángel que se veía aburrido decidió que no quería escuchar el cuento y sin decir nada se fue del salón, por otro lado, Ronaldo quería abrazar a sus compañeros a pesar de que la docente había dicho que no era hora de dar abrazos, de igual manera, un grupo de niños se distraían jugando entre ellos y no colocaban atención al cuento.	Desinterés a la hora de escuchar el cuento
En el fondo del salón se encontraba Diana que miraba a Alan con pena porque lo había pellizcado en un momento anterior y le había dejado un morado en su brazo. Frente a esto ya la profesora la había regañado.	Conflicto entre pares

Valentín estaba terminando de hacer su caracol, pero Albert bruscamente le arrebato su caracol provocando que Valentín se soltara en llanto.	Conflicto entre pares
Valentín logró controlar el llanto y expresar lo que había pasado con su compañero.	Autorregulación Respiración controlada
Por otra parte, se realizó mediación teniendo en cuenta el manejo de la respiración con Albert, quien entendió que debía respetar el trabajo de sus compañeros y le devolvió a Valentín el caracol que le había quitado	Buen manejo de la respiración
Seguidamente, se realizó de manera individual un caracol, para lo cual se le entregó a cada estudiante las partes que debía llevar para poder crearlo; cada estudiante se encargó de realizarle los ojos, la boca y el espiral según su imaginación y creatividad.	Creatividad
Para finalizar la actividad, se colocó sobre una de las paredes del salón una imagen con un dibujo del caracol en tamaño grande, para que en cualquier momento que los niños necesitan respirar, pudieran acercarse y hacerlo libremente.	Autorregulación

Fuente: Elaboración propia de los autores (2024). *Experiencia vivida en el aula*.

Tabla 5.

Análisis diario de campo 2

Análisis Diario de Campo 2	
Unidad textual del Análisis	**Atributos emergentes**
Recordando con los estudiantes lo aprendido en la clase anterior sobre la “respiración del caracol” … se practicó nuevamente el manejo de la respiración…	Respiración

Todos se mostraron ansiosos por participar.	Interés por participar
…se procedió a lectura del cuento “El monstruo de colores”, donde los estudiantes prestaron mucha atención, mostrándose interesados en lo que sucedía con la historia	Literatura- Atención
…Logan realizó una intervención diciendo que también existía otra emoción llamada ansiedad, según él, esta emoción se podía identificar con el color naranja.	Auto reconocimiento
…Evelyn, levantó la mano y dijo que había coloreado el dibujo de color azul porque se encontraba triste debido a que su amiga no quería tomar jugo con ella	Reconocimiento de emociones

Fuente: Elaboración propia de los autores (2024). *Experiencia vivida en el aula.*

Tabla 6.

Análisis diario de campo 3

Análisis Diario de Campo 3

Unidad textual del Análisis	Atributos emergentes
…los estudiantes fueron invitados a compartir lo que les hacía sentir cada melodía permitiéndole expresar sus emociones de manera abierta, Logan dijo que una de esas canciones lo hacían sentir feliz porque es su cantante favorito, mientras que Valentín mencionó que sentía amor porque su abuelita siempre se la canta y él la quiere mucho.	Identificación de emociones
…Camila lo pintó con color rojo debido a que le enojaba que la canción no era la que quería, por otro lado, Emma dijo que esa canción le gustaba mucho porque la escucha desde que era bebé	Expresión artística

en el celular de su mamá.	
Un grupo de estudiantes estaban recordando la técnica de respiración del caracol a un compañero… este se pudo calmar y llevar a cabo un buen dibujo.	Respiración
…se había frustrado al no saber cómo realizar un dibujo en el papel bond, gracias a esta acción de empatía que llevaron a cabo los estudiantes con su compañero	Empatía
Un estudiante se acercó para realizar su pintura en un papel bond, pero al llegar al papel bond no había más pinceles disponibles para llevar a cabo su pintura, un compañero al percatarse de esto se acercó y ofreció su pincel para que el otro compañero pudiera realizar su dibujo	Solidaridad
Una estudiante quiso motivar a una compañera invitándola a que juntas pintaran en el papel bond, puesto que la niña no quería pintar nada y solo quería mirar, su compañera al darse cuenta de esto la invito y motivo para que pintara con ella.	Motivación

Fuente: Elaboración propia de los autores (2024). *Experiencia vivida en el aula.*

Tabla 7.

Análisis diario de campo 4

Análisis Diario de Campo 4	
Unidad textual del Análisis	**Atributos emergentes**
…los estudiantes pudieron explorar diferentes emociones de manera lúdica y participativa a las afueras del aula de clase. Los stands estaban adecuados a cada emoción como: alegría, tristeza, enojo y miedo, lo cual atrajo a los estudiantes los cuales se mostraron	Exploración del medio

curiosos y motivados	
En el stand de la tristeza los estudiantes pintan con témpera azul y algodón el monstruo, asimismo decían la causa que les hace sentir esa emoción	Arte
…Algunos estudiantes contestaron que los hacía sentir tristes cuando sus papás los regañaban, otros decían que cuando alguien los asustaba y se colocaban a llorar y de igual manera otros dijeron que les daba tristeza cuando veían animales abandonados.	Autoconocimiento
…los estudiantes al enfrentarse a este reto requerían paciencia y autocontrol, algunos experimentaron la frustración, sin embargo, con las orientaciones brindadas muchos lograron calmarse, respirar profundo y volver a intentarlo aplicando técnicas de respiración y motivándolos a seguir con la actividad.	Autocontrol
…A través botellitas de la calma lograron poner en práctica el autocontrol.	Autocontrol
Al pasar al stand de la alegría la interacción permitió que los estudiantes se expresaran libremente jugando a la competencia de “el baile de las sillas”, esta experiencia fortaleció las habilidades sociales, ya que muchos estudiantes interactuaron entre ellos y compartían su silla con otro compañero para que todos ganaran.	Habilidades sociales

Fuente: Elaboración propia de los autores (2024). *Experiencia vivida en el aula.*

Tabla 8.

Análisis diario de campo 5

Análisis Diario de Campo 5	
Unidad textual del Análisis	**Atributos emergentes**

Cada estudiante recibió un molde del monstruo de colores y se les permitió decorarlo a su gusto dibujándole los ojos, la boca y cejas que expresara la emoción que querían representar, esta libertad creativa que tuvieron les permitió conectarse más fácilmente con sus sentimientos.	Creatividad
Al finalizar sus monstruos se realizó una pequeña charla donde se les iba pidiendo a los estudiantes que levantaran el monstruo de la emoción que se les indicaba y dijeran que les producía esa emoción… Una estudiante sostiene su monstruo amarillo y comparte: "Este monstruo lo hice de amarillo porque me hace sentir emocionada que ayer fui a cine, también cuando escucho la música alegre quiero bailar." Asimismo, Felipe mostró su creación y dijo que su monstruo es para la ira, y que se siente enojado cuando sus amigos lo dejan jugar	Reflexión
-El enojo: Cuando estos estaban enojados les daban ganas de gritar y golpear cosas… -Tristeza: Los estudiantes expresaron que cuando estaban tristes sentían muchas ganas de llorar, para poder regular esta emoción ellos fueron conscientes de la técnica de respiración del caracol con la cual podían calmarse y respirar. -Alegría: Estos expresaron que cuando estaban alegres les daban ganas de bailar, saltar y abrazar a sus compañeros. -Miedo: Los estudiantes expresaron que cuando sentían miedo les daban muchas ganas de gritar y se sentían espantados…	Reconocimiento

Fuente: Elaboración propia de los autores (2024). *Experiencia vivida en el aula*.

Tabla 9.

Análisis diario de campo 6.

Análisis Diario de Campo 6	
Unidad textual del Análisis	**Atributos emergentes**
El rincón, decorado con colores y elementos visuales atractivos, llamó inmediatamente el interés de los niños, quienes se sintieron en libertad de elegir una actividad. …como Logan, que en medio de una discusión que tuvo con su compañero se fue al rincón de las emociones y empezó a usar la botellita de la calma para poder regular su enojo.	Exploración del medio Autorregulación
Los estudiantes, motivados por la autonomía de elegir qué emoción querían expresar, mostraron diferentes reacciones …	Autonomía
Alegría: Los estudiantes que se acercaron al área de la alegría realizaron actividades como colorear o hacer dibujos de cosas que les hacían felices. Al final, muchos comentaron que se sintieron aún más contentos y relajados tras hacer la actividad, afirmando que compartir su alegría les dio energía positiva. Enojo: Aquellos que expresaron enojo encontraron en las actividades propuestas, botellas de la calma y caracoles con la cual podían practicar la respiración del caracol que servía como una vía de desahogo. La mayoría afirmó que la actividad les ayudó a liberar tensión, y algunos comentaron sentirse más tranquilos o menos frustrados al finalizar. Tristeza: Los estudiantes que eligieron representar la tristeza participaron en	Autoconocimiento y autorregulación

actividades tranquilas, como colorear el Monstruo con un amigo que querían mucho cuando se sentían tristes, al final, algunos dijeron que la actividad les ayudó a sentirse acompañados ya entender que era normal sentirse tristes a veces. Temor: Para el temor, se ofrecieron actividades de respiración, de dibujo de aquello que les asustaba y este se lo daban a una caja diseñada como el Monstruo come miedos. Al final, varios comentaron que hacer estas actividades les permitirá enfrentar sus miedos y, en algunos casos, sentirse más tranquilos.	
La empatía también juega un rol importante en este rincón, para ello en un espejo con el que contaba el aula de clase, alrededor de este se colocaron frases como: “yo soy inteligente”, “yo soy importante”, “yo soy único” …	Empatía
… Se llamaron a los niños en parejas y se les leyeron cada una de las frases, después de haberlas leído se les preguntó “¿Qué frase querían decirle a su compañero?”. Algunos le dijeron a su compañero que este era único, que este era hermoso, que este era amigable y otros dijeron que este era amoroso.	Empatía
…Al finalizar la actividad se pudo observar un caso de empatía en el cual una de las docentes que se encontraba realizando la actividad dijo que se encontraba con sed, un estudiante escucho esto y sacó de su maletín un termo con agua, se acercó a la docente y le dijo “profe, ¿quieres tomar agüita?”, en este momento se pudo evidenciar la empatía de este estudiante al haber solamente escuchado lo que decía la docente.	Empatía

Fuente: Elaboración propia de los autores (2024). *Experiencia vivida en el aula*

Capítulo VI.

Conclusiones

Objetivo 1: Analizar aspectos teóricos, conceptuales, legales y prácticos sobre la gestión de emociones básicas y complejas en los estudiantes de grado transición a partir de los comportamientos que tiene frente a diferentes situaciones.

A partir del análisis teórico, conceptual, legal y práctico realizado sobre la gestión de emociones básicas y complejas en los estudiantes de grado transición, se puede afirmar que el objetivo planteado se ha cumplido satisfactoriamente. En primer lugar, la revisión teórica permitió comprender los fundamentos de la inteligencia emocional y su relevancia en el desarrollo infantil, destacando la importancia de enseñar a los estudiantes habilidades para reconocer y gestionar sus emociones desde temprana edad. Además, el análisis conceptual brindó claridad sobre las emociones básicas y complejas, así como las respuestas comportamentales que los niños presentan en diversas situaciones.

Asimismo, al abordar los aspectos legales, se evidenció la existencia de normativas y lineamientos educativos en Colombia que promueven la formación emocional como un componente clave en el ámbito escolar, lo cual valida y respalda la implementación de estrategias didácticas enfocadas en esta área. Por otra parte, desde la perspectiva práctica y a través de la observación directa de los comportamientos de los estudiantes en escenarios cotidianos, se constató cómo las estrategias pedagógicas aplicadas permiten a los estudiantes experimentar y expresar sus emociones de manera saludable.

Objetivo 2: Diseñar actividades pedagógicas enfocadas en las fases de la inteligencia emocional planteadas por Daniel Goleman y que ayudan a la gestión y control de emociones en los niños y niñas.

El diseño e implementación de actividades pedagógicas enfocadas en las fases de la inteligencia emocional propuestas por Daniel Goleman ha permitido cumplir el objetivo de esta investigación. En primer lugar, se ha comprobado que estas actividades ayudan de manera efectiva a que los estudiantes adquieran herramientas para gestionar y controlar sus emociones, favoreciendo el autoconocimiento, la autorregulación y la empatía en su vida cotidiana. Además, la aplicación de estrategias vivenciales como ejercicios de respiración, la botella de la calma, expresión emocional artística, y más… facilitó que los estudiantes comprendieran de forma práctica y significativa los conceptos de inteligencia emocional.

Asimismo, el uso de actividades prácticas y orientadas al contexto permitió observar cambios positivos en las interacciones y habilidades emocionales de los estudiantes, logrando un desarrollo socioemocional más sólido y consciente. Por lo tanto, esta investigación no solo refuerza el valor de las enseñanzas de Goleman en la educación infantil, sino que también ofrece herramientas útiles para que los educadores continúen promoviendo una formación integral que prepare a los estudiantes para enfrentar los desafíos emocionales del futuro.

Objetivo 3: Aplicar las actividades pedagógicas diseñadas en la propuesta que promueven la educación emocional en los estudiantes de transición.

La aplicación de las actividades pedagógicas diseñadas en esta propuesta ha demostrado ser efectiva para promover la educación emocional en los estudiantes de grado transición, cumpliendo plenamente con el objetivo planteado. En primer lugar, estas actividades facilitaron el desarrollo de las cinco competencias de la inteligencia emocional según Daniel Goleman: el autoconocimiento, la autorregulación, la motivación, la empatía y las habilidades sociales. En efecto, mediante dinámicas vivenciales como ejercicios de respiración, la botella de la calma,

Expresión emocional artística, espejo de afirmación… los estudiantes lograron identificar y gestionar sus emociones de manera práctica y significativa.

Además, la experiencia permitió que los niños y niñas experimentaran en situaciones controladas cómo reconocer y expresar sus emociones, fortaleciendo así su autoconocimiento y autorregulación. A su vez, el desarrollo de la empatía y las habilidades sociales fue evidente en las interacciones grupales, donde los estudiantes aprendieron a respetar y comprender las emociones de sus compañeros. Este proceso refuerza la relevancia de integrar la inteligencia emocional en la primera infancia, tal como plantea Goleman, para fomentar un desarrollo socioemocional sólido y una convivencia más armónica en el entorno escolar.

Objetivo 4: Evaluar la eficacia de las actividades pedagógicas implementadas mediante un análisis de la evolución en el manejo y control de las emociones en los estudiantes de grado transición

La evaluación de las actividades pedagógicas implementadas ha demostrado su eficacia en el desarrollo de habilidades de manejo y control de las emociones en los estudiantes de grado transición, cumpliendo plenamente con el objetivo planteado. A través de un análisis detallado de la evolución de los estudiantes, se constató que las actividades propuestas facilitaron una mejora significativa en el reconocimiento y regulación de sus emociones.

Asimismo, los estudiantes experimentaron situaciones de aprendizaje emocional de manera práctica, lo cual no solo enriqueció su comprensión teórica de las emociones, sino que también fortaleció su habilidad para aplicarlas en contextos reales. Este proceso, en el que los estudiantes pudieron observar y reflexionar sobre sus propios avances, confirma la importancia de una educación emocional integral en los primeros años de formación.

En definitiva, lo expuesto en este análisis reafirma el valor de las estrategias pedagógicas implementadas para promover un desarrollo socioemocional equilibrado en la infancia, proporcionando a los educadores herramientas eficaces para continuar apoyando la inteligencia emocional en sus estudiantes.

Anexos

Anexo a.

Ficha monstruo de colores. *¿Cómo te sientes el día de hoy?*

TRABAJO DE GRADO

Encargadas: Fernanda Castillo y Osmany García

Tema: Las emociones

¿COMO TE SIENTES EL DÍA DE HOY?

- Colorea el monstruo de colores según tu estado de animo el día de hoy y plasma tu emoción.



Anexo b.

Ficha del monstruo de la tristeza.

TRABAJO DE GRADO

Encargadas: Fernanda Castillo y Osmany García

Tema: Las emociones

- Con tempera azul y algodón colorea el monstruo de la tristeza, y luego expresa la causa que te hace sentir está emoción.

Emoción: TRISTEZA



Anexo c.

Sistematización Diario de campo *1. Respiración del caracol*

Diario de Campo			**o. 1**
Institución educativa:	San José de Cúcuta		
Sede:	Mercedes Abrego		
Fecha: 27-09	27 de septiembre del 2024		
Hora de inicio:	7:00 a.m.	**Hora fin:**	9:00 a.m.
Actividad:	¡Respiración del caracol!		
Propósito:	La respiración consciente les permite identificar y gestionar sus emociones de manera efectiva, manteniendo la calma en situaciones de tensión o frustración		
Competencia (Goleman):	Autorregulación emocional		
Elaborado por:	María Castillo- Osmany García		

Observación	
Grado Transición	
Descripción de la experiencia	**Reflexión pedagógica**
Al llegar al aula de clase se pudo observar que la interacción entre pares no era la adecuada, los estudiantes se encontraban dispersos y poco atentos a las indicaciones de la docente facilitadora, había conflictos entre algunos de ellos, con actitudes de envidia y competencia que generaron tensión en el grupo. Además, varios niños salían constantemente del salón sin permiso, lo que dificultaba aún más mantener el orden, pero se logró captar la	La presente jornada permitió reflexionar en las situaciones que se dieron en el desarrollo de las actividades, sobre todo en el manejo de la respiración para contribuir a la autorregulación y control de las emociones. Un aporte reciente es de Duckworth (2020), quien en su investigación resalta la importancia de la autorregulación en el contexto educativo, señalando que los

atención con una canción de Luli Pampin ya que era la que más les gusta.

Para iniciar con la actividad del día contó la historia del "Caracol Carlos" con la que se buscaba captar la atención de los estudiantes, sin embargo, no todos estaban interesados; Miguel Ángel que se veía aburrido decidió que no quería escuchar el cuento y sin decir nada se fue del salón, por otro lado, Ronaldo quería abrazar a sus compañeros a pesar de que la docente había dicho que no era hora de dar abrazos, de igual manera, un grupo de niños se distraían jugando entre ellos y no colocaban atención al cuento. En el fondo del salón se encontraba Diana que miraba a Alan con pena porque lo había pellizcado en un momento anterior y le había dejado un morado en su brazo. Frente a esto ya la profesora la había regañado.

Al terminar el cuento se pasó a la actividad programada para este día sobre la respiración del caracol donde se le dio a cada estudiante una tarjeta con la imagen de un caracol y su caparazón en espiral para que siguieran la respiración según la indicación. Para esto, se les explicó que siguiendo con su dedo el espiral hacia adentro debía inhalar y hacia afuera debían exhalar. Los estudiantes de manera atenta lo realizaron y se les explicó que esta actividad la podían hacer cuando se sintieran muy enojados, temerosos, frustrados, nerviosos, o cualquier emoción que necesitara de respirar.

Seguidamente, se realizó de manera individual un caracol, para lo cual se le entregó a cada estudiante las partes que debía llevar para poder crearlo; cada estudiante se encargó de realizarle los ojos, la boca y el espiral. Durante el desarrollo de la actividad se observó una dificultad entre dos niños, donde Valentín estaba terminando de hacer su caracol, pero Albert bruscamente le arrebato su caracol provocando que Valentín se soltara en llanto.

estudiantes que practican la autorregulación tienden a ser más resistentes y a lograr mejores resultados académicos. Se considera que como docentes en formación se puede integrar el mindfulness en el aula, ayudando a los niños a calmarse y a reflexionar antes de reaccionar con ira. Estas prácticas son valiosas para fomentar un ambiente de aprendizaje pacífico y colaborativo.

Por otro lado, De la Fuente Arias, J. (2017) plantea que la autorregulación se refiere a la autogeneración de pensamientos, sentimientos, y acciones, que las personas utilizamos para conseguir nuestras metas, en una visión tríadica y recíproca.

Teniendo en cuenta estos aportes, se considera que esto es de suma de importancia para los estudiantes, debido que en el transcurso de la mañana los estudiantes en el aula pasan por cantidad infinita de emociones y no son capaces de regularlas, es por esta misma razón que a lo largo del día deben hacer dinámicas de respiración para poder controlarlas.

En este orden de ideas esta primera actividad de la técnica de respiración del caracol nos permitió evidenciar que la enseñanza de una acción tan sencilla como es respirar, pero de manera correcta, marca el inició de procesos de desarrollo emocional en los niños de edades tempranas, contribuyendo en los primeros pasos para lograr alcanzar una autorregulación de sus emociones ante diferentes situaciones, ya sea de rabia, tristeza, frustración etc.

La escena en el salón fue un reflejo de las emociones donde los estudiantes mostraron su dificultad para reaccionar ante diferentes situaciones.

Frente a lo anterior se realizó una intervención, primeramente, abordando a Valentín quien estaba llorando y no se le podía entender lo que había pasado; resultando en un momento ideal para practicar con él la técnica de respiración del caracol. Valentín logró controlar el llanto y expresar lo que había pasado con su compañero.

Por otra parte, se realizó mediación con Albert, quien entendió que debía respetar el trabajo de sus compañeros y le devolvió a Valentín el caracol que le había quitado.

Para finalizar la actividad, se colocó sobre una de las paredes del salón una imagen con un dibujo del caracol en tamaño grande, para que en cualquier momento que los niños necesitaran respirar, pudieran acercarse y hacerlo libremente.

Observaciones generales:

La actividad permitió que los estudiantes lograran entender cómo deben regular su respiración en algunos momentos o situaciones que se les presentan. Al finalizar, se pudo observar que a los estudiantes les gustó la actividad y de manera voluntaria se levantaban a realizar la respiración del caracol en el dibujo.





Fuente: Elaboración propia de los autores (2024). *Experiencia vivida en el aula*

Anexo d.

Sistematización Diario de campo 2. *Monstruo de colores.*

Diario de Campo			**o. 2**
Institución educativa:	San José de Cúcuta		
Sede:	Mercedes Abrego		
Fecha:	15 de octubre de 2024		
Hora de inicio:	7:00 a.m.	**Hora fin:**	09:00 a.m.
Actividad:	Monstruo de Colores		
Propósito:	Identificar, comprender y expresar las emociones		
Competencia (Goleman):	Autoconocimiento		
Elaborado por:	María Castillo- Osmany García		

Observación	
Grado Transición	
Descripción de la experiencia	**Reflexión pedagógica**

Al llegar al aula de clase se pudo observar que los estudiantes estaban más tranquilos y demostraban un buen comportamiento, mantenían una actitud amigable entre ellos, interactuaban de forma respetuosa y colaborativa, y participaban en las actividades con serenidad.

Se iniciaron las actividades a realizar, recordando con los estudiantes lo aprendido en la clase anterior sobre la "respiración del caracol"; para esto, se practicó nuevamente el manejo de la respiración en situaciones donde se sientan frustrados, enojados, nerviosos o tristes.

Seguidamente, se les preguntó acerca del color de cada emoción, ellos identificaron cada una de estas con un color distinto como:

Alegría-amarillo

- Tristeza-azul
- Amor-rosa
- Enojo-rojo
- Calma-verde
- Miedo-morado

Luego, se procedió a la lectura del cuento "El monstruo de colores", donde los estudiantes prestaron mucha atención, mostrándose interesados en lo que sucedía con la historia. Al observar que los colores que habían mencionado al inicio eran similares a los de las emociones del monstruo, se dieron cuenta que solo un color era diferente, el del miedo, que en este cuento evidenciaron era color negro. Además, un estudiante llamado Logan realizó una intervención diciendo que también existía otra emoción llamada ansiedad, según él, esta emoción se podía identificar con el color naranja.

Posteriormente, se inició con una actividad que constaba de una ficha en la cual debían expresar la emoción que sentían en ese momento, lo que iba a ayudarles a auto reconocerse. Para esta actividad debían colorear el monstruo de colores según su emoción y hacerle la cara. Mientras se

La jornada permitió reflexionar sobre las situaciones que surgieron durante el desarrollo de las actividades, especialmente en cómo estas contribuyeron al autoconocimiento de los estudiantes. Según lo anterior, Goleman (1996) aseguró que, reconocer un sentimiento mientras este se presenta, es la principal clave de una verdadera inteligencia emocional, dicho de otra manera, es conocer y amoldar las emociones es crucial para poder llevar una vida satisfactoria. Para conocer y adecuar las emociones, se tienen que reconocer, dicho con otras palabras, es ser conscientes de lo que se está sintiendo.

A través de las experiencias vividas como lo fue la identificación de la emoción, lograron identificar sus propias emociones y comprender mejor sus sentimientos, lo que fortaleció su capacidad para reconocerse a sí mismos en distintas situaciones.

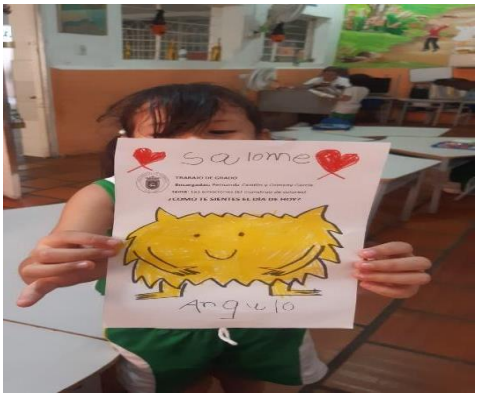
Por otro lado, Yolanda (2019) nos dice que "La autoconciencia emocional es un proceso complejo que requiere dedicarse un tiempo a sí mismo, de escucharse y comprenderse. No se trata de saber identificar nuestra última reacción emocional, por ejemplo, saber que estoy enfadado o me siento triste, sino de detenerse y observar que esconde esa emoción" es decir que la autoconciencia emocional implica buscar el origen y el significado detrás de nuestras reacciones para entender mejor nuestras necesidades y sentimientos.

En este orden de ideas, es fundamental que los estudiantes no solo reconozcan sus emociones en el momento en que las experimentan, sino que también indaguen en el origen y el significado de estas.

Gracias a esta actividad se pudo evidenciar que los estudiantes lograron reconocerse a ellos mismos e identificar la emoción que sentían, esto basado en la primera competencia de Daniel Goleman donde se habla del autoconocimiento, lo que quiere decir que se debe reconocer la

Observaciones generales:
Durante la actividad de hoy se pudo notar que los estudiantes tenían un conocimiento previo sobre las emociones y como se pueden relacionar con distintos colores. En este caso, la profesora ya había trabajado algo similar con el grupo y vieron la película intensamente.





Fuente: Elaboración propia de los autores (2024). *Experiencia vivida en el aula*

Anexo e.

Sistematización del diario de campo. Pintura y emociones.

Diario de Campo			**o. 3**
Institución educativa:	San José de Cúcuta		
Sede:	Mercedes Abrego		
Fecha:	17 de octubre de 2024		
Hora de inicio:	7:00 a.m.	**Hora fin:**	09:00 a.m.
Actividad:	Pintura y emociones		
Propósito:	Identificar y expresar sus emociones de manera creativa mediante la conexión entre la música, el color y el arte		
Competencia (Goleman):	Autoconocimiento y expresión emocional		

Elaborado por:	María Castillo- Osmany García

Observación	
Grado Transición	
Descripción de la experiencia	**Reflexión pedagógica**
El día de hoy la jornada inició con una sesión de escucha de diferentes ritmos musicales, los estudiantes fueron invitados a compartir lo que les hacía sentir cada melodía permitiéndole expresar sus emociones de manera abierta, Logan dijo que una de esas canciones lo hacían sentir feliz porque es su cantante favorito, mientras que Valentín mencionó que sentía amor porque su abuelita siempre se la canta y él la quiere mucho. en ese momento a partir de esto se realizó un ejercicio de empatía que constaba de una pregunta de reflexión "¿Alguna vez han sentido que una canción los hace sentir de una manera especial?" donde algunos estudiantes comenzaron a reconocer y respetar los sentimientos de sus compañeros compartiendo experiencias y comprendiendo las diferencias de cada uno, posteriormente se desarrolló una actividad de dibujo y pintura donde cada estudiante plasmó en el papel bond lo que la música se le inspiraba, Camila lo pintó con color rojo debido a que le enojaba que la canción no era la que quería, por otro lado, Emma dijo que esa canción le gustaba mucho porque la escucha desde que era bebé en el celular de su mamá, teniendo en cuenta que en cada papel bond estaba asignado el color referente a cada emoción. Durante este proceso se observó que un grupo de estudiantes estaban recordando la técnica de respiración del caracol a un compañero, debido que, se había frustrado al no saber cómo realizar un dibujo en el papel bond, gracias a esta acción	La jornada de hoy brindó una oportunidad única para observar y fomentar el desarrollo de competencias emocionales en los estudiantes a través de actividades artísticas y musicales. Desde el inicio, el objetivo fue crear un espacio donde cada niño pudiera explorar y expresar sus emociones de manera auténtica, favoreciendo el autoconocimiento y la empatía. Asimismo, Sandoval (2020) indica que "la empatía es una habilidad social imprescindible en el mundo actual, así lo plantea la teoría de las inteligencias múltiples. Es más importante relacionarse asertivamente con los demás para lograr el éxito que competir con ellos" así que, esto implica que la habilidad de conectar y colaborar con otros es más relevante para alcanzar el éxito que la competencia directa. Por otro lado, al observar la forma en que los estudiantes interactuaban y se brindaban apoyo, fue evidente sus habilidades sociales al compartir de manera respetuosa y colaborativa, ayudándose mutuamente durante las actividades y motivando a quienes necesitaban apoyo. De la misma manera Montañez (2024) menciona que "las habilidades sociales son cualidades o destrezas que nos permiten interactuar adecuadamente con los demás de forma efectiva. Las aprendemos desde que nacemos mediante la interacción con

de empatía que llevaron a cabo los estudiantes con su compañero, este se pudo calmar y llevar a cabo un buen dibujo. Mientras culmina la actividad de la expresión artística, un estudiante se acercó para realizar su pintura en un papel bond, pero al llegar a este no había más pinceles disponibles para llevar a cabo su pintura, un compañero al percatarse de esto se acercó y ofreció su pincel para que el otro compañero pudiera realizar su dibujo.

Por otro lado, se pudo evidenciar que una estudiante llamada Alondra quiso motivar a una compañera invitándole a que juntas pintaran en el papel bond, puesto que la niña no quería pintar nada y solo quería mirar, su compañera al darse cuenta de esto la invitó y motivó para que pintara con ella.

Finalmente, el cierre de la jornada estuvo marcado por una charla en la cual ellos también participaron y se tocaron temas donde se les recordó a los estudiantes la importancia de la empatía con los demás, motivación en sus compañeros y el autocontrol.

nuestros padres y personas de nuestro entorno cercano".

Como afirman Sandoval (2020) y Montañez (2024), estas habilidades son fundamentales para relacionarse de forma efectiva y alcanzar el éxito en comunidad, subrayando la importancia de promoverlas desde la infancia.

Observaciones generales: A través de la escucha musical, el dibujo y el apoyo mutuo entre compañeros, los estudiantes demostraron avances en su capacidad para reconocer y comprender tanto sus propios sentimientos como los de los demás.



Fuente: Elaboración propia de los autores (2024). *Experiencia vivida en el aula*

Anexo f.

Sistematización diaria de campo 4.

Diario de Campo			o. 4
Institución educativa:	Colegio San José de Cúcuta		
Sede:	Sede Mercedes Abrego		
Fecha:	18 de octubre del 2024		
Hora de inicio:	7:00 am	**Hora fin:**	9:00 am
Actividad:	Feria de las emociones		
Propósito:	Auto reconocer cada una de las emociones y conocer actividades para autorregularse, para esto se utilizó de la exploración del medio y el juego.		
Competencia (Goleman):	Auto reconocimiento, Autorregulación		
Elaborado por:	María Fernanda Castillo Vargas y Osmany Madelein García Suarez		

Observación	
Grado Transición	
Descripción de la experiencia	**Reflexión pedagógica**
Para las actividades planteadas el día de hoy se llevó a cabo una feria de las emociones, esta se presentó como un espacio un espacio emocionante y lleno de aprendizaje en el que los estudiantes pudieron explorar diferentes emociones de manera lúdica y participativa. Los stands estaban adecuados a cada emoción como: alegría, tristeza, enojo y miedo, lo cual atrajo a los estudiantes los cuales se mostraron curiosos y motivados por participar	Los estudiantes deben explorar el mundo que los rodea plenamente, la exploración del medio es un proceso que incita a aprender, conocer y entender el mundo; es por ello que Gómez (2017) dice que "explorar el medio es una de las actividades más características de las niñas y los niños en la primera infancia. Al observarlos, se puede ver que permanentemente están tocando,

en cada actividad.

Al iniciar la experiencia los niños se acercaban a los stands donde había diferentes actividades adecuadas a cada emoción y comenzaron a participar en cada uno de ellos. En el stand de la tristeza tuvieron la oportunidad de con un algodón y el color azul en tempera, el cual lo asociamos con la tristeza. Al finalizar nuestro monstruo de la tristeza se les preguntaba a los estudiantes "¿Qué los hacía sentir tristes?", esto con el fin de practicar una de las competencias trabajadas la cual es el autoconocimiento. Algunos estudiantes contestaron que los hacía sentir tristes cuando sus papás los regañaban, otros decían que cuando alguien los asustaba y se colocaban a llorar y de igual manera otros dijeron que les daba tristeza cuando veían animales abandonados. Para enseñarles a regular esta emoción se les enseño la técnica de la "respiración de la mariposa", para ello se les pidió a los niños que cruzaran sus brazos y cerraran sus ojos y tomáramos mucho aire hasta sentir nuestro estomago como un globito, seguidamente nos diéramos palmaditas en nuestros hombros y soltáramos todo el aire que habíamos tomado, esto con el fin de tranquilizarnos y lograr que este sentimiento vaya disminuyendo.

Se continuo con el stand del enojo en el que fue evidente el desarrollo del autocontrol mientras se realizaba una actividad que consistía en hacer torres de cartas, los estudiantes al enfrentarse a este reto requerían paciencia y autocontrol, algunos experimentaron la frustración, sin embargo, con las orientaciones brindadas muchos lograron calmarse, respirar profundo y volver a intentarlo aplicando técnicas de respiración y motivándolos a seguir con la actividad; al finalizar se realizó la botellita de la calma en la cual se usó escarcha, agua y pepitas de colores. A través botellitas de la calma

probando, experimentando y explorando todo cuanto les rodea; ellas y ellos están en una constante búsqueda de comprender y conocer el mundo." De igual manera el juego es otra actividad rectora que está muy presente en la vida del estudiante desde sus primeros años de vida, es por ello que para que el estudiante aprenda también se hace necesario que pueda jugar porque por medio de este va aprendiendo, según Domínguez, Sánchez y Mendoza (2019, p. 39) los niños en la escuela utilizan el juego con diversos fines, mientras se divierten van fomentando la socialización, pueden desarrollar la capacidad creativa, crítica y comunicativa, así como el trabajo en equipos al realizar diversas tareas. En este orden de ideas, por medio del juego los niños en esta etapa inicial desarrollan y potencian su creatividad y son capaces de trabajar en equipo.

Trabajar el auto reconocimiento o la autoconciencia emocional en esta etapa de los estudiantes es fundamental, debido que, esta les ayudará a identificar y comprender sus emociones, un estudiante que sea capaz de reconocer sus propias emociones puede manejar mejor sus impulsos o su manera de reaccionar ante una situación lo que le favorecerá en su desarrollo social. Para Goleman (1996) afirma que "reconocer un sentimiento mientras éste se presenta, es la clave de la inteligencia emocional, es decir, conocer y adecuar las emociones es imprescindible para poder llevar una vida satisfactoria. Para conocer y adecuar las emociones, se tienen que reconocer, es decir, tomar conciencia de lo que se está sintiendo". Según lo mencionado por este autor, es importante reconocer cada uno de los sentimientos para ser conscientes de ellos

lograron poner en práctica el autocontrol.
Al pasar al stand de la alegría la interacción permitió que los estudiantes se expresaran libremente jugando a la competencia de “el baile de las sillas”, esta experiencia fortaleció las habilidades sociales, ya que muchos estudiantes interactuaron entre ellos y compartían su silla con otro compañero para que todos ganaran.
Para finalizar esta feria se pasó al stand del miedo, para esto regresamos al aula y se habló sobre la emoción del miedo, después de una corta charla sobre esta, se les dio unas fichas donde se les dio la indicación que en el cuadro tenían que dibujar a que le tenían miedo y cuando ya tuvieran dibujado su miedo debían insertarlo en el monstruo come miedos. Algunos niños dibujaron que les tenían miedo a las cucarachas, a los fantasmas y a las alturas, por último, se les recordó que cuando se sintieran asustados podían utilizar las técnicas de respiración trabajadas en clases anteriores como “la respiración del caracolito”, la cual los estudiantes ya conocían y se pudo practicar sin ningún problema.
La feria de las emociones fue un espacio donde los estudiantes lograron practicar el auto reconocimiento de sus emociones y reconocer que los hacía sentir de esa manera, de igual manera se pudo trabajar el autocontrol por medio de técnicas de respiración y otras actividades que son de suma importancia para que los estudiantes puedan relajarse y autorregular su emoción.

y así poder entender tanto los propios como los de los demás.
Por otro lado, no solamente es importante el reconocer cada una de las emociones, también es de suma importancia conocer como regularlas en dado momento que llegan a ser muy fuertes e impulsivas, es por esta misma razón que, para Acosta y Padilla (2019) “en gran parte de los problemas individuales y sociales que vemos hoy en nuestra sociedad involucran problemas de autorregulación”. Debido que, la autorregulación es de suma importancia para el desarrollo personal de cada individuo.

Observaciones generales:
Esta feria de las emociones permitió que los estudiantes pudieran explorar y reconocer cada una de sus emociones por medio de las diversas actividades, por otro lado, también se trabajaron actividades de autorregulación para poder llevar estas emociones de manera correcta en momentos de frustración, estrés o tristeza.





Fuente: Elaboración propia de los autores (2024). *Experiencia vivida en el aula*

Anexo g.

Sistematización del diario de campo 5. *El collar de las emociones.*

Diario de Campo			**o. 5**
Institución educativa:	San José de Cúcuta		
Sede:	Mercedes Abrego		
Fecha:	24 de octubre de 2024		
Hora de inicio:	7:00 am	**Hora fin:**	9:00 am
Actividad:	El collar de las emociones (basado en el monstruo de colores)		
Propósito:	Reconocer nuestras emociones por medio del arte		

Competencia (Goleman):	Auto reconocimiento y autorregulación
Elaborado por:	María Fernanda Castillo Vargas y Osmany Madelein García Suarez

Observación	
Grado Transición	
Descripción de la experiencia	**Reflexión pedagógica**
Durante la actividad, los estudiantes tuvieron la oportunidad de explorar y reconocer sus emociones de una manera visual y creativa. La actividad comenzó con una explicación de cada emoción y el color que la representaba, la dinámica de identificar y asociar emociones con los colores despertó la curiosidad en los estudiantes quienes se vieron entusiasmados al comenzar a personalizar sus moldes del monstruo de colores. Cada estudiante recibió un molde del monstruo de colores y se les permitió decorarlo a su gusto dibujándole los ojos, la boca y cejas que expresara la emoción que querían representar, esta libertad creativa que tuvieron les permitió conectarse más fácilmente con sus sentimientos y explorar como se refleja en expresiones faciales. De la siguiente manera: Alegría (amarillo): Los estudiantes que eligieron representar la alegría mostraron entusiasmo y se involucraron con energía positiva, compartiendo sus diseños entre sí y comentando sobre las sonrisas de sus monstruos. ● Tristeza (azul): Los niños que seleccionaron la tristeza lo hicieron con una actitud reflexiva; algunos comentaron sobre momentos en los que se sintieron así. Fue notorio que la	El arte es algo que vive muy presente en los primeros años de vida de los estudiantes y se les desarrolla de una manera muy fácil, y aunque no lo podamos observar, por medio del arte se contribuye al desarrollo integral de los niños en esta etapa, lo cual les permite: desarrollar la imaginación, desarrollar la comunicación, desarrollar la empatía y poder expresar sentimientos por medio de este. Es por esta misma razón que según López Zarate & Herrán Gómez (2021) dicen que “el arte involucra y conlleva con ella un sin números de experiencias relacionadas con nuestros sentidos, imaginaciones y formas de ver la vida, ayudando a percibir y expresar los diferentes sentimientos plasmados en diversas creaciones artísticas.” Gracias al arte se puede conectar con las emociones ofreciéndoles a los estudiantes una forma única de poder expresarse. El reconocer cada una de las emociones no solo implica conocer la emoción que se está sintiendo, implica detenerse a pensar ver cuál es el origen que provoco esta emoción, según Yolanda (2019) expresa que “La autoconciencia emocional es un proceso complejo que requiere dedicarse un tiempo a sí mismo, de escucharse y

actividad les permitía expresar esta emoción en un ambiente seguro y comprendido.

- Enojo (rojo): Los niños que representaron el enojo realizaron expresiones faciales intensas en sus monstruos, con cejas marcadas y ojos entrecerrados. Esta actividad les brindó una forma segura de expresar y exteriorizar esta emoción.

Seguidamente al finalizar sus monstruos se realizó una pequeña charla donde se les iba pidiendo a los estudiantes que levantaran el monstruo de la emoción que se les indicaba y dijeran que les producía esa emoción… Una estudiante sostiene su monstruo amarillo y comparte: "Este monstruo lo hice de amarillo porque me hace sentir emocionada que ayer fui a cine, también cuando escucho la música alegre quiero bailar." Asimismo, Felipe mostró su creación y dijo que su monstruo es para la ira, y que se siente enojado cuando sus amigos lo dejan jugar.

Después de esta intervención se les preguntó a los estudiantes que les producía cada emoción de la siguiente manera los estudiantes dijeron que:

-El enojo: Cuando estos estaban enojados les daban ganas de gritar y golpear cosas, pero en este preciso momento se les recordó que podíamos regular esta emoción por medio de las técnicas de respiración y las botellas de la calma realizadas en la feria de las emociones.

-Tristeza: Los estudiantes expresaron que cuando estaban tristes sentían muchas ganas de llorar, para poder regular esta emoción ellos fueron conscientes de la técnica de respiración del caracol con la cual podían calmarse y respirar.

-Alegría: Estos expresaron que cuando estaban alegres les daban ganas de bailar, saltar y abrazar a sus compañeros.

comprenderse. No se trata de saber identificar nuestra última reacción emocional, por ejemplo, saber que estoy enfadado o me siento triste, sino de detenerse y observar que esconde esa emoción".

-Miedo: Los estudiantes expresaron que cuando sentían miedo les daban muchas ganas de gritar y se sentían espantados, aquí se les recordó la actividad del monstruo come miedos.
La actividad realizada el día de hoy tuvo como propósito que cada estudiante reconociera que le generaba cada una de sus emociones y que actividades se pueden hacer para saber manejarlas.

Observaciones generales:
Durante el transcurso de la actividad llevada a cabo el día de hoy se pudo evidenciar que los estudiantes son más conscientes de sus emociones, que los hace sentir de esa manera y que pueden hacer para regular esa emoción que están sintiendo.





Fuente: Elaboración propia de los autores (2024). *Experiencia vivida en el aula*

Anexo h.

Sistematización diaria de campo 6. *Rincón de las emociones.*

Diario de Campo	**o. 6**
Institución educativa:	Colegio San José de Cúcuta
Sede:	Mercedes Abrego
Fecha:	25 de octubre de 2024

Hora de inicio:	7:00 am	**Hora fin:**	9:00 am
Actividad:	Rincón de las emociones		
Propósito:	Ofrecer un espacio dentro del aula donde los estudiantes puedan explorar, reconocer sus emociones, saber cómo regularlas y ser empáticos con las emociones de los demás.		
Competencia (Goleman):	Autoconciencia, Autorregulación y empatía.		
Elaborado por:	María Fernanda Castillo Vargas y Osmany Madelein García Suarez		

Observación	
Grado Transición	
Descripción de la experiencia	**Reflexión pedagógica**
La actividad en el "Rincón de las emociones" se diseñó para ofrecer a los estudiantes un espacio seguro y personal donde pudieran explorar y reconocer sus emociones. En un área del aula, se dispusieron imágenes que representaban diversas emociones como alegría, enojo, tristeza y miedo. Cada imagen estaba acompañada de actividades específicas para que los estudiantes se acercaran y las realizaran de acuerdo con su estado de ánimo. El rincón, decorado con colores y elementos visuales atractivos, llamó inmediatamente el interés de los niños, quienes se sintieron en libertad de elegir una actividad sin la presión de ser observados por los demás. Los estudiantes, motivados por la autonomía de elegir qué emoción querían expresar, mostraron diferentes reacciones, como Logan, que en medio de una discusión que tuvo con su compañero se fue al rincón de las emociones y empezó a usar la botellita de la calma para poder regular su enojo. De igual	El autoconocimiento juega un papel crucial en la vida de los seres es humano, porque al reconocer los sentimientos y emociones que se sienten se puede llegar a ser más conscientes, Goleman (1996) afirma que “reconocer un sentimiento mientras éste se presenta, es la clave de la inteligencia emocional, es decir, conocer y adecuar las emociones es imprescindible para poder llevar una vida satisfactoria. Para conocer y adecuar las emociones, se tienen que reconocer, es decir, tomar conciencia de lo que se está sintiendo”. Por otro lado, la autorregulación también es importante para saber cómo controlar esas emociones. Para Goleman (1996) dice que, “la autorregulación es una especie de conversación interior que libera a las personas de ser prisioneras de sus

manera los demás estudiantes se acercaron a este rincón y decidieron interactuar con el de la siguiente manera:

- Alegría: Los estudiantes que se acercaron al área de la alegría realizaron actividades como colorear o hacer dibujos de cosas que les hacían felices. Al final, muchos comentaron que se sintieron aún más contentos y relajados tras hacer la actividad, afirmando que compartir su alegría les dio energía positiva.
- Enojo: Aquellos que expresaron enojo encontraron en las actividades propuestas, botellas de la calma y caracoles con la cual podían practicar la respiración del caracol que servía como una vía de desahogo. La mayoría afirmó que la actividad les ayudó a liberar tensión, y algunos comentaron sentirse más tranquilos o menos frustrados al finalizar.
- Tristeza: Los estudiantes que eligieron representar la tristeza participaron en actividades tranquilas, como colorear el Monstruo con un amigo que querían mucho cuando se sentían tristes, al final, algunos dijeron que la actividad les ayudó a sentirse acompañados ya entender que era normal sentirse tristes a veces.
- Temor: Para el temor, se ofrecieron actividades de respiración, de dibujo de aquello que les asustaba y este se lo daban a una caja diseñada como el Monstruo come miedos. Al final, varios comentaron que hacer estas actividades les permitirá enfrentar sus miedos y, en algunos casos, sentirse más tranquilos.

La empatía también juega un rol importante en este rincón, para ello en un espejo con el que contaba el aula de clase, alrededor de sentimientos."

De igual manera, la empatía es la habilidad que permite a las personas reconocer las necesidades y los deseos de otros, permitiéndoles relaciones más eficaces, tal como lo afirma Goleman (1996). "Las personas dotadas de esta aptitud, están atentas a las pistas emocionales y saben escuchar, muestran sensibilidad hacia los puntos de vista de los otros y los comprenden, brindando ayuda". Gracias a la empatía se puede reconocer como se está sintiendo el otro y de esta manera buscar estrategias que sirvan para ayudarle.

este se colocaron frases como: “yo soy inteligente”, “yo soy importante”, “yo soy único”, se llamaron a los niños en parejas y se les leyeron cada una de las frases, después de haberlas leído se les preguntó “¿Qué frase querían decirle a su compañero?”. Algunos le dijeron a su compañero que este era único, que este era hermoso, que este era amigable y otros dijeron que este era amoroso.

Al finalizar la actividad se pudo observar un caso de empatía en el cual una de las docentes que se encontraba realizando la actividad dijo que se encontraba con sed, un estudiante escucho esto y sacó de su maletín un termo con agua, se acercó a la docente y le dijo “profe, ¿quieres tomar agüita?”, en este momento se pudo evidenciar la empatía de este estudiante al haber solamente escuchado lo que decía la docente.

La actividad fue enriquecedora en varios sentidos. El "Rincón de las emociones" permitió a los estudiantes explorar sus emociones en un ambiente libre de juicio, dándoles la oportunidad de elegir cómo querían gestionar lo que sentían. Además, al final de cada actividad, se invitó a los estudiantes a compartir cómo se sentían y si la actividad había logrado cambiar o influir en su estado de ánimo.

Este espacio fomentó la autorreflexión y ayudó a los estudiantes a desarrollar estrategias de regulación emocional, pues aprendieron que pueden elegir actividades para expresar y trabajar sus emociones de manera constructiva. La posibilidad de compartir sus experiencias con sus compañeros generó un ambiente de empatía y apoyo que enriqueció el aprendizaje emocional de todos los estudiantes.

Observaciones generales: El rincón de las emociones fue un espacio que llamo mucho la atención tanto de los estudiantes como de la docente, en este rincón se colocaron las diferentes actividades para la calma, una de ellas fue la botellita de la calma, la cual a la docente le llamo de la atención y preguntó cuáles eran los materiales necesarios para realizarlas, debido que, ella pudo evidenciar que los estudiantes se relajaban con esta y mantenían controladas sus emociones.





Fuente: Elaboración propia de los autores (2024). *Experiencia vivida en el aula.*

Referencias Bibliográficas

Fundación LEGO & UNICEF. (2018). *Aprendizaje a través del juego: Una revisión de la evidencia*. UNICEF. https://www.unicef.org/sites/default/files/2019-01/UNICEF-Lego-Foundation-Aprendizaje-a-traves-del-juego.pdf .

Fundación Botín. (2015). Educación emocional y social. *Análisis internacional.* https://fundacionbotin.org/89dguuytdfr276ed_uploads/EDUCACION/ANALISIS%20INTERNACIONAL/Completo_es.pdf .

Congreso de Colombia. (2024). *Ley 2383 de 2024, por medio de la cual se promueve la educación socioemocional en los niveles de educación preescolar, básica y media en Colombia*. https://www.suin-juriscol.gov.co/clp/contenidos.dll/Leyes/30051863?fn=document-frame.htm$f=templates$3.0#:~:text=LEY%202383%20DE%202024 .

Senado de la República de Colombia. (2021). *Proyecto de Ley No. 438 de 2021 Senado, "Educación emocional en los establecimientos educativos".* https://leyes.senado.gov.co/proyectos/images/documentos/textos%20radicados/proyectos%20de%20ley/2020%20-%202021/PL%20438-21%20Educacion%20Emocional.pdf .

Universidad de San Buenaventura. (2020). *Desarrollo de habilidades socioemocionales en niños de 5 a 6 años*. Biblioteca Digital. https://bibliotecadigital.usb.edu.co/server/api/core/bitstreams/1023a1ce-d7db-4862-b85c-df64936f2bd0/content

Institución Educativa Colegio San José de Cúcuta. (s. f.). *Misión*. Recuperado el 9 de noviembre de 2024. https://colsanjoc.edu.co/web/nuestro-colegio/#:~:text=Misi%C3%B3n

Universidad San Francisco de Quito. (2020). *Plan de educación emocional para el desarrollo infantil*. https://www.usfq.edu.ec/sites/default/files/2020-07/pea_029_0007.pdf

Sanz, M. (2012). *Motivación y su aplicación en el entorno educativo.* Universidad Icesi. https://repository.icesi.edu.co/biblioteca_digital/bitstream/10906/68497/1/sanz_motivacion_aplicacion_2012.pdf

Supo, F. (2015, agosto 8). *El marco teórico, antecedentes investigativos, bases teóricas, bases legales y definición de términos*. Florfany Santa Cruz. https://florfanysantacruz.blogspot.com/2015/08/el-marco-teorico-antecedentes.html

Goleman, D. (2014, 14 de agosto). *La habilidad de hacer una pausa y no actuar por el primer impulso se ha vuelto aprendizaje crucial en la vida diaria. A partir de una frase*. https://apartirdeunafrase.wordpress.com/2014/08/14/la-habilidad-de-hacer-una-pausa-y-no-actuar-por-el-primer-impulso-se-ha-vuelto-aprendizaje-crucial-en-la-vida-diaria-frase-de-daniel-goleman-psicologo-estadounidense-autor-del-libro-intelige/

Universidad Minuto de Dios. (2020). *Habilidades socioemocionales en la primera infancia: Desarrollo y evaluación.* Repositorio UNIMINUTO. https://repository.uniminuto.edu/server/api/core/bitstreams/29f54935-913c-41cd-bc53-06f483446ed5/content

Universidad Autónoma de Cali. (2021). *Desarrollo emocional en niños de 6 a 8 años.* Repositorio UNIAJC. https://repositorio.uniajc.edu.co/server/api/core/bitstreams/2b34e8ef-7e1b-4ee0-8ae4-0ad389a84fde/content

Laborda, P. & Martínez, L. (2010). *Inteligencia emocional y educación: Un enfoque práctico. Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 13(3), 60-70. https://www.redalyc.org/pdf/761/76120651005.pdf

Consejo General de la Psicología de España. (2021). *Autoconciencia emocional: Cómo puede ayudarme. Consejo General de la Psicología.* https://www.conpsicologia.es/blog/autoconciencia-emocional-como-puede ayudarme/#:~:text=La%20autoconciencia%20emocional%20es%20un,observar%20que%20esconde%20esa%20emoci%C3%B3n.

De la Rosa, J. (2021, 1 de octubre). *El papel de la educación emocional en el aprendizaje. Cuaderno de Educación y Psicología.* https://cuedespyd.hypotheses.org/2878

CETYS Universidad. (2020). *Las cinco competencias de la inteligencia emocional. Centro de Psicología* CETYS. https://www.cetys.mx/educon/las-cinco-competencias-de-la-inteligenciaemocional/#:~:text=Competencias%20sociales:%20la%20empat%C3%ADa%2C%20la,el%20%C3%A1mbito%20profesional%20como%20personal

Guzmán Peña, L. (2019). Tesis de grado: *Educación emocional en la etapa preescolar. Universidad de Pamplona.* http://repositoriodspace.unipamplona.edu.co/jspui/bitstream/20.500.12744/7912/1/Guzm%C3%A1n_Pe%C3%B1a_2019_TG.pdf

Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional: Por qué puede importar más que el cociente intelectual.* Bantam Books.

SUCCESS. (s.f.). *¿Cuáles son los 5 componentes de la inteligencia emocional?* Recuperado de https://www.success.com/what-are-the-5-components-of-emotional-intelligence/