

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD
CATÓLICA DEL PERÚ**

FACULTAD DE EDUCACIÓN



Estrategias docente para favorecer el desarrollo de la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años

Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Educación con especialidad en Educación Inicial que presenta:

Katherine Michal Benites Salvador

Asesore(s):

Carmen Emperatriz Garcia Luna

Lima, 2023

Informe de Similitud

Yo, Carmen Emperatriz Garcia Luna,

docente de la Facultad de Educación de la Pontificia Universidad Católica del Perú, asesor(a) de la tesis/el trabajo de investigación titulado

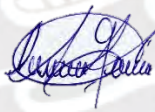
Estrategias docentes para favorecer el desarrollo de la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años,

del/de la autor(a)/ de los(as) autores(as) Katherine Michal Benites Salvador

dejo constancia de lo siguiente:

- El mencionado documento tiene un índice de puntuación de similitud de 20%. Así lo consigna el reporte de similitud emitido por el software *Turnitin* el 10/04/2023.
- He revisado con detalle dicho reporte y la Tesis o Trabajo de Suficiencia Profesional, y no se advierte indicios de plagio.
- Las citas a otros autores y sus respectivas referencias cumplen con las pautas académicas.

Lugar y fecha: San Miguel 10 abril del 2023

Apellidos y nombres del asesor / de la asesora: Garcia Luna, Carmen Emperatriz	
DNI:10028598	Firma
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-6508-0596	

AGRADECIMIENTOS

A mi familia, en especial a mi mamita Juana y mi papito Walter, por apoyarme en cada paso a lo largo de mi carrera y por estar siempre presente en cada momento importante para mí.

A mi mamá, por ser el soporte emocional cuando más lo necesitaba, a pesar estar lejos, y por apoyarme en cada decisión que tomaba.

A mis primos, por siempre sacarme una sonrisa cuando estaba agotada por los trabajos de la universidad y siempre motivarme a seguir.

A la familia Peñaherrera Salas, en especial a mi compañero de vida y de experiencias Walter Peñaherrera Salas, por acompañarme en estos largos años de formación académica, por brindarme siempre su ayuda en los trabajos y por hacer que estos años de mi vida académica sean felices.

A mis amigos de educación, quienes fueron parte de mis aprendizajes en la carrera.

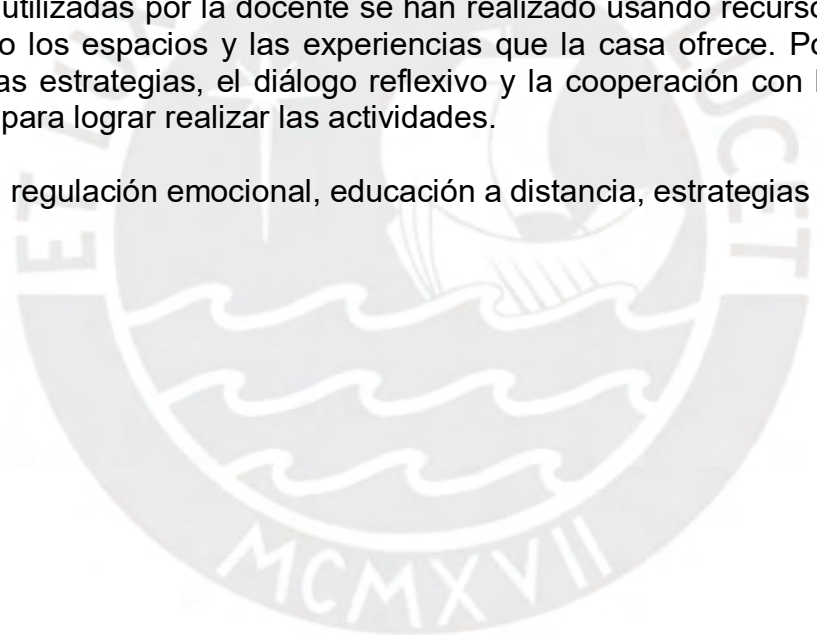
A mi asesora Carmen Emperatriz García Luna, por el gran apoyo en todo este proceso de elaboración de mi tesis y por la compañía emocional durante mis prácticas pre-profesionales.

A mi papá, que hoy está cuidándome desde el cielo; y a mis hermanos, por ayudarme en los momentos que más lo necesitaba.

RESUMEN

Con la nueva modalidad de educación a distancia, las estrategias empleadas por las docentes se han adaptado al nuevo contexto tomando en cuenta las características propias de esta modalidad de enseñanza y aprendizaje. La presente investigación tiene como objetivo analizar las estrategias que la docente utiliza para favorecer el desarrollo de la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años de una Institución Educativa Inicial del distrito de Breña. La investigación tiene un enfoque cualitativo y de tipo descriptivo. Se usó dos técnicas con sus instrumentos. La primera es la entrevista semiestructurada con la guía de la entrevista y la segunda es la observación con la guía de observación, las cuales fueron aplicadas a la docente del aula de 5 años. Los resultados muestran que hay conocimiento acerca de los beneficios de la regulación emocional en el desarrollo del niño, como también sobre sus componentes. Asimismo, las estrategias utilizadas por la docente se han realizado usando recursos tecnológicos y aprovechando los espacios y las experiencias que la casa ofrece. Por último, en la aplicación de las estrategias, el diálogo reflexivo y la cooperación con los padres han sido primordial para lograr realizar las actividades.

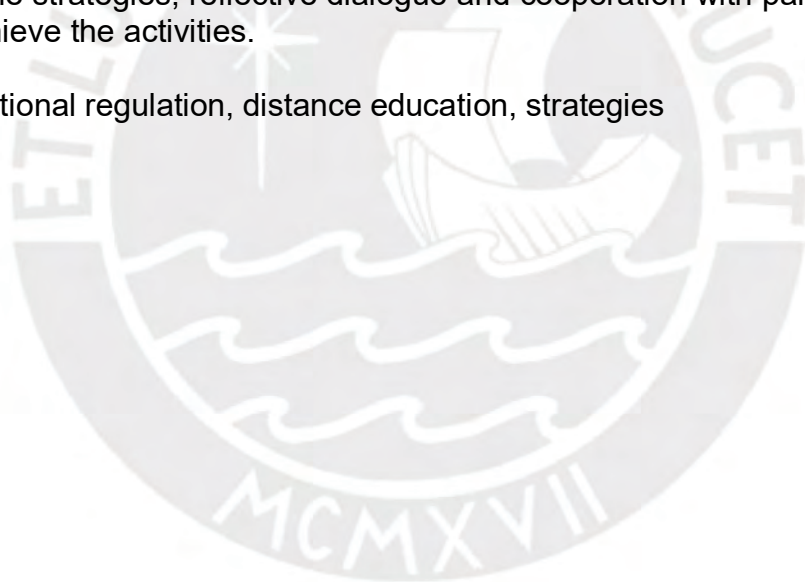
Palabras clave: regulación emocional, educación a distancia, estrategias



ABSTRACT

With the new distance education modality, the strategies used by the teachers have been adapted to the new context, taking into account the characteristics of this teaching and learning modality. The present research aims to analyze the strategies that the teacher uses to favor the development of emotional regulation in distance education with 5-year-old children from an Initial Educational Institution in the Breña district. The research has a qualitative and descriptive approach. Two techniques were used with his instruments. The first is the semi-structured interview with the interview guide and the second is the observation with the observation guide, which were applied to the 5-year-old classroom teacher. The results show that there is knowledge about the benefits of emotional regulation in the development of the child, as well as about its components. Likewise, the strategies used by the teacher have been carried out using technological resources and taking advantage of the spaces and experiences that the house offers. Finally, in the application of the strategies, reflective dialogue and cooperation with parents have been essential to achieve the activities.

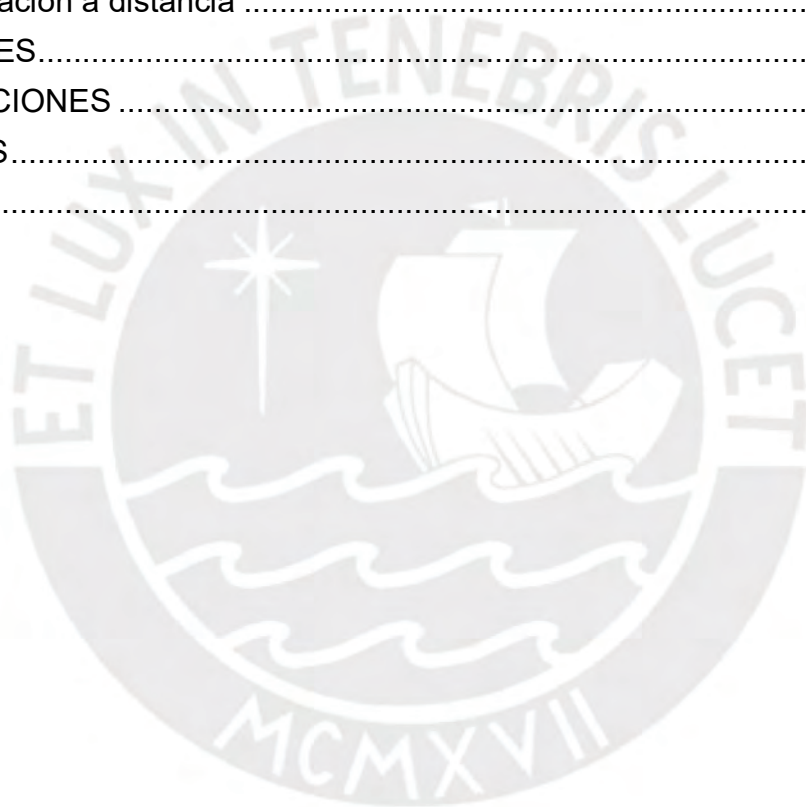
Keywords: emotional regulation, distance education, strategies



INDICE

RESUMEN	3
ABSTRACT	4
INTRODUCCIÓN	7
PRIMERA PARTE: MARCO TEÓRICO	10
CAPÍTULO 1: REGULACIÓN EMOCIONAL	10
1.1. Inteligencia emocional	10
1.1.1. Definición de la Inteligencia emocional.....	10
1.1.2. La regulación emocional en la inteligencia emocional.....	12
1.2. La regulación emocional	12
1.2.1. Comprendiendo la regulación emocional	12
1.2.2. Importancia de la regulación emocional	14
1.3. Componentes para la regulación emocional	16
1.3.1. Conciencia emocional	16
1.3.2. Comprensión emocional.....	18
1.3.3. Expresión emocional	18
CAPÍTULO 2: ESTRATEGIAS PARA FAVORECER LA REGULACIÓN EMOCIONAL EN UNA EDUCACIÓN A DISTANCIA.....	20
2.1. Educación a distancia en el nivel inicial	20
2.1.1. Evolución de la educación a distancia.....	20
2.1.2. Características de la educación a distancia.....	23
2.1.3. Elementos de la educación a distancia	24
2.2. Estrategias para favorecer la regulación emocional.....	28
2.2.1. Actividades de expresión gráfico-plástica.....	28
2.2.2. Actividades sensoriales	29
2.2.3. Narración de cuentos	30
2.2.4. Actividades de expresión corporal.....	32
2.2.5. Actividades musicales	33
SEGUNDA PARTE: INVESTIGACIÓN.....	35
CAPITULO 3: DISEÑO METODOLÓGICO	35

3.1. Enfoque, nivel y método.....	35
3.2. Objetivos, categorías y subcategorías	36
3.3. Población muestra/ fuentes informantes	40
3.4. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos.....	40
3.5. Técnicas para la organización, el procesamiento y análisis	41
3.6. Principios de la ética de la investigación	42
CAPÍTULO 4: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS	43
4.1. Categoría: regulación emocional.....	43
4.2. Categoría: estrategias para favorecer la regulación emocional en una educación a distancia	48
CONCLUSIONES.....	56
RECOMENDACIONES	58
REFERENCIAS.....	59
ANEXOS	66



INTRODUCCIÓN

Debido a la COVID-19, la educación ha tenido que seguir su proceso formativo a través de una educación a distancia, por lo cual la cercanía e interacción con los niños para dar soporte emocional y aplicar estrategias para la regulación emocional han tenido que adaptarse al nuevo contexto. Por ello, es necesario que las estrategias de regulación emocional se adecúen a las características propias a la nueva modalidad formativa, pues como menciona Patiño (2020), en la educación a distancia se debe facilitar la autonomía de los estudiantes, tener una comunicación con todos los educandos, y que los materiales o recursos sean mediados y guiados por la docente.

Abordar este tema se debe a la importancia de que los niños logren comprender sus emociones y sean capaces de manejarlos ante circunstancias donde se sientan afectados. En el aula se observan situaciones donde hay niños que no logran aun manejar la emoción suscitada en ese momento y una de las reacciones que afectan al otro es el golpear, pellizcar, entre otras; como también puede haber otras reacciones como las rabietas, etc. Por ello, es importante trabajar la regulación emocional de los niños y las niñas a fin de que sean capaces de dirigir su conducta y organizar sus emociones.

Es así que la presente investigación desarrolla el tema de “Estrategia docente para favorecer el desarrollo de la regulación emocional en niños de 5 años en el contexto de una educación a distancia” y está inscrito en la línea de investigación currículo y didáctica. El problema de investigación es el siguiente: ¿Cuáles son las estrategias que utiliza la docente para favorecer la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años de una Institución Educativa Inicial del distrito de Breña?

Para resolver este problema, se plantea los siguientes objetivos de investigación. El objetivo general es analizar las estrategias que la docente utiliza para favorecer el desarrollo de la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años de una Institución Educativa Inicial del distrito de Breña. Los objetivos específicos son;

por un lado, Conceptualizar la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años de una Institución Educativa Inicial del distrito de Breña; por el otro, Describir las estrategias que emplea la docente para favorecer el desarrollo de la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años de una Institución Educativa Inicial del distrito de Breña.

En la búsqueda de información sobre la problemática de la investigación, se han encontrado los siguientes antecedentes que refuerzan el tema a investigar. En la tesis doctoral de García (2018), titulada “La regulación emocional infantil y su relación con el funcionamiento social y con la función ejecutiva. Un estudio con niños con diferentes características en su desarrollo”, el objetivo principal es proveer conocimiento acerca de la influencia de la regulación emocional en el desarrollo social de los niños y las niñas. Esta tesis permite dar a conocer la importancia de la regulación emocional para el desarrollo social de los estudiantes.

En la tesis de Rodríguez (2015), titulada “Desarrollo de la inteligencia emocional en los niños y niñas de pre jardín del jardín infantil de la UPTC”, el objetivo principal es contribuir con el desarrollo de la inteligencia emocional de los niños y niñas a través de interacciones pedagógicas en el grado Pre Jardín del Jardín Infantil de la UPTC. Esta tesis menciona a la regulación emocional como una de las habilidades de la inteligencia emocional. Además, expresa que los niños tienen sus primeras experiencias emocionales desde la infancia y por ello es importante tocar este tema desde la educación inicial.

Por último, en la tesis de bachiller de Jara (2018), titulada “El rol docente como promotor de la educación emocional en el segundo ciclo del nivel inicial”, el objetivo principal es describir el rol docente como promotor de educación emocional. En esta investigación se pone en énfasis el rol que debe cumplir el docente para educar las emociones de los niños, siendo la regulación emocional una de las competencias de la educación emocional. Entonces, este estudio nos permite observar que parte fundamental para favorecer la regulación emocional de los niños es el rol docente.

Ante estos antecedentes, se considera relevante el problema a estudiar porque desde la infancia se observa que los niños comienzan a expresar sus emociones y el problema no es la expresión sino es cuando aquello crea un conflicto en las relaciones sociales y/o consigo mismo. Además, la regulación emocional es importante para la dimensión social ya que permite que el niño pueda llevar mejor las interacciones con sus pares y, por otro lado, a la dimensión emocional puesto que ayudará que el niño tenga un bienestar emocional consigo mismo.

Por otro lado, la metodología de la presente investigación se desarrolla dentro de un enfoque cualitativo descriptivo en el cual se recoge las subjetividades de la docente sobre el tema de estudio. En ese sentido, se recoge los conocimientos de la docente sobre la regulación emocional mediante la técnica de la entrevista semiestructurada, y se identifica las estrategias para la regulación emocional que emplea la docente en el marco de la educación a distancia, a través de la técnica de la observación.

Por último, la investigación se desarrolla en dos partes, las cuales se subdividen por capítulos. En la primera parte, se desarrolla el marco teórico, el cual está compuesto por dos capítulos; el primero, sobre la regulación emocional; y el segundo, sobre las estrategias que favorecen la regulación emocional en una educación a distancia. En la segunda parte, se desarrolla la investigación, en el tercer capítulo se detalla la metodología de la investigación y en el cuarto capítulo el análisis e interpretación de los resultados; además de las conclusiones y recomendaciones.

PRIMERA PARTE: MARCO TEÓRICO

CAPÍTULO 1: REGULACIÓN EMOCIONAL

En este primer capítulo, se desarrollan cuatro subtemas. En el primero, se menciona la inteligencia emocional para contextualizar el tema de la regulación emocional, ya que este no aparece por sí solo, sino que tiene una base que lo sustenta. En el segundo, se explica la regulación emocional, comenzando desde las emociones para comprender el porqué de la regulación. En el tercero, se menciona la importancia de trabajar en la regulación emocional en las diferentes dimensiones del ser humano. Por último, se hace énfasis en los componentes que permiten favorecer la regulación emocional.

1.1. Inteligencia emocional

Para hablar de regulación emocional, es necesario contextualizar este término para poder entender su significado. En ese sentido, se conceptualiza la inteligencia emocional y se explica cómo la regulación emocional forma parte de ello.

1.1.1. Definición de la Inteligencia emocional

Desde hace muchos años, el término Inteligencia emocional, abreviado en I.E, ha tenido diferentes giros en cuanto a su definición. En primer lugar, Law et al. (2008) mencionan que la inteligencia emocional era conocida con el nombre de inteligencia social por Edward Thorndike en el año 1920, que significaba la capacidad de comprender y gestionar a las personas adultas y niños para que tengan la capacidad de tener relaciones interpersonales de manera exitosa. Este concepto fue el inicio para desarrollar posteriormente la inteligencia emocional; pues si bien no lo explica al detalle, ya se había comenzado a relacionarlo con el tema de relaciones sociales.

En segundo lugar, Law et al. (2008) exponen que en el año 1983 apareció el término Inteligencia Múltiple, desarrollado por el Dr. Daniel Goleman, en el cual se incluyó la "inteligencia personal", que se compone de inteligencia intrapersonal, que se refiere a los rasgos internos de una persona, como los sentimientos, las emociones, la capacidad de etiquetar estas emociones y comprenderlas para luego llegar al comportamiento e inteligencia interpersonal que se basa en la capacidad de comprender a los demás. A su vez, Goleman señala las características de la I.E de la siguiente forma:

La capacidad de motivarnos a nosotros mismos, de perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, de controlar los impulsos, de diferir las gratificaciones, de regular nuestros propios estados de ánimo, de evitar que la angustia interfiera con nuestras facultades racionales y, por último, -pero no por ello menos importante- la capacidad de empatizar y confiar en los demás. (2008, p. 36)

Es así que la I.E comenzó a poner énfasis en las emociones y cómo estas influyen en el comportamiento de las personas. Además, también se menciona que la I.E permite el éxito personal y profesional, pues las personas tienen la capacidad de pensar antes de actuar y así tomar decisiones importantes en cualquier aspecto de su vida.

Asimismo, Gallego-Gil y Gallego-Alarcón (2006, como se citó en Fernández y Montero, 2016) mencionaron que la I.E es una capacidad que se desarrolla a través de la educación, siendo el primer lugar de aprendizaje el hogar; sin embargo, hay una posibilidad de que esto se reestructure cuando los niños ingresan a las aulas, siendo la escuela otro espacio educativo en donde se desarrolle la inteligencia emocional. Por ello, la I.E se da desde la infancia, ya que, según Henao y García (2009), es en esta primera etapa en donde los niños comienzan a reconocer sus emociones e identificar sus causas.

De esta manera, la I.E ha tenido una gran apertura en el ámbito educativo por su significatividad en el desarrollo integral de los niños, para que estos puedan adquirir la capacidad de relacionarse satisfactoriamente con los demás, comprendiendo sus emociones y la de los otros.

1.1.2. La regulación emocional en la inteligencia emocional

Al identificar y definir la inteligencia emocional como un conjunto de capacidades para el manejo posterior de relaciones interpersonales exitosas, diversos autores han mencionado que la inteligencia emocional tiene competencias emocionales. Estas competencias, según Araujo (2010, como se citó en Cárdenas, 2021), significan aquellas competencias que permiten gestionar las propias emociones y la de los demás. Estas competencias emocionales se dividen en 5 partes: la conciencia emocional, la regulación emocional, la autonomía emocional, las habilidades socioemocionales, o también conocidas como competencia social, y las habilidades para la vida y el bienestar.

Otros autores como Fernández-Berrocal y Ramos (2002, como se citó en Martín, 2016) mencionan que la I.E implica tres procesos, que son la percepción, comprensión y regulación de las emociones, y que tiene diez características: el control emocional, las habilidades de comunicación, la administración del estrés, las habilidades sociales, la administración de nuestros objetivos, el control de impulsividad, la autoestima, el equilibrio, la automotivación y la actitud positiva.

1.2. La regulación emocional

Para comprender la regulación emocional, es necesario conocer qué significa, pero también es importante saber por qué se llega a conceptualizar este tema. En otras palabras, dentro de la conceptualización de regulación emocional es necesario hacer un énfasis en las emociones, en su clasificación, en cómo el cuerpo reacciona ante ellas y cuándo se hace imprescindible la regulación emocional. A partir de este conocimiento se abordará la importancia de trabajar en los niños la regulación emocional.

1.2.1. Comprendiendo la regulación emocional

Hablar de regulación emocional implica, primero, conocer qué es la emoción. Según Bisquerra (2000, citado en Vivas, Gallego y González, 2007) es aquella reacción

ante un estímulo que se recibe del entorno social, y la intensidad de esta reacción está sujeta a cómo es percibida. En ese sentido, la emoción es tal activación del organismo cuando ocurre una situación que altera el estado emocional de la persona y que le permite actuar inmediatamente. Además, estas reacciones emocionales son diferentes en cada individuo, por lo mismo que son percibidas de distinta forma; o que la intensidad de tal reacción no es igual en otro evento similar.

Asimismo, estas emociones son clasificadas de diversas formas según cada autor, entre ellas están las emociones básicas y las emociones secundarias. Bisquerra (2009) menciona que, desde el enfoque cognitivo, las emociones básicas son todas aquellas emociones que componen los elementos fundamentales de la vida emocional y que éstas se caracterizan por una expresión facial y una forma típica de afrontar una situación. Asimismo, señala que las emociones secundarias se derivan de las emociones básicas generalmente por la combinación entre ellas y que éstas no se caracterizan por una expresión facial ni acción en particular.

Ante ello, Gallardo (2007) explica las 3 reacciones que una emoción suscita en la persona. En primer lugar, se refiere a la reacción fisiológica, que se relaciona con los cambios que se observan en el cuerpo, como la respiración rápida, la aceleración en el ritmo cardíaco, el sudor, etc.; es decir, las sensaciones corporales y las expresiones faciales. En segundo lugar, se refiere a la reacción cognitiva con el que se experimenta subjetivamente una emoción. En tercer lugar, a la reacción conductual el cual hace mención al comportamiento y posición que adopta el individuo para responder a cierta emoción; por ejemplo, el llanto, las rabietas, los golpes, entre otras.

Debido a la combinación de estas 3 reacciones emocionales, se desprende la necesidad de que los niños aprendan a regular sus emociones, pues ellos reaccionan ante una situación de acuerdo a sus emociones que contraen en ese momento y muchas veces son reacciones inadecuadas. Por ello, la regulación emocional es concebida como la habilidad para manejar las expresiones emocionales y actuar cada vez más de acuerdo a las normas sociales (Whitebread y Basilio, 2012). Dicho de otra forma, es la habilidad

de adecuar el comportamiento que se suscita de situaciones que afectan a la persona con el fin de responder asertivamente y fomentar interacciones sociales positivas.

Además, según Gross (1998, citado en Gross, 2014), la regulación emocional significa el proceso por el cual las personas ejercen una influencia sobre sus emociones, saben cuándo suceden, cómo lo experimenta y se expresan. De esta forma, se infiere que regular las emociones significa reconocer e identificar aquellas emociones y saber cómo se expresa en el comportamiento para luego actuar de forma correcta de acuerdo a las normas sociales. Es así que se desprende la importancia de trabajar la regulación emocional para el desarrollo integral del niño.

1.2.2. Importancia de la regulación emocional

Con la definición mencionada en el apartado anterior, se puede deducir que, cuando a los niños se les favorece con estrategias para regular sus emociones, sus distintas dimensiones se reestructuran y tiene una mejor forma de responder ante cualquier situación que le suceda dentro de su etapa preescolar. Estas dimensiones son a nivel emocional, social y académico.

- **A nivel emocional.** En primer lugar, cuando se hace referencia al nivel emocional, tiene que ver básicamente con las emociones que experimenta un niño y que en muchos casos son emociones intensas que este no los recibe de la manera más adecuada. Entonces, ese sentimiento, producto de la emoción, provoca en él una incomodidad que se demuestra en su expresión facial, corporal, hasta conductual. En ese sentido, Molina (2011, citado en Marcelo, 2018) menciona que la regulación emocional permite que los niños controlen sus impulsos y de esa manera tengan un bienestar emocional. Es decir, favorece en la mejora de su estado anímico y, por ende, en el modo de sentirse, generando así buenas respuestas emocionales.

Además, como bien se ha conceptualizado a la regulación emocional, parte de su función es comprender las emociones, con la finalidad de lidiar con ellas introspectivamente y alcanzar una satisfacción emocional que es la expulsión de la emoción cargada, pero de una manera adecuada. Un niño de 5 años ya recibe un

conjunto de emociones básicas que lo llevan a las emociones más complejas, pues a medida que el niño crece, el lenguaje se desarrolla y hay más interacción. Entonces, está expuesto a sentirse, por una parte, con una alta intensidad emocional que le produzca satisfacción; y, por otra parte, con una alta emoción que le genera irritabilidad. Por ello, es importante trabajar en la escuela estrategias para llegar a la regulación emocional.

• **A nivel social.** En segundo lugar, a nivel social se entiende como la interacción de un niño con las demás personas, ya sean de su edad o adultas. Esto supone establecer relaciones interpersonales en las cuales está inmersa la cultura, que significa la existencia de diversas ideas, opiniones, decisiones, conductas, entre otras, en un contexto social. Entonces, el niño está incentivado a socializar, lo que implica accionar dentro de un cuadro de normas de convivencia; pero esto, en muchos casos, es complicado para ellos porque en la edad preescolar, al haber diferentes ideas, suelen aparecer desacuerdos entre ellos. En consecuencia, responden según lo que sienten en ese momento lo cual en algunos casos suelen perjudicar al otro.

Debido a lo anterior, es importante la regulación emocional porque esta, según Aldrete-Cortez et al. (2014, citado en De la Fuente, 2021), permite que el niño tenga la habilidad de inhibir tal conducta y/o comportamiento y responder según las normas de la sociedad. Gracias a la regulación emocional, el niño se desarrolla dentro del marco de convivencia social, pues al regularlas reconoce los momentos que lo hacen sentirse de esa forma y tratará de manejar la situación en una próxima vez. De esta manera, se puede decir que la regulación emocional fomenta el desarrollo de las habilidades sociales para así crear fuertes vínculos con los demás.

Cuando un niño comienza a socializar, es necesario que poco a poco entienda que todos sus compañeros tienen derecho a dar su punto de vista, por ejemplo, en un juego, pues esa es una característica de la interacción social. Asimismo, es necesario que comprenda que estas interacciones pueden generar diversas reacciones emocionales en cada niño, por lo que es importante responderlas adecuadamente. Para ello, la regulación emocional, según McClelland, Geldhof, Cameron y Wanless (2015,

citado en De la Fuente, 2021), permite que el niño perciba esta emoción que le ha generado al escuchar que se decidió otro juego en vez del que sugirió, lo procese y al final tome decisiones en cuanto a su comportamiento. Esto ayudará a que el niño se adapte al contexto regido por las normas, como también a tener relaciones interpersonales significativas.

• **A nivel académico.** En tercer lugar, a nivel académico se refiere a los resultados exitosos en las pruebas y en el proceso durante el aprendizaje. Para que un niño pueda tener estos resultados es necesario la atención, concentración, memoria y los demás procesos cognitivos. Sin embargo, estos dejan de ir en marcha cuando hay algo que frustra el proceso de aprendizaje, y ello se da cuando una actividad no le sale como él esperó o no entendió. Cuando sucede esto, la atención ya no se dirige hacia la actividad, sino al estado emocional que surge en ese momento, por lo que la enseñanza pasa a un segundo plano y se enfoca en la actividad frustrada y en la emoción surgida.

La regulación emocional actúa en ese caso como aquel que “prepara a los niños para adaptarse a diversas situaciones retadoras, participar asertivamente, regular comportamientos y emociones y generar amistades significativas durante la etapa escolar” (McClelland et al., 2015, citado en De la Fuente, 2021). En otras palabras, se adapta en el sentido que apropia esa emoción y crea un equilibrio emocional entre lo que siente y sus objetivos, lo que le permite controlar su conducta.

1.3. Componentes para la regulación emocional

En este apartado se consideran 3 componentes que permiten que los estudiantes preescolares puedan regular sus emociones.

1.3.1. Conciencia emocional

Este componente se refiere, según Araujo (2010, citado en Cárdenas, 2021), a “una capacidad en donde se puede percibir, identificar y clasificar con nombre a los

sentimientos como emociones propias que se siente en uno mismo y en los demás” (p. 17). El primer proceso que se debe seguir es percibir aquellas emociones que emergen de nuestro cuerpo; segundo, identificar qué emociones son a través de la verbalización de cada una de ellas; y tercero, clasificarlas para reconocer si son emociones que generan satisfacción o irritabilidad. Todos estos procesos permitirán que el niño tome conciencia sobre su estado anímico a través del conocimiento sobre las emociones que le han suscitado. A continuación, se describirá qué significa cada uno de los tres procesos mencionados.

En primer lugar, la percepción emocional permite que el niño procese la información del exterior, la cual le ha generado una emoción, esto incluye identificar cómo se siente (Polo et al. 2016). En otras palabras, es la manera como el niño ha captado una cierta situación y de acuerdo a ello se ha generado la emoción; además de identificar el estado anímico que le provocó sentirse de tal manera. Se deduce, entonces, que cuando un niño percibe emociones, esto ayudará a que pueda interpretar lo que siente y, posteriormente, a identificar las posibles causas que lo llevaron a sentirse de cierta manera.

En segundo lugar, luego de la percepción emocional, el siguiente paso es identificar o reconocer aquellas emociones a través de la observación de los cambios en su cuerpo y a través de la verbalización de cada emoción. Por una parte, los cambios que desarrolla producto de la emoción se llama expresión corporal que, según García (2018), es el lenguaje del cuerpo mediante el cual se traduce las emociones. Por ejemplo, observar el cuerpo cuando uno se siente enojado, feliz, triste, etc. Por otra parte, la verbalización de las emociones se refiere al etiquetado propio de cada una de ellas. La unión de estos dos pasos permite reconocer la emoción y cómo el cuerpo se expresa ante ello.

Por último, está la clasificación de las emociones, que pueden darse de diferentes formas. En este caso, para la Asociación Española Contra el Cáncer (2013), las emociones se clasifican en función al bienestar o al malestar del niño, es decir, en

emociones de carácter negativo y positivo, ya que todas las emociones son válidas. Entonces, clasificar las emociones de esta forma significa reconocer qué emoción nos hace sentir bien o mal y agruparla de modo que se reconozca cómo se actúa ante ella.

1.3.2. Comprensión emocional

El segundo componente es la comprensión emocional, que supone conocer las causas sobre por qué una emoción hace que una persona se sienta y actúe de cierta forma (Martín, 2016). Fragoso (2015) explica que esto es posible ya que, al momento en el que un niño percibe una emoción, esta llega a ser percibida también como una información con un contenido o un propósito emocional. En consecuencia, hará que el niño razone a partir de sus juicios, es decir, que con sus conocimientos previos lo interprete a su modo y actúe de acuerdo a cómo se siente; en otras palabras, es la comprensión del significado emocional que hará actuar el comportamiento.

Asimismo, Fernández y Extremera (2002) mencionan que la comprensión emocional es “integrar lo que sentimos dentro de nuestro pensamiento y saber considerar la complejidad de los cambios emocionales” (p. 2). Dicho de otro modo, significa dar sentido a la emoción que se ha suscitado y ser capaz de entender la transición de las emociones y cómo esta emerge en la persona misma.

1.3.3. Expresión emocional

El tercer componente es la expresión emocional que, de acuerdo con Bisquerra y Pérez (2007), es la capacidad y/o habilidad de manifestar las emociones a través del comportamiento de una manera apropiada, y que no significa que lo que uno siente de manera interna corresponderá en su expresión tanto para él mismo como para los demás, pues lo que se trata es de comprender el impacto que puede tener para los otros. Básicamente, el propósito de la expresión emocional es la intención comunicativa de

expresar cómo se siente una persona ante una situación y que esta no debería ser de acuerdo a su estado emocional, siempre y cuando sea perjudicial para él y los demás; más bien, es pensar en cómo podría perjudicar el comportamiento al resto.

También, Cuadros (2009) menciona que la expresión emocional se refiere a aquellas habilidades empáticas y comunicativas que se ponen de manifiesto cuando se transmite una información. Esto se observa en especial cuando se recibe una información que altera el estado emocional actual e inmediatamente aparecen las reacciones emocionales, y es ahí en donde la expresión emocional cumple su rol de regular la emoción.



CAPÍTULO 2: ESTRATEGIAS PARA FAVORECER LA REGULACIÓN EMOCIONAL EN UNA EDUCACIÓN A DISTANCIA

En este segundo capítulo se desarrollan dos subtemas. En el primero, se menciona la educación a distancia y se detalla cómo ha sido su evolución para destacar el uso de las tecnologías como principal herramienta; se describe cuáles son las características y cuáles son los elementos. En el segundo, se menciona cinco estrategias que favorecen la regulación emocional, como las actividades de expresión gráfico-plástico, actividades sensoriales, la narración de cuentos, las actividades de expresión corporal y las actividades musicales.

2.1. Educación a distancia en el nivel inicial

Para explicar la modalidad de enseñanza y aprendizaje que se está desarrollando en la actualidad en las escuelas debido al COVID-19, es importante revisar el significado del término educación a distancia y cómo ha surgido desde años atrás, qué aspectos tiene la educación a distancia en el nivel inicial, cuáles son las características que la distinguen de una modalidad presencial y qué elementos tiene.

2.1.1. Evolución de la educación a distancia

Históricamente, la educación a distancia existió desde el siglo XX y ha tenido cambios en su aplicación de acuerdo con la evolución de la tecnología. Es decir, la tecnología ha sido un factor importante, porque a medida que aparecieron nuevos recursos tecnológicos, la forma de enseñanza y aprendizaje cambiaban. Jardines (2009) y Saykili (2018) explican que hubo tres generaciones de aprendizaje a distancia.

La primera forma de educación a distancia fue con la utilización de los libros impresos, pues gracias al ferrocarril se pudo hacer servicio postal y de esa manera los docentes enviaban los libros y los estudiantes desarrollaban las actividades y las remitían

por servicio postal al docente. Saykili (2018) menciona que la forma de comunicación con los estudiantes era de manera unidireccional, puesto que solo se usaba las guías didácticas.

La segunda forma de educación se caracterizó también por la comunicación unidireccional, ya que el alumno era un receptor pasivo de aprendizajes (Saykili, 2018). En esta generación, la radio y la televisión fueron los medios por los cuales los estudiantes recibían enseñanzas gracias a los avances tecnológicos. En la tercera generación, llamada digital, la principal característica es que permite una comunicación bidireccional entre docentes y estudiantes, lo cual da lugar a un clima social a pesar de la distancia y el tiempo (Saykili, 2018). En esta generación aparece el uso de las videoconferencias, gracias a las tecnologías digitales y redes.

En estas tres generaciones, la educación a distancia ha sido una enseñanza por correspondencia; sin embargo, Stojanovic (2006) señala que, con el desarrollo de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC), hay una generación más en la forma de enseñanza y aprendizaje que se relaciona con lo que conocen y emplean los docentes en el siglo XXI. El referido autor menciona que esta generación se representa por las redes de comunicación como el internet y los dispositivos multimedia, como las computadoras, que hacen posible compartir información.

Como se puede apreciar, durante esos años la educación a distancia ha tenido cambios en la forma de enseñanza, en los recursos empleados y en el rol docente. Al principio no había interacción interpersonal entre docente y estudiante, pues la comunicación era a través de escritos. Luego, la voz del docente comenzó a tener importancia con el uso de la radio y/o televisión para transmitir información, pero aún no había comunicación bidireccional. Con el avance tecnológico, la voz del estudiante y del docente pudo ser escuchada en simultáneo, lo que permitió la interacción directa en el proceso de enseñanza.

Es así que el término educación a distancia obtuvo diferentes definiciones debido a sus características. Para Patiño (2013), la educación a distancia se caracterizaba por “la interacción generalmente diferida en el tiempo y separada en el espacio, entre los actores del proceso educativo, facilitada por recursos para el aprendizaje y un sistema de tutoría que propician el aprendizaje autónomo de los participantes” (p. 46). En otras palabras, en esta modalidad se hace presente el vínculo entre docente y estudiante, a pesar de la separación geográfica, gracias a los medios tecnológicos; por ello, hay una comunicación bidireccional entre ambos sujetos. Además, los recursos que se preparan se comparten con los estudiantes y estos permiten el aprendizaje autónomo.

Asimismo, García (2017) señala que, en la educación a distancia, los estudiantes participan en las actividades cooperativas y colaborativas y aprenden conjuntamente a través de otras comunidades en soportes digitales, por ejemplo, mediante plataformas digitales o entornos virtuales. Esta modalidad de enseñanza y aprendizaje está permitiendo la democratización de la educación y poder recibir enseñanza en cualquier tiempo y espacio. Es así que, en el nivel inicial, estos espacios virtuales están generando que los niños adquieran experiencias de aprendizaje en una modalidad distinta, pero con los mismos contenidos y hacia las competencias del currículo infantil, gracias a las plataformas digitales de hoy en día que permiten adecuarse a una educación a distancia.

Como se ha observado en los párrafos anteriores, las TIC han sido un elemento importante en la educación y más aún en este nuevo contexto de confinamiento social en el cual, gracias a los avances tecnológicos, se ha hecho posible enfrentar la situación de que los niños no puedan tener clases de manera presencial. Como menciona Patiño (2013), las herramientas TIC son un conducto por el cual la información se une con el razonamiento y son las estrategias el factor importante para que haya innovación en el proceso de enseñanza y aprendizaje, de modo tal que encaje con las exigencias de la educación a distancia. Entonces, es el docente el principal agente educativo responsable de innovar metodologías y estrategias para que no haya mucha diferencia entre la educación presencial y a distancia.

2.1.2. Características de la educación a distancia

Con la definición de la educación a distancia, se aprecia que esta modalidad tiene algunas características que se diferencian de la modalidad presencial. Ante ello, se mencionan y describen las seis características de una educación a distancia, que son las siguientes:

- **Flexibilidad en el aprendizaje.** Significa que, para lograr los objetivos de aprendizaje de los estudiantes, es necesario que haya flexibilidad en el propio ritmo y estilo de aprendizaje. Esto se debe a que los estudiantes están aprendiendo a organizarse por sí mismos y a tener disciplina, ya que no hay un docente físicamente que los pueda guiar. En ese sentido, el docente debe tener en cuenta las características de cada alumno y el empleo de recursos que estén de forma permanente a disposición del estudiante.

- **Autonomía de los estudiantes.** El estudiante se vuelve independiente y autónomo en una educación a distancia, ya que, en esta modalidad de enseñanza y aprendizaje, está en su espacio de confianza como lo es su casa, entonces ellos mismos desarrollan las actividades que orienta el docente. Ante ello, el Ministerio de Educación (2020) señala que el estudiante “puede decidir cuánto aprender, en qué tiempo y con qué ritmo y estilo de aprendizaje, dentro de los parámetros que ofrece la organización del programa de estudios” (p. 5). En otras palabras, el estudiante se plantea estrategias para organizar el momento y el espacio en donde realizará las actividades de acuerdo a su propio ritmo.

- **Separación física entre docente – estudiante.** Con la educación a distancia, la cercanía física entre ambos actores desapareció, al igual que la enseñanza en el salón guiada por el docente. Sin embargo, como menciona Patiño (2013), a través de aparatos tecnológicos se está promoviendo enseñanza y aprendizaje independientemente del espacio y tiempo y, gracias a las TIC, los espacios virtuales han posibilitado el desarrollo del proceso formativo. Asimismo, Saykili (2018) refiere que este proceso formativo se

puede llevar a cabo en dos modalidades: sincrónica, que significa conexión en tiempo real; y asincrónica, que es en tiempo diferido.

• **Comunicación bidireccional.** Es la interacción entre el docente y estudiante, sea de manera sincrónica o asincrónica, a partir del empleo de medios que permiten la conexión de ambos sujetos a pesar de la distancia. En la educación a distancia, otra de las formas de comunicarse con los estudiantes es a través de los materiales. Por ello, según el Ministerio de Educación (2020) “el material debe “conversar” con el participante, proponerle actividades, responder a sus preguntas, dar retroinformación a sus ejercicios a fin de que pueda comprobar sus aciertos o corregir sus errores” (p. 5).

• **Sistema de acompañamiento.** En la modalidad de educación presencial, la tutoría es importante porque atiende a los estudiantes de manera personalizada, ya que en el salón se realizan las actividades pedagógicas de manera colectiva. Sin embargo, en la educación a distancia, el acompañamiento o tutoría es de suma importancia porque en esta modalidad cada estudiante tiene flexibilidad y autonomía en el aprendizaje, lo que quiere decir que cada uno tendrá su propio ritmo de aprender. Entonces, el docente debe acompañar a cada uno dándole retroalimentación y absolviendo sus necesidades de aprendizaje.

• **Recursos.** Para la facilitación del aprendizaje, los recursos o también llamados materiales didácticos en el sector educativo son indispensables porque funcionan como medios auxiliares en la educación presencial. Sin embargo, en la educación a distancia, estos recursos son fundamentales porque son el medio por el cual el docente puede desarrollar las actividades pedagógicas y llegar al objetivo de aprendizaje.

2.1.3. Elementos de la educación a distancia

En la educación presencial, el salón de clases es aquel escenario en donde se desarrolla el proceso de aprendizaje de los estudiantes. Los padres son considerados como aquel agente importante porque su presencia en la educación de sus hijos y la

relación afectiva con el docente permitían que el niño se sintiera con más confianza. Los materiales didácticos en clase eran esenciales porque es el conducto del aprendizaje. Sin embargo, en una educación a distancia hay tres elementos que, si bien incluye todo lo mencionando anteriormente, se agregan otros elementos. Estos elementos son los recursos físicos, humanos y tecnológicos. A continuación, se hace una descripción de cada uno.

• **Recursos físicos.** En este elemento se encuentra la casa como principal recurso físico. Debido a la pandemia por el COVID-19, los estudiantes no podían ir a las instituciones educativas, por lo que la casa era el único espacio para aprender. Ante ello, el Ministerio de Educación (2020) propuso la estrategia *Aprendo en Casa*, a través de la televisión, radio e internet, cuyo objetivo es que los estudiantes de los tres niveles puedan continuar desarrollando las competencias propuestas por el Currículo. También menciona que a través de esta estrategia se busca que los estudiantes puedan recibir desde casa bienestar socioemocional y procurar que no se siga perdiendo aprendizajes. Esto quiere decir que la casa se convirtió en el nuevo escenario de aprendizaje, ya que desde ahí los niños reciben contenidos de *Aprendo en casa*.

Asimismo, Tonucci (2020) menciona que la casa debe ser considerada como un espacio en donde se puede generar aprendizajes similares o mejor que lo que se da en las escuelas, ya que la casa se puede convertir en un laboratorio donde los niños pueden experimentar desde el punto de vista de las áreas referentes a la educación inicial. También menciona que la casa debe ser un espacio que propicie el disfrute de la lectura e incorporar todo tipo de juegos, pero que el agente primordial sea la familia. Es así que la casa se convierte en otra escuela para los niños, donde obtienen experiencias significativas para el aprendizaje, utilizando todos los espacios y transformándola en ambientes de exploración.

• **Recursos humanos.** En este elemento se encuentran tres actores que hacen posible que se desarrolle una educación a distancia, estos son: el docente, el estudiante y la familia, cada quien con una función distinta.

Docente: según Belloch (s.f), la función del docente gira en cuatro aspectos relacionados al aprendizaje del estudiante. El primer aspecto es ser dinamizador social, lo cual significa que el docente debe promover que el estudiante se sienta parte del grupo en el aula virtual y que compartan intereses en común. Asimismo, Aytekin, Zehra y Fahriye (2004) señalan que la creación de actividades reflexivas como explorar y contar las experiencias permite generar nuevos conocimientos y apreciaciones. El segundo aspecto es ser planificador y organizador, que significa definir previamente las tareas que se dejarán, considerando el tiempo para su desarrollo y los diferentes ritmos de cada estudiante.

El tercer aspecto es hacer el seguimiento del nivel de actividad, que significa detectar las causas que conlleva la disertación de los estudiantes y tomar acción contactándose con la persona encargada del estudiante. Por último, está la función de ser dinamizador y facilitador del aprendizaje, lo cual significa que el docente se convierte ahora en una figura de apoyo, ya que los propios estudiantes junto con sus compañeros realizan el proceso de aprendizaje que les ayude a interiorizar mejor el contenido, lo que se trabaja en el Zoom y cuál será el rol de ellos.

Estudiante: como actor principal en su aprendizaje, el estudiante se enfrenta a una nueva realidad, donde el empleo de las tecnologías es esencial, así como también el uso de los nuevos espacios virtuales, para reemplazar la interacción con el docente y los compañeros que había en el colegio a una que se hace desde casa. Ante ello, Vonderwell y Savery (2004) señalan que el alumno debe comprender la dinámica en estos espacios virtuales, cómo es la interacción y cómo aprende. Asimismo, el referido autor también menciona que el alumno debe comprender que el docente en esta modalidad es un mediador, facilitador, guía, y son ellos los que con su intervención y experiencias generan aprendizaje. Es así que el alumno sigue siendo actor activo, pero con más importancia, ya que ahora tiene un aprendizaje auto-gestionado.

La familia: ahora que los estudiantes están en casa recibiendo las clases, la familia está tomando un rol importante, puesto que ya no es la profesora quien acompaña al alumno, sino la persona adulta que está en el hogar. Ante ello, Abuhammad (2020) menciona que los padres deben aprender a enseñar y educar a sus hijos de modo que los ayuden a lograr el objetivo de aprendizaje de cada sesión de clases. Para que esto pueda suceder, el Ministerio de Educación (2020) y Abuhammad (2020) comparten que es necesario que haya una colaboración y comunicación entre padres de familia y el docente para que este pueda orientarlos en el desarrollo de las actividades. Otras funciones de los padres de familia son supervisar a los niños mientras realizan las actividades, de manera que dejen que sus hijos sean protagonistas de su propio aprendizaje; así como ayudarlos a que organicen el tiempo para hacer las tareas y para el descanso (Ministerio de Educación, 2020).

• **Recursos tecnológicos.** En este elemento, los principales dispositivos electrónicos que se utilizan en una educación a distancia son el celular, la laptop, computadora, pues estos son los medios por los cuales se establece comunicación entre docente y estudiante. Sin embargo, estos dispositivos no actúan por sí solos, sino que son las herramientas digitales de uso pedagógico que permiten la comunicación. Entre ellas están el Whatsapp y el Zoom. A continuación, se detalla el uso y la finalidad de cada uno, según el Ministerio de Educación (2020).

El uso del Whatsapp permite crear grupos con los padres de familia y mantener una comunicación permanente, además de poder enviar y recibir imágenes, videos, entre otras, con la finalidad de tener un acercamiento tanto con los niños como con los padres. Además, se menciona que con esta herramienta digital los docentes proponen y envían recursos para su uso en la actividad sincrónica con el docente y envían actividades para el aprendizaje asincrónico, haciéndoles un seguimiento de manera grupal o individual.

El Zoom es una plataforma virtual que permite tener una comunicación directa y en tiempo real (sincrónica) con los estudiantes, donde los docentes comparten contenidos a través de videos, imágenes, fotos y otros materiales digitales. En esta

plataforma se realizan actividades que permiten que los niños puedan gestionar su aprendizaje de manera autónoma, además de interactuar con sus compañeros. También se menciona que es una alternativa de comunicación con los padres de familia para realizar reuniones de tutoría en caso sea necesario aclarar dudas, atender necesidades y hacer seguimiento de los niños.

Por otro lado, cuando se habla de materiales digitales, los videos son recursos usados por los docentes, en especial en el nivel inicial, ya que se emplea de diferentes formas en el desarrollo de una sesión; por ejemplo, para reflexionar, hacer análisis, argumentar (Ministerio de Educación, 2020). Es así que los videos son de gran importancia en la sesión sincrónica, puesto que sirven para trabajar cualquier competencia dentro del Currículo del nivel inicial.

2.2. Estrategias para favorecer la regulación emocional

Como se mencionó en el capítulo anterior, las emociones son importantes en el desarrollo del niño porque influye en su área emocional, social y en su desempeño académico. Por lo tanto, el rol del docente como favorecedor de la regulación emocional de los niños es fundamental ya que, según Villanueva et al. (2012), promueve conocimiento y maneja las emociones de sus estudiantes, además de ser un agente mediador en el proceso pedagógico de sus alumnos permitiendo que desarrollen sus competencias no solo en el área cognitiva, sino en el emocional y social. Es por ello que existen estrategias que el docente debe poner en práctica con sus niños para favorecer el desarrollo de la regulación emocional. A continuación, se detallan algunas de estas estrategias:

2.2.1. Actividades de expresión gráfico-plástica

Cuando se habla de expresión se hace referencia a la manifestación de un pensamiento, idea, emoción a través de diversas formas, por lo que cada persona tiene una manera única de ver la realidad. En otras palabras, hablar de expresión es hablar de

arte y, en efecto, de creatividad. Es así que la expresión gráfico-plástica es entendida por Gallego, Gil y Montoya (2015) y Cohen (2018) como un medio por el cual el niño expresa sus intereses, manifiesta lo que siente, lo que quiere y desea. Por su parte, Cohen (2018) señala que a través de la expresión gráfico-plástica el niño deja ir sus emociones complejas como la ira y la tristeza que a veces no las puede expresar de forma verbal. De esta manera, los niños pueden de alguna forma liberar sus emociones, puesto que están haciendo arte.

Asimismo, Gallego, Gil y Montoya (2015) mencionan que la expresión gráfico-plástica no solo permite que el niño exprese sus emociones, sino que sea una forma de comunicar alguna situación a la que se enfrentan porque les gusta y necesitan decir lo que sienten. De esa manera, el niño también está reconociendo sus emociones que han estado en su subconsciente (Cohen, 2018). Así, la expresión gráfico-plástica permite la expresión emocional y la conciencia emocional, porque de alguna forma está identificando la emoción que le ha surgido a partir de una experiencia o situación.

Dos de las técnicas de la expresión gráfico-plástica relacionadas a favorecer la regulación emocional son el dibujo y la escritura. Gallego, Gil y Montoya (2015) mencionan que a través del dibujo el niño se comunica y expresa su personalidad, sus emociones, y es la escritura, como representación del lenguaje, una forma de nombrar estas emociones. Sin embargo, también señalan a la pintura y el modelado como una expresión artística que tienen el mismo objetivo que el resto, expresar las emociones.

2.2.2. Actividades sensoriales

Para comenzar con esta estrategia, es necesario identificar el desarrollo sensorial. En la teoría de Piaget, se menciona que el niño pasa por cuatro estadios, siendo en la primera infancia el estadio sensorio-motriz y pre-operacional. Estos dos estadios se caracteriza porque el niño comprende y se relaciona con su alrededor a través de sus sentidos y de la acción que realiza, lo que le permite dirigir ciertas conductas. Estas experiencias sensoriales están aún presentes en el ciclo II, por lo que los docentes

acuden a esta estrategia para trabajarla en diversas áreas.

Asimismo, Rago (2014) menciona que la información sensorial guía las reacciones emocionales; es decir, si percibió algo desagradable, reaccionará de acuerdo a la emoción que le produjo dicho estímulo. Ante ello, Gonzales y Valega (2018) agregan que “la educación sensorial es primordial en la escuela infantil, porque solo a través de las sensaciones el niño llega a canalizar, entender y expresar sus propias emociones” (p. 41). Sintetizando la información de ambos autores, a través de la experiencia sensorial, el niño tiene la posibilidad de reconocer sus emociones cuando las canaliza en una actividad sensorial. Pero también se infiere que el niño comprende sus emociones en el sentido de que reconoce qué sintió y cómo su cuerpo reaccionó.

Entonces, para que se logre esta finalidad, las labores que debe realizar el docente son las siguientes, según Gonzales y Valega (2018). En primer lugar, mencionan que el docente debe crear un ambiente donde el niño se sienta en confianza porque esto permitirá que manifieste lo que siente y verbalice sus emociones a través de los diferentes materiales que proponga el docente. En segundo lugar, es primordial que se les brinde a los niños las herramientas y los materiales porque son los medios por los cuales expresarán lo que sienten. En tercer lugar, las diferentes actividades que se planifiquen deben basarse en las experiencias personales de los niños, para que la actividad sea significativa y que lo expresado por ellos sea real. Por último, se señala que las actividades sensoriales deben ser aplicadas mediante juegos y actividades de exploración para captar su atención.

2.2.3. Narración de cuentos

La narración de cuentos es una estrategia que se utiliza en el nivel inicial para diferentes fines, uno de ellos es para trabajar la regulación emocional, ya que, según Wallbaum et al. (2017), permite desarrollar la alfabetización emocional; es decir, los ayuda a identificar, comprender y expresar sus emociones y sentimientos. Esto se debe a que cuando los niños escuchan cuentos, historias, en especial aquellos que enfatizan

las emociones, les ofrece la oportunidad para que se pregunten por qué sienten tal emoción y de esa manera poder comprenderlos (Erikson, 2018). Por ello, los cuentos narrados son fundamentales cuando se quiere trabajar la comprensión emocional, porque permite que los niños profundicen sus emociones.

Asimismo, uno de los beneficios de la narración de cuentos es que se incrementa el lenguaje de los niños, porque a medida que se les narra continuamente, aparece un nuevo vocabulario y esto permite su crecimiento emocional. Esto se debe, según Erickson (2018), a que, al tener un mejor lenguaje, hay más posibilidad de expresarse con claridad. En ese sentido, cuanta más precisión haya, mayor independencia y libertad tendrá de expresar sus emociones. Este autor también hace mención a que cuando el niño logra comunicar sus emociones, se hace más conscientes de ellas.

Por otro lado, los personajes del cuento cumplen un rol fundamental para la conciencia emocional. Carrero (2018) menciona que los niños reconocen las emociones de los personajes del cuento cuando se les narra, y se ven reflejados en estos haciendo que identifiquen sus propias emociones. Cuando esto ocurre, los niños aprenden a etiquetar aquellas emociones y lo hacen parte de su vocabulario. Otro aspecto que favorecen los personajes en la narración de cuentos es la regulación emocional en sí misma. Carrero (2018) señala que en el cuento suceden situaciones que hacen que el personaje adopte un comportamiento de acuerdo a la emoción que le surgió, pero que al final toma conciencia de su emoción y de sus acciones, por lo que empieza a regularlo. Entonces, los personajes del cuento permiten la conexión de las emociones de estos con el de los niños, así como sentirse identificados y ver de algún modo las reacciones emocionales y tomar conciencia de ellas.

Para cumplir con el propósito de la narración de cuentos, el docente debe tener algunos cuidados en la selección de los mismos. Según Ibarrola (2009, citado en Carrero, 2018) debe seleccionar adecuadamente los cuentos de manera que estos respondan al propósito que se quiere llegar y, para ello, debe tener en cuenta que los personajes muestren sus emociones y que el contexto o el contenido sea alguna situación que refleje el problema que los niños están atravesando, para que cuando el cuento ofrezca algunas

soluciones, el niño los pueda tomar.

2.2.4. Actividades de expresión corporal

Una de las características de los niños en la primera infancia es que son expresivos en sus gestos y los movimientos, porque es una forma de comunicarse cuando aún no tienen desarrollado el lenguaje que les ayude a expresar lo que sienten. En la educación inicial se trabaja actividades de expresión corporal porque permitirá que el niño pueda usar su cuerpo de manera pertinente y de acuerdo a lo que quiera transmitir. Ante ello, el término expresión corporal significa, para Blanco (2009) y García, Pérez y Calvo (2013), el lenguaje personal cuyo instrumento es el cuerpo, que permite interactuar con su alrededor gracias a los movimientos. Por lo tanto, el cuerpo se manifiesta a través de los movimientos cuando quiere expresar y comunicar algo.

Asimismo, cuando se realizan actividades de expresión corporal se pone en práctica las siguientes competencias, según García, Pérez y Calvo (2013):

- (1) comunicarse de una forma no verbal expresando ideas, sentimientos y emociones a través del lenguaje corporal;
- (2) socializarse y establecer relaciones positivas con los miembros de un grupo;
- (3) trabajar en equipo;
- (4) desarrollar la capacidad creativa;
- (5) reconocer elementos históricos, culturales, sociales y artísticos asociados a la EC;
- (6) disfrutar del movimiento mismo como una forma de evasión y de liberación de tensiones. (p. 20)

Como se observa, la expresión corporal es una actividad significativa para trabajar la regulación emocional, ya que permite que el niño a través del cuerpo pueda reconocer sus emociones, saber cómo se expresa su cuerpo cuando está molesto, triste, feliz, entre otras, y moverse de acuerdo a lo que siente para liberar la carga emocional.

Una de las actividades de la expresión corporal es la dramatización. Moreno

(2002, citado por Riquero, 2017) menciona que el juego dramático permite que el niño invente una situación imaginaria, pero este no es más que su propia experiencia, lo cual lo manifiesta en el juego haciendo que exprese sus vivencias. Entonces, cuando el niño juega a la dramatización, está interpretando y comunicando sus emociones, lo que le permitirá exteriorizar sus sentimientos y observar cómo es cuando tiene una cierta emoción.

2.2.5. Actividades musicales

En las escuelas de educación inicial, las actividades musicales son usadas con los niños para diversas finalidades dentro de las cinco áreas del ciclo II del nivel inicial, pues la música, según Serrano (2018) y Blasco, Bernabe, Marín y Moret (2021), tiene un lenguaje expresivo cuyo propósito es comunicar, expresar, transmitir las propias emociones, por lo que su aplicación permite favorecer el desarrollo de la regulación emocional. De esta forma, las diversas actividades musicales que el docente crea, motiva a que los niños dejen fluir sus emociones y sentimientos que le ha generado una situación en casa como también en el salón de clases. Además, Serrano (2018) menciona que la actividad musical es la exploración corporal, vocal e instrumental junto con la comunicación verbal que potencia su finalidad que es la expresión emocional.

Asimismo, Sastre (2014, citado en Serrano, 2018) señala que la música ha sido usada desde muchos años atrás porque era una herramienta capaz de influir en el estado anímico del niño y que, en consecuencia, afectaba su comportamiento. Es por ello que la música se encuentra relacionada con la emoción porque permite la expresión de estas emociones e influye en el comportamiento que surge después de haber recibido una estimulación en las actividades musicales.

Para que estas actividades puedan desarrollarse de acuerdo a su objetivo, el docente debe tener en cuenta, según Blasco, Bernabe, Marín y Moret (2021), la participación de todo el grupo de niños, ya que eso estimula la cooperación y crea oportunidades para que puedan evaluar sus propios sentimientos y así relacionarse

positivamente con los sentimientos de los demás. Entonces, una de las claves para realizar las actividades musicales es que se realice de forma colectiva para que así no miren solo sus sentimientos sino también el de sus compañeros, y así puedan entender que algo sucedió para que él se sienta de tal manera y adecuar el propio comportamiento de acuerdo a la emoción.



SEGUNDA PARTE: INVESTIGACIÓN

CAPITULO 3: DISEÑO METODOLÓGICO

3.1. Enfoque, nivel y método

La presente investigación se desarrolla dentro de un enfoque cualitativo, el cual, según Hernández, et al. (2014), se centra en el estudio de los fenómenos en los contextos naturales e intenta encontrarle sentido en función del significado que el investigador otorgue. Es decir, este enfoque permite acercarse a la comprensión del contexto real y poder entender a los sujetos de estudio. Es por ello que se utiliza este enfoque, ya que la investigación busca analizar las estrategias que utiliza la docente para favorecer la regulación emocional en niños y, a través de una investigación cualitativa, se logra identificar qué actividades realiza la docente en las sesiones pedagógicas.

Asimismo, el tipo de investigación es descriptiva, el cual, según Díaz, Suárez y Flores (2016), se enfoca en informar, a través de descripciones, situaciones de acuerdo a criterios o variables para la comprensión del tema y, posteriormente, analizar y reflexionar. Además, Hernández, et al. (2014) menciona que se describe los hechos, perfiles y características de las personas, comunidad o cualquier sujeto de estudio que está sometido a la investigación para analizar un fenómeno y conocer cómo se manifiesta. De acuerdo a ello, este tipo de investigación ayuda a analizar las estrategias de la docente con respecto a la regulación emocional detalladamente, ya que permite identificar y describirlas siguiendo las variables establecidas para llegar al conocimiento.

La investigación descriptiva es el método para este estudio, el cual permite analizar las estrategias que utiliza la docente para favorecer la regulación emocional en una educación a distancia. Para ello, se utilizó dos técnicas con sus respectivos instrumentos para la recolección de datos; la primera es la entrevista hacia la docente con el uso de la guía de preguntas; y el segundo es la observación a las clases del Zoom

con el uso de la guía de observación, en la cual se registró detalles de las estrategias que utiliza la docente.

3.2. Objetivos, categorías y subcategorías

El estudio es una investigación sobre las estrategias que aplica la docente para favorecer la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años. Por ello, el problema que guía esta investigación es: ¿Cuáles son las estrategias que utiliza la docente para favorecer la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años de una Institución Educativa Inicial del distrito de Breña? En ese sentido, se plantearon los siguientes objetivos para abordar el problema de investigación:

Objetivo general: Analizar la estrategia que la docente utiliza para favorecer el desarrollo de la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años de una Institución Educativa Inicial del distrito de Breña.

Objetivos específicos:

- a) Conceptualizar la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años de una Institución Educativa Inicial del distrito de Breña.
- b) Describir las estrategias que emplea la docente para favorecer el desarrollo de la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años de una Institución Educativa Inicial del distrito de Breña.

Este estudio presenta las siguientes categorías y subcategorías que responden a los objetivos propuestos, los cuales fueron usados para el diseño de los instrumentos. A continuación, se presenta la siguiente tabla:

Tabla N° 1: Categorías y subcategorías de la investigación

Categorías	Subcategorías
Regulación emocional	Inteligencia emocional Regulación emocional Componentes para la regulación emocional
Estrategias para favorecer la regulación emocional en una educación a distancia	Educación a distancia en el nivel inicial Estrategias para favorecer la regulación emocional

Fuente: elaboración propia

Definición de categorías y subcategorías:

- **Categoría 1: Regulación emocional**

Se entiende la regulación emocional a la acción de reconocer e identificar las emociones suscitadas en un determinado momento y saber cómo se expresa en el comportamiento para luego actuar de forma correcta de acuerdo a las normas sociales. Sin embargo, este término está dentro de la teoría de la inteligencia emocional.

Subcategoría 1: Inteligencia emocional

La inteligencia emocional ha tenido varias definiciones; desde enfocarla con el tema de las relaciones sociales, hasta ponerle énfasis a las emociones y cómo estas influyen en el comportamiento de las personas. Es así que se definió la inteligencia emocional como aquella capacidad de perseverar, controlar los impulsos, regular los estados de ánimos, empatizar y confiar en los demás (Goleman, 2008). Más adelante, diversos autores mencionaron que la inteligencia emocional tiene componentes o también llamado competencias que la conforman. Según Araujo (2010, como se citó en Cárdenas, 2021) estas competencias emocionales se dividen en 5 partes, siendo la regulación emocional un componente de la inteligencia emocional.

Subcategoría 2: La regulación emocional

Para entender la regulación emocional es importante, en primer lugar, comprenderla desde conocer qué son las emociones, cómo se clasifican y cómo reacciona la persona ante una emoción para identificar el porqué de la necesidad de la regulación emocional y; en segundo lugar, conocer por qué es importante la regulación emocional a nivel emocional, social y académico del niño.

Subcategoría 3: Componentes para la regulación emocional

La regulación emocional tiene 3 componentes: la conciencia emocional, la comprensión emocional y la expresión emocional. En primer lugar, la conciencia emocional es, según Araujo (2010, citado en Cárdenas, 2021), “una capacidad en donde se puede percibir, identificar y clasificar con nombre a los sentimientos como emociones propias que se siente en uno mismo y en los demás” (p. 17). En segundo lugar, la comprensión emocional significa, según Fernández y Extremera (2002), “integrar lo que sentimos dentro de nuestro pensamiento y saber considerar la complejidad de los cambios emocionales” (p. 2). En tercer lugar, la expresión emocional, según Bisquerra y Pérez (2007), es la capacidad y/o habilidad de manifestar las emociones a través del comportamiento de una manera apropiada.

- ***Categoría 2: Estrategias para favorecer la regulación emocional en una educación a distancia***

El docente es un agente mediador en el proceso de aprendizaje de los niños, tanto a nivel cognitivo, social y emocional. Además, es un agente que acompaña y guía las emociones de sus alumnos siendo un soporte emocional para ellos. En ese sentido, se menciona estrategias que favorecen la regulación emocional.

Subcategoría 1: Educación a distancia en el nivel inicial

Para Patiño (2013), la educación a distancia se caracterizaba por “la interacción generalmente diferida en el tiempo y separada en el espacio, entre los actores del proceso educativo, facilitada por recursos para el aprendizaje y un sistema de tutoría que propician el aprendizaje autónomo de los participantes” (p. 46). Los estudiantes participan en las actividades cooperativas y colaborativas y aprenden conjuntamente a través de otras comunidades en soportes digitales, por ejemplo, mediante plataformas digitales o entornos virtuales (García, 2017).

Subcategoría 2: Estrategias para favorecer la regulación emocional

Se encontraron 5 estrategias que favorecen la regulación emocional. A través de las actividades de expresión gráfico-plástica, el niño deja ir sus emociones complejas como la ira y la tristeza que a veces no las puede expresar de forma verbal. En las actividades sensoriales el niño trasmite sus emociones, las entiende y expresa. La narración de cuentos permite que el niño identifique, comprenda y exprese sus emociones y sentimientos (Wallbaum et al. 2017). Con las actividades de expresión corporal, el niño reconoce sus emociones, sabe cómo se expresa su cuerpo y se mueve de acuerdo a lo que siente para liberar la carga emocional. Por último, las actividades musicales permiten que el niño comunique y transmita sus propias emociones.

Estas dos técnicas mencionadas fueron útiles para recolectar datos cualitativos ya que, por un lado, la entrevista permite adquirir información sobre las percepciones del sujeto sobre un tema en específico, y, por el otro lado, la observación permite describir el ambiente y las interacciones que se desarrollan ahí (Hernández, et al. 2014). Luego, se hizo el análisis con el uso de la triangulación, la cual es una técnica para recoger información que permite contrastar los resultados obtenidos de la entrevista y la observación para analizar coincidencias y diferencias (Okuda y Gómez, 2005).

3.3. Población muestra/ fuentes informantes

Para la presente investigación, la fuente de información es la docente del aula de 5 años de una Institución Educativa Pública del distrito del Breña. En ese sentido, para su elección se consideró plantear criterios que, según Tójar (2006, citado en Izcara, 2014), busca que el informante elegido pueda contestar a las preguntas de manera pertinente e incorporar más información sobre el tema de estudio. Es así que se propuso que la docente cumpla con los siguientes criterios de inclusión: docente titulada de la especialidad de educación inicial, que tenga experiencia como docente más de 5 años en nivel inicial ciclo 2, que tenga conocimientos y/o estudios en el tema regulación emocional. Los criterios de exclusión fueron auxiliares de los salones, docentes recién titulados en educación inicial y docentes que no hayan tomado cursos de regulación emocional.

3.4. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos

Para el recojo de información, se utilizó la técnica de entrevista para la categoría regulación emocional. Esta técnica, según Woods (1989, citado en Fernández, 2001), es una de las más usadas en una investigación descriptiva para extraer información de los sujetos, ya que es un medio por el cual se muestra las visiones de las personas, sus percepciones, creencias. Por lo mismo, se utilizó la entrevista semiestructurada, en la que el entrevistador tiene la libertad de añadir preguntas para precisar las ideas (Hernández et al., 2014). Esto permitió una comprensión más aguda sobre el tema en caso surja respuestas no esperadas, pero importantes. Esta técnica es relevante para la investigación, puesto que dio a conocer la opinión de la docente sobre la regulación emocional y cuáles son los procesos para llegar a ello.

Asimismo, se utilizó la técnica de observación de sesiones de clases en tiempo real a través de Zoom, como también sesiones grabadas. La observación en una investigación cualitativa tiene el propósito de adentrarse al contexto para explorar, comprender el ambiente y describir situaciones, interacciones y experiencias de los

sujetos a investigar (Hernández, et al. 2014). Esta técnica se utilizó para la categoría estrategias para favorecer la regulación emocional en una educación a distancia, porque lo que se busca es describir cuáles son estas estrategias utilizadas en las actividades sincrónicas con los niños y cómo la docente las adapta en el contexto de una educación a distancia.

Con relación a los instrumentos, se usó la guía de preguntas para la entrevista semiestructurada (Ver anexo 1) orientada a las categorías del estudio y la guía de observación (Ver anexo 2) para la técnica de observación. Para la guía de preguntas, Hernández, et al. (2015) señalan que una entrevista semiestructurada contiene una guía de preguntas específicas según los ítems pertenecientes a cada subcategoría. Hacer el diseño de la guía de preguntas facilitó que se pueda recoger datos coherentes a las subcategorías. En el caso de la guía de observación, Campos y Lule (2012) mencionan que este instrumento permite que el investigador enfoque su observación de manera sistemática y detallada hacia el objeto de estudio. Además, se realizó una matriz de consistencia en donde se visualiza y se detalla todo el proceso de la investigación (Ver anexo 3).

Luego, se realizó el proceso de validación de dichos instrumentos a través de un juicio de expertos utilizando matriz de valoración de los instrumentos. Para ello, se envió una carta dirigida a los expertos evaluadores (Ver anexo 4), quienes hicieron algunas observaciones. Este proceso permitió que los instrumentos tengan coherencia, relevancia y claridad con el objetivo de la investigación. Cabe destacar que se hizo correcciones en las preguntas de la entrevista y se agregó más detalles para que pueda ser claro al momento de aplicar el instrumento. En cuanto a la guía de observación, se consideró las recomendaciones que la experta validadora agregó.

3.5. Técnicas para la organización, el procesamiento y análisis

Para el análisis de los resultados, se empezó por organizar la información a través de matrices. En ese sentido, se transcribió información de la entrevista en una matriz de

codificación (Ver anexo 5), en la cual se colocaron los hallazgos con su respectivo código según la categoría y subcategoría a la que corresponde. De la misma manera se transcribió los hallazgos principales de la guía de observación en una matriz de codificación (Ver anexo 6), en la cual se resaltaron las ideas principales relacionadas a la categoría y subcategorías.

Por último, con todos los hallazgos recolectados se realizó el análisis a través de la matriz llamada “matriz de triangulación” (Ver anexo 7). Okuda y Gómez (2005) mencionan que “la triangulación es una herramienta enriquecedora que le confiere a un estudio rigor, profundidad, complejidad y permite dar grados variables de consistencia a los hallazgos” (p. 123-124). Esta herramienta hace posible vincular y contrastar los resultados hallados a partir de las dos técnicas de recolección de datos, permitiendo una interpretación y análisis profundo y así realizar una discusión con la teoría.

3.6. Principios de la ética de la investigación

Para la investigación se consideraron algunos de los principios éticos reglamentados por el Comité de Ética de la Investigación (CEI) que se acogerán al estudio. El primero es beneficencia y no maleficencia, el cual es mantener el anonimato del nombre de los sujetos investigados para asegurar su bienestar, como también guardar respeto a la información brindada. Segundo, justicia, que significa tratar con equidad y justicia a los investigados, apartando cualquier sesgo, prejuicios, ideologías que puedan delimitar el análisis de la investigación. Por último, la integridad científica, que tiene que ver con mantener la integridad de la información; es decir, hacer un uso honesto de la información y no alterarlos en beneficio del estudio.

Cabe mencionar que se envió a la docente un documento de consentimiento informado (Ver anexo 8) con el propósito de informar el objetivo de la investigación y cuál será su rol como participante.

CAPÍTULO 4: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

En este apartado, se presenta el análisis e interpretación de la información recogida con la técnica de la entrevista y la guía de observación con base en las categorías de estudio. A continuación, se desarrollará lo resultados ordenados por categorías.

4.1. Categoría: regulación emocional

Cuando se hace referencia al término regulación emocional, es importante conocer de dónde proviene para entender la finalidad de tal expresión. En ese sentido, es la inteligencia emocional de donde nace la regulación emocional, ya que según Goleman (2008) es la capacidad de automotivarse, perseverar, controlar los impulsos, regular los estados de ánimo y ser capaz de empatizar. Para conocer qué entiende la docente por inteligencia emocional se le preguntó por su significado y respondió que “es la capacidad que tienen las personas de poder identificar, de poder reconocer y también controlar sus emociones reconociendo que son naturales y que todas las personas, niños, adultos y los adultos mayores las tienen”. (ED1. P1).

En ese sentido, se evidencia que lo mencionado por la docente difiere con la definición de la inteligencia emocional según el autor, puesto que la docente enfoca a la inteligencia emocional relacionado con el reconocimiento y manejo de las emociones. Sin embargo, según el autor Goleman (2008), la inteligencia emocional no solo hace énfasis al manejo de las emociones sino también otros aspectos como la perseverancia, empatía y automotivación.

Asimismo, se le preguntó a la docente si hay alguna relación entre inteligencia emocional y regulación emocional. Ante ello, la docente respondió lo siguiente: “Para mí, las dos se relacionan porque la inteligencia emocional y la autorregulación se complementan, pero es importante identificar bien cada uno de los conceptos para así comprenderlos” (ED1. P2). La docente menciona que ambos términos se complementan,

sin embargo, no hay claridad si la regulación emocional forma parte de la inteligencia emocional. Para Araujo (2010, como se citó en Cárdenas, 2021), la inteligencia emocional tiene competencias y la regulación emocional es una de ellas.

También se le preguntó a la docente sobre el significado de regulación emocional y contestó lo siguiente: “Es el hecho de manejar, de la forma más adecuada, mis emociones como el enojo, la ira, el miedo, la tristeza y de poder controlar las reacciones inadecuadas y llegar a la calma” (ED1.P5). Esta definición concuerda con lo señalado por Gross (1998, citado en Gross, 2014), pues la regulación emocional es la capacidad de la persona de ejercer influencia sobre sus emociones.

A partir de estas respuestas sobre el concepto que tiene la docente sobre inteligencia emocional y regulación emocional, se evidencia que la docente conceptualiza a ambos términos como la capacidad de identificar, manejar las emociones y controlar adecuadamente las reacciones emocionales. Sin embargo, ambos términos tienen conceptos distintos, pues la inteligencia emocional abarca no solo las emociones sino también lo que deriva de ello, como la empatía, las habilidades sociales, la automotivación, entre otras; y la regulación emocional se enfoca básicamente en las emociones.

Partiendo del significado de la regulación emocional, se le preguntó a la docente lo siguiente ¿Es importante desarrollar la regulación emocional en los niños de 5 años? ¿Por qué? En el cual la docente considera que si es importante porque tiene beneficios en las distintas áreas del desarrollo del niño. A continuación, se presenta lo expresado por la docente:

- **Favorece el aprendizaje.** La docente mencionó que “si a un niño no lo formamos, no le enseñamos a que identifique y que controle sus emociones desde pequeño, entonces no le va a favorecer en su aprendizaje porque después, por ejemplo, cuando no pueda aprender algo va a sentir frustración” (ED1.P6). En relación con esta idea, McClelland et al. (2015, citado en De la Fuente, 2021), señala que efectivamente

cuando un niño aprende a regular sus emociones es capaz de adaptarse a situaciones retadoras manejando su comportamiento y emociones, lo que le ayudará a superar la frustración de algo que no le salió y controlar el enojo que pueda surgir de la frustración. De esta manera, la regulación emocional beneficia el área cognitiva, puesto que permite que la emoción, en este caso el enojo, no interfiera en el proceso cognitivo y, así, en el aprendizaje del niño.

- **Bienestar emocional.** La docente mencionó que la regulación emocional “permite crecer con una salud mental buena, con confianza en ti misma, con actitud positiva y si en algún momento pasan momentos difíciles y horrorosos poder superar esa adversidad, ser resiliente porque eso va a pasar a lo largo de la vida” (ED1.P7). Asimismo, mencionó “que es lo más importante porque una niña o niño que regula sus emociones le hace sentirse bien consigo mismo mental y emocionalmente” (ED1.P7). Esta idea concuerda con lo que menciona Molina (2011, citado en Marcelo, 2018), pues señala que una niña o un niño que regula sus emociones mejora su estado anímico, ya que para controlar sus impulsos está primero reconociendo lo que siente y aceptándolo, entonces, está expulsando sus emociones, pero de manera adecuada, lo que permite que se sientan bien emocionalmente.

- **Establecer relaciones sociales.** La docente mencionó que la regulación es importante de desarrollar “para que los niños también sean aceptados y formen parte del grupo, porque si no tiene una regulación de sus emociones, sobre todo en las reacciones inadecuadas, tampoco se va a sentir aceptados, no van a querer estar con él, con alguien que pega” (ED1.P7). La docente concibe la importancia de la regulación emocional para el desarrollo social del niño, puesto que los ayudará a convivir dentro del marco de las normas de convivencia y así poder tener la oportunidad de interactuar con sus compañeros. Con relación a ello, Aldrete-Cortez et al. (2014, citados en De la Fuente, 2021) mencionan que la regulación emocional hace que el niño sea capaz de inhibir conductas y comportamientos inadecuados y responder según las normas de la sociedad.

Asimismo, la docente también mencionó lo siguiente: “Y para los niños que son tímidos, la regulación emocional les ayuda a que tengan confianza de sí mismos y los alienta a conversar con los demás” (ED1.P7). La docente también recalca que la regulación emocional permite que los niños sean capaces de entablar relaciones interpersonales pues, en el caso de una niña tímida, regular esa emoción hace que pueda comprenderla y llegar a la calma para disminuir las expresiones conductuales que llevó a sentir miedo.

- **Como promoción de la salud mental.** Por último, la docente mencionó que es importante la regulación emocional para la salud mental y prevenir casos de feminicidio. La docente señaló lo siguiente “sí es importante y no solamente en los niños de 5 años sino en todas las personas, por eso es que vemos tantos casos de feminicidio y tantos casos de otras enfermedades de Salud Mental. Entonces esto qué quiere decir, que no se han formado adecuadamente los niños emocionalmente” (ED1.P6). En este extracto la docente informa que favorecer a los niños de estrategias para regular sus emociones contribuirá a que cuando ellos sean adultos puedan controlar sus impulsos, emociones y así favorecer en la disminución de casos de feminicidio que se escucha hoy en día.

Por otra parte, en cuanto a los componentes para la regulación emocional, se evidencia que la docente identifica el concepto de los tres componentes y también describe cómo los trabaja con base en su respuesta sobre el concepto de cada uno de ellos. A continuación, se muestran los siguientes hallazgos de las entrevistas en referencia a los componentes:

- **Conciencia emocional:** la docente menciona que “la conciencia emocional es cuando los niños ya han logrado reconocer que tienen emociones y son conscientes de eso, primero es identificarlas y luego podemos ir dándole nombres a las emociones de acuerdo a lo que van sintiendo” (ED1. P8). En ese sentido, la docente tiene claro la definición del componente conciencia emocional, pues tal como menciona Araujo (2010, citado en Cárdenas, 2021), es cuando el niño percibe, identifica y etiqueta con nombres

a las emociones.

A su vez, mencionó que para desarrollar este componente utiliza “actividades, ejemplos” como los cuentos, con la finalidad de que los niños puedan identificar las emociones, tal como lo expresa en el siguiente hallazgo: “Por ejemplo, diferentes actividades que sean con recursos motivadores, con actividades, ejemplos, sobre todo ahora que les llama la atención los videos, la máquina, la tableta, todo lo interactivo, con cuentos reales, hechos reales que les pasa a ellos también para que puedan identificar las emociones ” (ED1. P8).

- **Comprensión emocional:** la docente menciona que “comprender es entender y entender las emociones es la parte un poco más difícil de lograr creo yo. Lo comprendo, lo entiendo y cuando ya lo he logrado entender bien, ya puedo dialogar y pensar lo que he percibido, lo que he identificado, lo que he reconocido. Y después de entender cada emoción y de lo que produce en mi cuerpo y en mi comportamiento, puedo saber qué es lo que causa sentirme así” (ED1. P9). La docente identifica que la comprensión emocional es entender y reconocer las emociones para luego analizar cuál ha sido el motivo, y esta definición concuerda con lo señalado por Fernández y Extremera (2002), pues describen a la comprensión emocional como aquella capacidad de entender el porqué del cambio emocional.

Asimismo, la docente explica que este componente lo desarrolla utilizando como recurso el cuento y también ejerciendo el diálogo, tal como lo expresa en el siguiente hallazgo: “He trabajado siempre desde el diálogo, ejemplificando hechos que le pueden suceder a los niños, por ejemplo, a través de los cuentos para que puedan entender así, desde una mirada al exterior, las emociones” (ED1. P9).

- **Expresión emocional:** la docente menciona que “la expresión son los gestos, la expresión puede ser oral, gestual y comportamental. Entonces, la expresión emocional

es cuando yo expreso verbalmente cómo me siento en ese momento, de manera gestual también puedo indicar mis emociones y también a través de mis actitudes o comportamiento puedo expresar lo que me fastidia, lo que me da rabia, lo que pone triste” (ED1. P10). La docente identifica en primer lugar que la emoción puede ser expresada de manera gestual y actitudinal, pues esto, según Gallardo (2007), son las reacciones ante una emoción. En segundo lugar, identifica que la expresión emocional permite que el niño comunique sus emociones a través de los gestos y comportamiento. Sin embargo, según Bisquerra y Pérez (2007), no solo es la expresión de las emociones, sino es la forma apropiada de hacerlo, pues este componente de la regulación emocional busca que el niño comprenda cómo su expresión emocional no apropiada puede afectar a los demás.

Para trabajar la expresión emocional, la docente menciona lo siguiente “he utilizado actividades lúdicas, con recursos motivadores, por ejemplo, títeres, con muñequitos, con las paletas, cuentos. Pero también con los papás para que ellos mismos puedan dialogar con sus hijos y en familia” (ED1. P10). La docente también enfatizó en el siguiente hallazgo que utiliza el dibujo como medio de expresión: “A través del dibujo es también donde el niño puede expresar todo lo que tiene en su interior, todo lo que está en su cabecita, todos los pensamientos que tienen, todo lo que siente” (ED1. P10).

4.2. Categoría: estrategias para favorecer la regulación emocional en una educación a distancia

Debido a la COVID-19, las estrategias que se utilizaban para favorecer la regulación emocional en una educación presencial han tenido que ser adaptadas a esta nueva modalidad de educación a distancia, considerando sus características y elementos. Por lo tanto, se considera importante conocer cómo la docente adapta las estrategias de regulación emocional para lograr la misma finalidad. Para ello, se analizará el desarrollo de las estrategias de regulación emocional que utiliza la docente considerando las características y elementos propios de la educación a distancia.

- ***Con relación a las características y los elementos de la educación a distancia***

en el desarrollo de las estrategias de regulación emocional

En esta educación a distancia, los recursos tecnológicos han sido utilizados para el desarrollo de las actividades junto con los niños de manera sincrónica. Uno de los principales recursos tecnológicos que utilizó la docente es el Zoom para poder comunicarse y dialogar con los niños (OB.1 y OB.2). En este caso, el Zoom es una plataforma digital que permite que el docente comparta contenidos y que los niños puedan interactuar con la docente y compañeros, como también gestionar su aprendizaje (Ministerio de Educación, 2020). En el siguiente extracto de la observación se presenta cómo la docente utiliza el Zoom.

La profesora utilizó una ruleta virtual de las emociones en la cual muestra rostros con diferentes emociones. La profesora presentó la ruleta y mencionó que vamos a jugar y dijo: “Esta es la ruleta de las emociones, y vamos a identificar y a reconocer qué emoción indica la flecha, cuando pare la ruleta, ustedes me van a decir qué emoción creen que es”. Comenzó a girar la ruleta y paró en una expresión. La profesora preguntó ¿Qué emoción será? Los niños dijeron sorprendido, asustado. La profesora dijo “si está asustado, pongan su cara de asustado y mírense en el Zoom ¿Cómo se ven?, y miren el rostro de sus demás compañeros, cada uno tenemos diferentes formas de expresarnos”. Luego, llamó a un niño diciendo “Y, Liam, cuéntame ¿alguna vez te has sentido asustado? ¿Cómo y por qué?” El niño respondió que una vez se asustó porque encontró una araña debajo de su cama. Y la profesora le dijo: “Oh, Liam, pon tu cara de cómo te asustaste. Sigamos girando la ruleta” (OB.2).

En este extracto se puede observar que a través del Zoom la docente comparte recursos virtuales interactivos sobre las emociones, como la ruleta, a fin de que los niños identifiquen y reconozcan las emociones de manera lúdica. Además, utiliza el diálogo y la participación para que los niños puedan explicar desde su experiencia cómo fue su reacción ante una emoción y vuelvan a imitarlo de manera gestual. Asimismo, en esta educación a distancia, se implementó el programa “Aprendo en casa”, el cual es una estrategia donde se propone experiencias de aprendizaje. En ese sentido, la docente utiliza el programa de televisión que vieron los niños para recuperar conocimientos previos de lo que observaron en el programa realizando preguntas reflexivas sobre las emociones que presentaron en el programa (OB.1).

Por otro lado, recibir las experiencias de aprendizaje en casa permitió que este espacio sea utilizado también como un recurso físico. A continuación, se presenta un extracto de una observación sobre cómo la docente utilizó un espacio de la casa para trabajar la autonomía:

Al momento de realizar el desarrollo de la actividad, la profesora solicitó que los niños se dirijan a la cocina, ya que ellos mismos tenían que preparar cada vaso con el insumo correspondiente (café, limón, sal, azúcar). La profesora se dirigía a cada niño para guiarlo. La profesora le preguntó a una niña “¿Cuántos vasos debes tener?, ¿Qué ingrediente le echarás a cada vaso? ¿Ya tienes tu salero listo? (la niña no tenía aún los insumos listos) ¿Sabes dónde está ubicado el salero? Tráelo y le echamos juntas”. Hizo lo mismo con los demás niños (OB.2).

Aquí se puede observar que se utilizó el espacio de la cocina para que la actividad sea más vivencial y que los niños sean autónomos en realizar cada uno de los procedimientos que indicaba la docente. Según Tonucci (2020), utilizar estos espacios permite que los niños generen aprendizajes similares al de la escuela en una modalidad presencial y que es aún mejor, pues no están imaginando que están en un escenario, sino están en el propio espacio donde las experiencias serán más significativas. Además, se evidencia también que la docente acompaña al niño en cada proceso o necesidad durante la experiencia, pues la atención personalizada es importante en esta educación a distancia (Ministerio de Educación, 2020).

En ese sentido, al hacer que los mismos niños realicen las actividades propuestas por la docente y que éstas sean guiadas por ella, permite el trabajo de la autonomía y la autorregulación, pues como señala Zimmerman (2001, citado en Universidad del País Vasco (UPV), 2019) señala que “Aprender a ser una persona autónoma supone aprender a autorregularse y a desenvolverse a nivel personal, profesional y social en un mundo cada vez más complejo” (p. 13).

En relación con la interacción entre niño y docente durante las actividades se ha hallado roles de la docente característicos de la educación a distancia como la necesidad de una mayor participación de los niños, flexibilidad y reflexión en cada una de las

estrategias que favorecen la regulación emocional. A continuación se detalla estos tres aspectos en las observaciones a la docente durante la interacción con los niños. En primer lugar, la docente motiva a la participación de los niños, en especial cuando observa que muy pocos participan en la dinámica, llamándolos por su nombre y haciéndoles preguntas sobre el tema (OB.1). Este aspecto se relaciona con lo que menciona Belloch (s.f), que el docente en la educación a distancia debe ser dinamizador social y promover que los niños se sientan parte del aula virtual. En relación con la regulación emocional, un docente que crea un ambiente donde todos se sientan parte de ello, está brindando soporte emocional a los niños en especial a aquellos que tienen dificultad de expresarse y/o participar.

En segundo lugar, se identifica que la docente reconoce la importancia de la flexibilidad en el aprendizaje de los niños en la educación a distancia. Esto se evidencia en el siguiente extracto de una observación en una clase donde el tema era las emociones:

Cuando algunos niños no completaban su oración, la profesora les ayudaba agregando más información y haciendo preguntas sobre eso. La profesora observó que, en ese momento, la mamá del que participaba le decía, rápido Jair contesta, entonces la profesora se dirigió a la mamá y le dijo: "Mamita deje que su niño responda con tranquilidad, de repente está organizando sus ideas en su cabecita, no apurarlos, cada uno tiene su propio ritmo. Vamos, Jair, decías que el conejo se sentía triste, ¿por qué se sentía triste?" (OB. 1).

En este extracto se puede observar que la docente conoce que el niño tiene su propio ritmo de aprendizaje y lo comunica a sus padres y a la vez ayuda al niño a formar sus ideas. La flexibilidad en el aprendizaje es un aspecto importante en la educación a distancia, puesto que los niños están aprendiendo a organizarse por sí mismos y, por ende, es necesario que la docente esté a disposición del niño.

En tercer lugar, la docente promueve a la reflexión y esto se observará en el siguiente diálogo durante una actividad:

NIÑA: Miss, me encanta, es ácido

DOCENTE: ¿Fue agradable o desagradable?, ¿te hizo recordar de algún momento en el cual te hayas sentido así?

NIÑA: Me recuerdo cuando hice limonada con mi papá y le echamos mucho azúcar (*riendo*), mi mamá probó y puso su cara así (imitando la expresión que puso su mamá)”

DOCENTE: ¿Cómo te sentiste ese día?

NIÑA: Me sentí feliz miss

DOCENTE: ¿Por qué te sentiste feliz?

NIÑA: Porque mi papá es serio y ese día nos reímos juntos

DOCENTE: Exacto, cada uno sabemos qué nos hace feliz, triste, enojados, en este caso lo que te hace feliz es reírte con tu papá y estar junto con él. Muy bien, así poco a poco vamos identificando nuestras emociones y ver qué nos hace ponernos felices, tristes, enojados (OB. 2).

En este diálogo, se identifica que la docente desarrolla las ideas y respuestas de la niña a fin de que las reflexione y se dé cuenta del porqué le ha suscitado esa emoción y qué es lo que le hace feliz. Con relación a ello, un aspecto de la educación a distancia es justamente que el docente sea un facilitador del aprendizaje, y según Belloch (s.f.), esto será posible cuando el docente amplíe más la información dada por el niño para llegar a la reflexión y profundizarla.

De la misma manera, se aprecia que la docente involucra a los padres de familia en el desarrollo de las estrategias y que esta participación tiene dos finalidades distintas. En la primera, la docente invita a los padres a que acompañen a sus hijos en una actividad asincrónica que dejó de modo que les proporcionen los materiales y que les hagan preguntas reflexivas para ayudarlos a concretar su idea (OB.1). En la segunda, la docente promueve que padre/madre e hijo participen juntos en una misma dinámica durante las clases en el Zoom, y para ello hace recordar a los padres lo que les avisó con anticipación sobre su rol en la actividad (OB.2).

Como se puede observar, la docente considera importante la participación de la familia y busca que ellos tengan una función en las actividades con los niños. Con relación a ello, la familia toma un rol importante en esta educación a distancia, pues son ahora ellos quienes acompañan físicamente a los niños en todo su proceso de aprendizaje. Por lo tanto, es necesario que haya comunicación entre ellos para que los padres conozcan cuál es el propósito de la clase y así puedan orientarse y supervisar a sus hijos de modo que sepan cuándo es necesario ayudarlos y cuándo ellos pueden

hacerlo por sí solos (Abuhammad, 2020).

- ***Con relación a las estrategias de regulación emocional en una educación a distancia***

Existen diversas estrategias que son utilizadas para trabajar la regulación emocional tomando en cuenta sus componentes con niños de 5 años. Sin embargo, se analizará qué estrategias utiliza la docente y cómo las emplea en esta educación a distancia. Durante la observación, se identificó que la narración de cuentos es una de las estrategias que utiliza la docente para trabajar las emociones, pues el cuento permite que el niño identifique y comprenda las emociones y sentimientos que se presentan en la historia (Wallbaum et al., 2017). A continuación, un extracto de la observación durante el desarrollo de la actividad:

Para hacer que los niños supieran qué es la tristeza, utilizó un cuento narrado a través de un video. Luego de ver el video preguntó si les había gustado el cuento, y presentó un peluche de un monstruo con una expresión en particular y dijo “Miren lo que tengo aquí. miren cómo está su ojo, miren cómo está su boca ¿Qué emoción creen que tiene mi monstruito? ¿Qué color representa para este monstruito la tristeza?”. Después se dirigió a hacer preguntas relacionadas con el cuento: ¿Quién era el personaje del cuento? ¿Qué emoción tenía el conejo?, ¿Qué le sucede cuando esta triste?, ¿Qué le pone triste al conejo?, ¿Qué hacer para que se sienta mejor? (OB.1).

La docente, en este caso, no narra el cuento sino utiliza el cuento grabado en video y algunos recursos físicos que la apoyen para poner énfasis a la emoción de la tristeza. Las preguntas que realiza la docente fomentan que el niño identifique y reconozca las emociones del personaje y explique la historia con sus propias palabras. Según Miranda (2016), al finalizar la narración del cuento, se hace una recapitulación a través de preguntas que acerquen al niño a identificar las emociones del personaje. En ese sentido, las preguntas realizadas sobre el personaje permitieron trabajar la conciencia emocional y la comprensión emocional, ya que a través de las preguntas sobre el personaje los niños identifican y reconocen las emociones de este y lo explican de acuerdo a la historia escuchada, como también profundizan aquella emoción (Carrero,

2018). Luego de que la docente preguntara sobre el cuento, se centra en los niños y les pregunta acerca de cómo son ellos cuando están tristes, qué les pone tristes y qué hacen cuando están tristes, finalizando con un dibujo que refleje cómo es su gesto cuando están tristes. (OB.1)

Otra de las actividades que realiza la docente como estrategia es a través de las actividades sensoriales. En el siguiente extracto se detalla cómo se desarrolló esta actividad:

La profesora pidió que tengan los vasos listos, en cada vaso tenía que haber la combinación de agua con café, agua con limón, agua con sal y agua con azúcar. Antes de que todos comenzaran a hacer las combinaciones explicó que el objetivo de esta actividad es que ellos prueben el agua e identifiquen la emoción que le surgió al probarlo y recuerden de algún momento donde se hayan sentido así. La profesora preguntó a cada niño: ¿Qué agua crees que probaste? ¿Fue agradable o desagradable? ¿Qué emoción te surgió? ¿Recuerdas algún momento en donde hayas tenido esa misma emoción? La profesora pidió que profundicen en la última pregunta. Para ello, complementó aquella pregunta con otras de acuerdo a lo que contaba cada niño. ¿Qué pasó? ¿Por qué crees que te sentiste así? ¿Qué hiciste luego? (OB.2)

Esta estrategia que utilizó la docente consistió en que los niños identifiquen la sensación de lo que probaron y lo relacionen con alguna experiencia en la cual haya surgido una emoción similar. Según Gonzales y Valega (2018), a través de las experiencias sensoriales el niño canaliza sus emociones y las expresa verbalmente. Tomando en cuenta lo señalado por los autores, la actividad sensorial que realizó la docente no se ajusta en un principio al propósito que era trabajar la conciencia emocional y la expresión emocional por el siguiente motivo. La pregunta relacionada a las emociones cuando se probó el insumo estuvo sujeta a solo responder si estuvo rico/agradable o feo/desagradable lo cual no conectaba con las respuestas esperadas que eran las emociones, sino que estaba relacionado a la sensación que obtuvieron.

Finalmente, otra de las estrategias que se utilizó para trabajar la regulación emocional fue a través de la expresión gráfico-plástica. En las estrategias mencionadas anteriormente se evidencia que el dibujo fue utilizado como una actividad de cierre en el

cual los niños registraban la expresión de cierta emoción con la finalidad de que se reconocieran ellos mismos acerca de cómo son cuando están tristes, enojados, entre otras emociones. De esta manera, a través del dibujo se trabaja el componente expresión emocional, pues según Gallego, Gil y Montoya (2015) el dibujo es una expresión gráfica en el cual los niños comunican y expresan sus emociones.



CONCLUSIONES

- Se tiene conocimiento acerca del concepto de la regulación emocional y cuál es la finalidad de trabajarlo. Asimismo, se identifica que la inteligencia emocional y la regulación emocional se complementan siendo esta última la que forma parte del primero. Sin embargo, se evidencia que la docente no tiene una clara diferencia en cuanto al concepto entre ambos términos, pues a ambos los conceptualiza como la capacidad de controlar las emociones, es decir, a los dos términos los relaciona con la regulación emocional, cuando el término inteligencia emocional incluye también la capacidad de empatía, automotivación y las habilidades sociales.
- La docente reconoce que es importante trabajar la regulación emocional, puesto que trae beneficios en las distintas áreas del desarrollo del niño. En el área cognitiva, ya que permite que el niño sea capaz de tener conocimiento de sus emociones, tome decisiones a partir de ello y así pueda actuar conscientemente de manera que no interfiera en su aprendizaje. En el área emocional, puesto que permite que el niño reconozca y acepte sus emociones y posteriormente las enfrente de manera que se sienta bien consigo mismo. Por último, beneficia al área social, ya que al controlar las emociones y reaccionar apropiadamente de acuerdo a las normas de la sociedad, permite que el niño tenga más posibilidades de relacionarse con sus compañeros.
- Asimismo, se evidencia que la docente identifica el concepto de cada uno de los tres componentes como la conciencia emocional, la comprensión emocional y la expresión emocional, los cuales permiten trabajar la regulación emocional. Además, la docente reconoce como estrategia el uso de los cuentos para trabajar los tres componentes, además del dibujo como expresión de las emociones y de algunos recursos como los muñecos y títeres.
- Es esta nueva modalidad de enseñanza y aprendizaje, las estrategias que utiliza la docente se adaptaron a las nuevas características de la educación a distancia. Los recursos tecnológicos fueron utilizados en mayor medida, como la plataforma digital

Zoom, recursos virtuales interactivos y videos. Asimismo, los espacios de la casa y los implementos que se encuentran dentro también fueron aprovechados para fortalecer la autonomía de los niños cuando se realizaban las actividades.

- En la aplicación de las estrategias para trabajar los componentes de la regulación emocional se identificó que la docente utiliza los cuentos en video y las actividades sensoriales como actividad central en las cuales se desarrolla el componente conciencia emocional y comprensión emocional. Además, el dibujo como expresión gráfica es utilizado en cada actividad como forma de cierre para que los niños identifiquen su rostro cuando sienten una emoción y se reconozcan. Sin embargo, el componente expresión emocional es poco trabajado de forma reflexiva.
- En la interacción con los niños cuando se realizaba las estrategias, se identifica que algunas de las preguntas en función a las emociones no cumplían con su objetivo por lo que no ayudaba a trabajar la conciencia emocional. Asimismo, la motivación a la participación era constante, ya que la separación geográfica causaba que muy pocos niños se alienten por sí mismos a participar. Además, la docente es consciente de que en esta modalidad el ritmo de cada niño varía más porque algunos están solos frente a la pantalla; por lo tanto, es flexible al aprendizaje y los acompaña en cada proceso.
- En esta educación a distancia, se resaltó que la docente trabaja cooperativamente con los padres de familia, ya que era necesario para comunicar los objetivos de cada actividad que se realizaba a fin de que los niños tengan las experiencias de aprendizaje esperadas. También era importante involucrar a los padres durante las actividades, puesto que eran como apoyo para la docente en el sentido de que también tengan el rol de crear espacios de diálogo con sus hijos.

RECOMENDACIONES

- Se invita a los lectores, en especial a los docentes del nivel inicial, a profundizar en el concepto de regulación emocional e inteligencia emocional para que haya una mejor coherencia en cuanto al propósito de ambos términos. Esto debido a que, si se piensa que ambos términos son iguales, se cae en el error de creer que se está trabajando la inteligencia emocional, cuando solo se está desarrollando un componente.
- Capacitar a las docentes en cuanto al aprovechamiento que la educación a distancia puede ofrecer, como por ejemplo el uso de los espacios de la casa que pueden servir como motivación o experiencia más significativa para los niños. También, el uso de los recursos digitales que permiten una mayor visualización de imágenes o videos que profundicen el tema de las emociones.
- Investigar acerca de qué estrategias y/o actividades se acomodan para trabajar cada uno de los componentes con mayor profundidad. Asimismo, si bien se trabaja la conciencia emocional y la comprensión emocional, es importante que también se ponga énfasis en estrategias para la expresión emocional, ya que justamente lo que se busca es que el niño reflexione acerca de qué reacciones, provocadas por una emoción, pueden afectar a los compañeros.
- Sería interesante ahondar más en cuanto a la función que tienen los padres de familia en el desarrollo de las estrategias de regulación emocional, ya que al trabajar las emociones es imprescindible la reflexión, y las actividades lúdicas en equipo ayudan a que esto se pueda desarrollar. Entonces, son los padres de familia, en esta educación a distancia, los que tienen más oportunidades de dialogar con sus hijos.

REFERENCIAS

- Abuhammad, S. (2020). Barriers to distance learning during the covid -19 outbreak: A qualitative review from parents's perspective. *Heliyon*, 6(11), 1-5. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e05482>
- Asociación Española Contra el Cáncer. (2013). Las emociones, comprenderlas para vivir mejor. *Blog Colegio de Educación Infantil y Primaria Pablo Picasso La Línea*. <https://ceippablocicassolalinea.blogspot.com/>
- Aytekin, I., Zehra, A., y Fahriye, A. (2004). Roles of the Students and Teachers in Distance Education. *Turkish Online Journal of Distance Education*, 5(4). https://www.researchgate.net/publication/26458006_Roles_of_the_Students_and_Teachers_in_Distance_Education
- Belloch, C. (s.f). Teleformación. *Las TICs en las diferentes modalidades de enseñanza/aprendizaje* (pp. 1-10). <https://www.uv.es/bellohc/pedagogia/EVA2.pdf>
- Bisquerra, R. y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61-82. <http://revistas.uned.es/index.php/educacionXX1/article/view/297/253>
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Editorial Síntesis. <http://www.codajic.org/sites/default/files/sites/www.codajic.org/files/Psicopedagogia%20de%20las%20emociones%20-%20Rafael%20Bisquerra%20Alzina-1.pdf>
- Blanco, M, J. (2009). Enfoques teóricos sobre la expresión corporal como medio de formación y comunicación. *Institución Universitaria Iberoamericana*, 11(1), 15- 28. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4892962.pdf>
- Blasco, J. S., Bernabé, G., Marín, P., y Moret, C. (2021). Effects of the Educational Use of Music on 3- to 12-Year-Old Children's Emotional Development: A Systematic Review. *Int J Environ Res Public Health*, 18(7). <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8037606/>
- Cárdenas, M. A. (2021). *Concepciones y prácticas sobre la inteligencia emocional de una docente de una Institución Educativa Pública Inicial del distrito de Pueblo Libre* [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/19196/CARDENAS_REATEGUI_MAYTE_ANDREA.Lic%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Carrero, C. (2018). *La educación emocional a través de los cuentos* [Tesis de Licenciatura, Universidad de Valladolid].

<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/32233/TFG-G3087.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Cohen, M. (2018). *Creativity and Recovery: The Mental Health Benefits of Art Therapy*. Washington: Rtor organization. <https://www.rtor.org/2018/07/10/benefits-of-art-therapy/>
- Cuadros, O. E. (2009). *Evaluación de los componentes de la inteligencia emocional en niños y niñas con dificultades de aprendizaje* [Tesis de Maestría, Universidad de Antioquia]. <http://ayura.udea.edu.co:8080/jspui/bitstream/123456789/1332/1/H0332.pdf>
- De la Fuente, T. A. (2021). *El juego como una estrategia para favorecer el desarrollo de la autorregulación emocional en los niños de 4 años a través de la educación virtual en una I.E. particular de Santiago de Surco* [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. [http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/18848/De%20la%20Fuente Simpson Juego como%20una estrategia1.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/18848/De%20la%20Fuente%20Simpson%20Juego%20como%20una%20estrategia1.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Erickson, E. (2018), *Effects of Storytelling on Emotional Development* [Tesis de Magíster, Saint Catherine University]. <https://sophia.stkate.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1258&context=maed>
- Fernández, P. y Extremera, N. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana de Educación*, 29(1). <https://doi.org/10.35362/rie2912869>
- Fernández, A. M. y Montero, I. (2016). Aportes para la educación de la inteligencia emocional desde la educación infantil. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14(1), 53-66. <http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v14n1/v14n1a03.pdf>
- Fragoso, R. (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto? *Revista Iberoamericana de Educación*, 6(16). http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-28722015000200006
- Gallardo, P. (2007). El desarrollo emocional en la educación primaria (6-12 años). *Cuestiones Pedagógicas*, 18, 143-159. <https://institucional.us.es/revistas/cuestiones/18/09%20desarrollo%20emocional.pdf>
- Gallego, A., Gil, G. y Montoya, A. (2015). La expresión gráfico-plástica en la primera infancia: una alternativa didáctica y pedagógica. *Revista Fundación Universitaria Luis Amigó*. 2(2), 208-223. <https://doi.org/10.21501/23823410.1673>

- García, I., Pérez, R. y Calvo, A. (2013). Expresión corporal. Una práctica de intervención que permite encontrar un lenguaje propio mediante el estudio y la profundización del empleo del cuerpo. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (23), 19-22. <http://www.redalyc.org/pdf/3457/345732289004.pdf>
- García, L. (2017). Educación a distancia y virtual: calidad, disrupción, aprendizajes adaptativo y móvil. *RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 20(2), 9-25. <https://www.redalyc.org/pdf/3314/331453132001.pdf>
- García, N. (2018). *Las emociones y la Expresión Corporal en la Educación Física a través de la música y la danza libre en tercero y cuarto de Educación Primaria* [Tesis de Licenciatura, Universidad de Valladolid]. <http://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/33438/TFG-L2238.pdf;jsessionid=760E21B0F0B0CB1A501E17E5A3A7363E?sequence=1>
- Goleman, D. (2008). *Inteligencia emocional*. Kairós. <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Inteligencia%20Emocional%20%20Daniel%20Goleman.pdf>
- Gonzales, L., y Valega, L. (2018). *Actividades sensoriales para el desarrollo de la expresión de emociones en los niños de 5 años de una Institución Educativa en San Isidro* [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/12297/Gonzalez%20Arboleda%20Valega%20Mires%20Actividades%20sensoriales%20desarrollo1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Gross, J. J. (2014). *Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations*. En J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation*. Guilford Press. <https://www.guilford.com/excerpts/gross.pdf?t>
- Henao, G. C., y García, M. C. (2009). Interacción familiar y desarrollo emocional en niños y niñas. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 7(2), 785-802. <https://www.redalyc.org/pdf/773/77315614009.pdf>
- Jardines, F. J. (2009). Desarrollo histórico de la educación a distancia. *Innovaciones de Negocios*, 6(2), 225 -236. <http://eprints.uanl.mx/12521/1/A5.pdf>
- Law, K., Wong, C., Huang, G., & Li, X. (2008). The effects of emotional intelligence on job performance and life satisfaction for the research and development scientists in China. *Asia Pacific Journal of Management*, 25(1), 51-69. https://repository.hkbu.edu.hk/cgi/viewcontent.cgi?article=1002&context=mgnt_ja
- Marcelo, Y. T. (2018). *La Autorregulación Emocional en Niños del Nivel Primaria* [Tesis de Bachiller, Pontificia Universidad Católica del Perú].

http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/18144/MARCELO_ESPINOZA_YESENIA_TORIBIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y



- Martín, M. J. (2016). *La inteligencia emocional en educación infantil* [Tesis de Licenciatura, Universidad de Valladolid]. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/19723/TFG-G%201953.pdf;jsessionid=DE5C998FE7E42BAEABD190FD0D015661?sequence=1>
- Ministerio de Educación. (2020). *Orientaciones para el desarrollo de la estrategia Aprendo en Casa* (Prestación a distancia y presencial del servicio educativo según RM 160-2020-minedu). <https://www.ugel01.gob.pe/wp-content/uploads/2020/04/Orientaciones-Aprendo-en-Casa-02-04-20.pdf>
- Ministerio de Educación. (2020). Unidad 1: La mediación y el uso pedagógico de herramientas y recursos en la educación a distancia. Sesión 1: La mediación del docente en la educación a distancia. https://www.repositorioeducacion.com/wp-content/uploads/2020/04/Rol_Docente_01_actualizado.pdf
- Ministerio de Educación. (2020). Unidad 1: La mediación y el uso pedagógico de herramientas y recursos en la educación a distancia. Sesión 2: Herramientas y recursos de apoyo a la labor docente en la educación a distancia. http://www.ugellaconvencion.gob.pe/lc/doc_2020/RD_EAD/01_S2_Rol_Docente_sesion_02.pdf
- Miranda, F. (2016). *Cuentacuentos como estrategia de fomento a la Comunicación oral en educación básica*. [Tesis de maestría, Universidad Andrés Bello]. https://repositorio.unab.cl/xmlui/bitstream/handle/ria/3876/a119170_Miranda_F_Cuentacuentos_como_estrategia_de_fomento_2016_Tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Patiño, A. (2013). La educación a distancia en la Facultad de Educación de la Pontificia Universidad Católica del Perú: Reflexiones de una experiencia. En Domínguez, J. y Rama, C. (Eds.). *La Educación a Distancia en el Perú*. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. https://virtualeduca.org/documentos/observatorio/la_educacion_a_distancia_en_peru.pdf
- Polo, J. D., Zambrano, M., Muñoz, A., y Velilla, J. (2016). Inteligencia emocional y percepción de las emociones básicas como un probable factor contribuyente al mejoramiento del rendimiento en las ventas: una investigación teórica. *Universitas Psychologica*, 15(2), 73-86. <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v15n2/v15n2a07.pdf>
- Rago, R. (2014). Emotion and Our Senses. Emotion on the Brain. <http://sites.tufts.edu/emotiononthebrain/2014/10/09/emotion-and-our-senses/>
- Riquero, A. (2017). *Contribución del juego dramático al desarrollo de las habilidades sociales para la resolución de conflictos interpersonales en niños de 3 años de*

- Educación Inicial* [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/9566/Riquero%20Pacheco%20Andrea.pdf?sequence=9&isAllowed=y>
- Saykili, A. (2018). Distance education: Definitions, Generations, Key Concepts and Future Directions. *International Journal of Contemporary Educational Research*, 5(1), 1–17. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1207516.pdf>
- Serrano, R. M. (2018). Música y Educación emocional. En Soler, J. L., Díaz, O., Escolano, E., y Rodríguez, A. (Eds.), *Inteligencia emocional y bienestar III. Reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones*. Universidad San Jorge. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=717005>
- Stojanovic, L. (2006). Las tecnologías de información y comunicación en la promoción de nuevas formas interactivas y de aprendizaje en la Educación a Distancia. *Revista de Investigación*, 59, 121-140. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2117327>
- Tonucci, F. (2020). Convertir la casa en un “laboratorio” donde los padres sean los asistentes de los maestros. *Web del maestro CMF*. <https://webdelmaestrocmf.com/portal/francesco-tonucci-convertir-la-casa-en-un-laboratorio-donde-los-padres-sean-los-asistentes-de-los-maestros/>
- Universidad del País de Vasco. (2019). *Catálogo de competencias transversales de la UPV/EHU*. https://www.ehu.eus/documents/1432750/12757375/Cat%C3%A1logo+de+Competencias+trasnversales_cas.pdf/5dd00732-9e32-5e52-0ee2-2128d9a6867b?t=1567589482000
- Vega, A. (2013). *Comprensión de las emociones secundarias* [Tesis de Licenciatura, Universidad de Valladolid]. <http://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/3927/TFG-G300.pdf?sequence=6&isAllowed=y>
- Villanueva, R. y Valenciano, G. (2012). El papel de la maestra en la promoción de dos competencias de la inteligencia emocional de niñas y niños de quinto grado. *Revista Electrónica Educare*, 16(3), 49-75. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4112501>
- Vivas, M., Gallego, D., y González, B. (2007). *Educación de las emociones*. Dykinson. http://eoe.sabi.educa.aragon.es/descargas/H_Recursos/h_3_Educacion_Emocional/h_3.1.Documentos_basicos/10.Educacion_las_emociones.pdf
- Vonderwell, S., y Savery, J. (2004). Online learning: student role and readiness. *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 3(5).

<https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1101894.pdf>

Wallbaum, T., Ananthanarayan, S., Sadeghian, S., Heuten, W. & Boll, S. (2017). Towards a tangible storytelling kit for exploring emotions with children. *Thematic Workshop*. (17),10-16.

https://www.researchgate.net/publication/320575815_Towards_a_Tangible_Storytelling_Kit_for_Exploring_Emotions_with_Children

Whitebread, D., y Basilio, M. (2012). Emergencia y desarrollo temprano de la autorregulación en niños preescolares. *Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 16(1), 15-34. <https://www.redalyc.org/pdf/567/56724377002.pdf>



ANEXOS

Anexo 1: Guía de entrevista

Guía de entrevista

1. Datos generales del entrevistador

- a. Nombre y apellido:
- b. Institución a la que pertenece:
- c. Contexto (en el marco de qué curso y/o plan de formación):

2. Datos generales de la persona(s) a entrevistar

- a. Institución educativa a la cual pertenece(n):
- b. Niveles educativos de la I.E.:
- c. Aula/grado/sección:
- d. Edad:
- e. Género (masculino/femenino):

3. Objetivo(s) de la entrevista:

- Recoger información sobre el conocimiento de la docente acerca de la regulación emocional

4. Aspectos sobre los que se entrevistará:

Conocimiento de la regulación emocional
Componentes para la regulación emocional

5. Duración de la entrevista: 60 minutos

DISEÑO DE LA GUÍA DE ENTREVISTA

Aspectos sobre los que se entrevistará			Ítems de entrevista
OBJETIVO	CATEGORÍA	SUBCATEGORÍA	
<p>Conceptualizar la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años de una Institución Educativa Inicial del distrito de Breña.</p>	<p>Regulación emocional</p>	<p>Inteligencia emocional</p>	<p>1. ¿Qué es para usted? la inteligencia emocional?</p> <p>2. ¿Cuál es la relación entre regulación emocional e inteligencia emocional?</p>
		<p>La regulación emocional</p>	<p>3. ¿Qué es la emoción?</p> <p>4. ¿Qué reacciones usted ha observado en respuesta a una emoción en los niños de 5 años?</p> <p>5. ¿Qué es la regulación emocional para usted?</p> <p>6. ¿Es importante desarrollar la regulación emocional en los niños de 5 años? ¿Por qué?</p> <p>7. ¿Cuáles son los beneficios de la regulación emocional para el desarrollo de los niños de 5 años? (Explíquelo)</p>
		<p>Componentes para la regulación emocional</p>	<p>8. La conciencia emocional permite que el estudiante identifique y clasifique con nombre a las emociones que se siente en uno mismo y en los demás ¿En su experiencia cómo ha desarrollado esto en sus niños?</p> <p>9. La comprensión emocional permite que el niño comprenda por qué tal emoción causó que actúe de esa manera ¿En su experiencia cómo ha desarrollado esto en sus niños?</p> <p>10. La expresión emocional permite que el niño manifieste sus emociones a través del comportamiento de una manera apropiada ¿En su experiencia cómo ha desarrollado esto en sus niños?</p>

Anexo 2: Guía de observación

GUÍA DE OBSERVACIÓN

- 1. Datos generales del observador**
 - a. Nombre y apellido:
 - b. Institución a la que pertenece:
 - c. Contexto (en el marco de qué curso y/o plan de formación):
- 2. Datos generales del grupo o persona(s) a observar**
 - a. Institución educativa a la cual pertenece(n):
 - b. Niveles educativos de la I.E.:
 - c. Aula/grado/sección:
 - d. Edad promedio:
 - e. Género (masculino/femenino):
- 3. Situación de la observación**
 - a. Características del lugar donde se observa (aula): Actividades síncronas en el marco de una educación a distancia
 - b. Descripción de la actividad/ momento de observación: durante el inicio, desarrollo y cierre de las actividades síncronas en el marco de una educación a distancia
- 4. Objetivo(s) de la observación:**
 - Recoger información sobre las estrategias que emplea la docente para el desarrollo de la regulación emocional en el marco de la educación a distancia.
 - Recoger información sobre los elementos de la educación a distancia que utiliza la docente para aplicar estrategias para el desarrollo de la regulación emocional
- 5. Aspectos a observar:**

- Elementos de la educación a distancia
- Estrategias de la docente para el desarrollo de la regulación emocional



DISEÑO DE LA GUÍA DE OBSERVACIÓN

OBJETIVO	categorías	Aspecto a observar (subcategorías)	Ítems de
<p>Describir las estrategias que emplea la docente para favorecer el desarrollo de la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años de una Institución Educativa Inicial del distrito de Breña.</p>	<p>Estrategias para favorecer la regulación emocional en una educación a distancia</p>	<p>Educación a distancia en el nivel inicial</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar qué y cómo tecnológicos propios de la las estrategias de regulación • Identificar de qué manera físicos propios de la educación estrategias de regulación • Identificar el rol docente en la regulación emocional en la • Identificar las acciones de con los Padres de Familia de regulación emocional e • Identificar la interacción en estrategias de regulación <ul style="list-style-type: none"> - Motivación a los alu - Comunicación - Comprensión hacia
		<p>Estrategias para favorecer la regulación emocional</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar cómo la emocional en base estrategias tales como <ul style="list-style-type: none"> - Actividades de expres - Actividades sensoria - Narración de cuentos - Actividades de expres - Actividades musical

Anexo 3: Matriz de consistencia

Nombre del investigador	Katherine Michal Benites Salvador		
Tema de la investigación	Regulación emocional		
Línea de investigación	Currículo y didáctica		
Título de la investigación	Estrategias docente para favorecer la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años de una Institución Educativa Inicial del distrito de Breña		
Problema	Objetivo general de la investigación	Objetivos específicos	
¿Cuáles son las estrategias que utiliza la docente para favorecer la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años de una Institución Educativa Inicial del distrito de Breña?	Analizar las estrategias que la docente utiliza para favorecer el desarrollo de la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años de una Institución Educativa Inicial del distrito de Breña	<ul style="list-style-type: none"> - Conceptualizar la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años de una Institución Educativa Inicial del distrito de Breña - Describir las estrategias que emplea la docente para favorecer el desarrollo de la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años de una Institución Educativa Inicial del distrito de Breña 	

DISEÑO METODOLÓGICO:

Enfoque	Tipo	Método / Técnica	Fuentes e informantes o Población
Cualitativo	Descriptivo	Investigación descriptiva	Docente
Objetivo general	Objetivo específicos	Categorías o Variables	Sub-Categorías o Sub-variables
Analizar las estrategias que la docente utiliza para favorecer el desarrollo de la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años de una Institución Educativa Inicial del distrito de Breña	Conceptualizar la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años de una Institución Educativa Inicial del distrito de Breña.	Regulación emocional	<ul style="list-style-type: none"> Inteligencia emocional Regulación emocional Componentes de la regulación emocional
	Describir las estrategias que emplea la docente para favorecer el desarrollo de la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años de una Institución Educativa Inicial del distrito de Breña.	Estrategias para favorecer la regulación emocional en una educación a distancia	<ul style="list-style-type: none"> Educación a distancia en el nivel inicial Estrategias para favorecer la regulación emocional

Anexo 4: Carta dirigida a los expertos evaluadores

Lima, 21 de octubre de 2021

Presente. -

Por medio del presente me dirijo a usted cordialmente y a la vez solicitarle, dada su alta calidad profesional, participar como Juez Experta en la revisión de los instrumentos de la investigación “Estrategias docente para favorecer la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años”; con la finalidad de realizar mi tesis.

Le adjunto la siguiente información:

1. Matriz de consistencia de la investigación
2. Matriz teórica relacionada con las categorías
3. Guía de entrevista (instrumento 1)
4. Guía de observación (instrumento 2)
5. Matriz de valoración de los instrumentos

Por favor sírvase proporcionar sus observaciones.

Agradeciéndole por anticipado, quedo de usted.

Atentamente,

Anexo 5: Matriz de codificación – Entrevista

M
A
T
R
I
Z
D
E
C
O
D
I
F
I
C
A
C
I
Ó
N

Código: E1			
CATEGORÍA: Regulación emocional			
SUBCATEGORÍAS	PREGUNTAS	RESPUESTA	HALLAZGOS
	1.		
	2.		
	3.		
	4.		

Anexo 6: matriz de codificación – Observación

M
A
T
R
I
Z
D
E
C
O
D
I
F
I
C
A
C
I
Ó
N

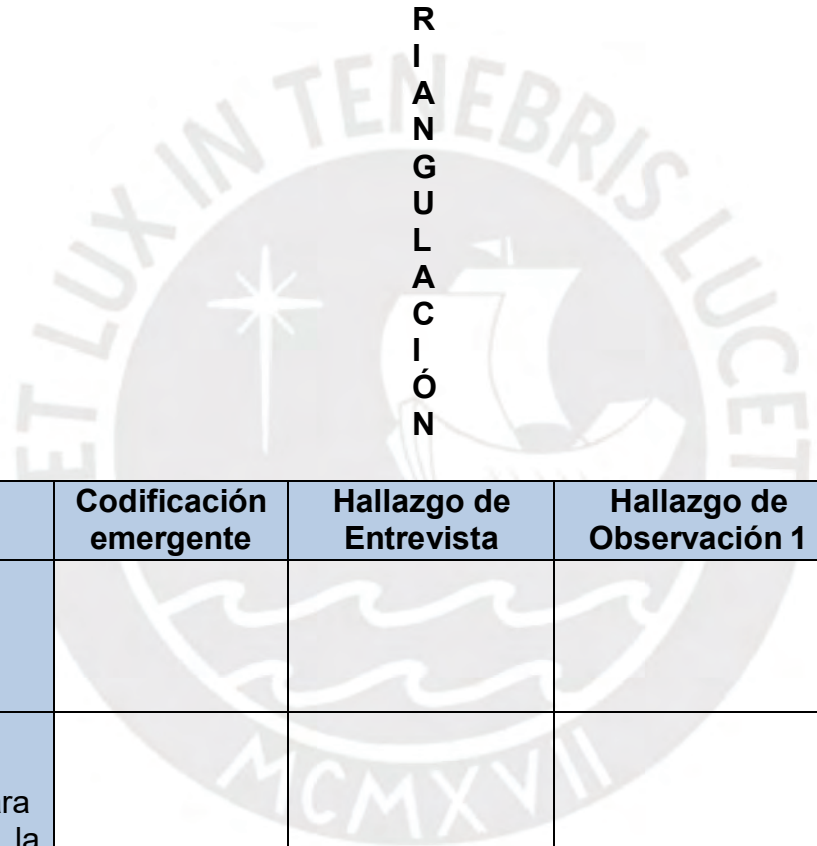
D
I
F
I
C
A
C
I
Ó
N

Código: OB1			
Categoría: Estrategias para favorecer la regulación emocional			
Descripción de la actividad y/o momento de la actividad		...	
SUBCATEGORÍAS	TEMAS DE OBSERVACIÓN	REGISTRO DE OBSERVACIÓN	HALLAZGO



Anexo 7: matriz de triangulación

M
A
T
R
I
Z
D
E
T
R
I
A
N
G
U
L
A
C
I
Ó
N



Categoría	Codificación emergente	Hallazgo de Entrevista	Hallazgo de Observación 1	Hallazgo de Observación 2	
Regulación emocional					
Estrategias para favorecer la regulación emocional					

Anexo 8: Consentimiento informado

Consentimiento Informado para Participantes de Investigación

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer al participante en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participante.

La presente investigación es conducida por Katherine Michal Benites Salvador, de la Pontificia Universidad Católica del Perú. La meta de este estudio es recopilar información acerca de las Estrategias docente para favorecer la regulación emocional en una educación a distancia con niños de 5 años.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder preguntas en una entrevista. Esto tomará aproximadamente 60 minutos de su tiempo. Lo que conversemos durante esta sesión se grabará, de modo que el investigador pueda transcribir después las ideas que usted haya expresado.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas al cuestionario y a la entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas. Una vez transcritas las entrevistas, los audios con las grabaciones se eliminarán.

Si tiene alguna duda sobre esta investigación, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en el. Igualmente, puede retirarse de la investigación en cualquier momento sin que eso la perjudique en ninguna forma.

Si alguna de las preguntas durante la entrevista le parece incómoda, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas.

Desde ya le agradecemos su participación.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por _____ . He sido informado (a) de que la meta de este estudio es _____ .

Me han indicado también que tendré que responder cuestionarios y preguntas en una entrevista, lo cual tomará aproximadamente _____ minutos.

Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre la investigación en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona.

De tener preguntas sobre mi participación en este estudio, puedo contactar a _____ al teléfono _____. Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando éste haya concluido. Para esto, puedo contactar a _____ al teléfono anteriormente mencionado.

Nombre del Participante:

Firma del Participante

Fecha: