

UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS
FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS DE LA
EDUCACIÓN
CARRERA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN



MONOGRAFÍA
AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL Y PROCESOS DE
APRENDIZAJE EN ESTUDIANTES DEL NIVEL DE
EDUCACIÓN INICIAL COMUNITARIA
ESCOLARIZADA

Monografía para optar el Grado Académico de Técnico Universitario Superior
Mención: Educación, Desarrollo y Atención Integral de la Infancia

POR: GABRIELA MAR ROJAS MOLDES
TUTOR. DR. PITER HENRY ESCOBAR CALLEJAS

LA PAZ – BOLIVIA

Diciembre, 2022

DEDICATORIA.

El presente trabajo está dedicado a Dios, por darme la fuerza y la sabiduría para cumplir mi objetivo.

A mi madre Mirella, fuente de inspiración que, sin su apoyo incondicional, motivación y amor no lo habría logrado.

A mi abuela María, segunda madre quien me cuidó y cobijó en mis desvelos

A mis hermanos, por la paciencia y la fuerza que me brindaron en el desarrollo de este trabajo

AGRADECIMIENTO

A mi tutor, Dr. Piter Escobar por orientar mi estudio monográfico.

A la carrera de Ciencias de la Educación, a los docentes por brindar sus conocimientos y hacer posible esta titulación.

Índice	
INTRODUCCIÓN	1
CAPITULO I.....	4
ASPECTOS GENERALES	4
1.1. FENÓMENO DE ESTUDIO	4
1.2. JUSTIFICACIÓN.....	4
1.3. OBJETIVOS.....	6
1.3.1. Objetivo General	6
1.3.2. Objetivos específicos	6
CAPITULO II	7
MARCO CONTEXTUAL	7
2.1. Contexto geográfico:	7
2.2. Contexto económico:.....	8
2.3. Contexto social	11
2.4. Contexto cultural	12
2.5. Contexto educativo:.....	14
CAPITULO III	16
MARCO REFERENCIAL	16
3.1. Antecedentes históricos de la educación emocional	16
3.2. Teorías de análisis del fenómeno de estudio	17
CAPITULO IV	21
SUSTENTO TEORICO	21
4.1. LAS EMOCIONES	21
4.1.1. Qué son las emociones	21
4.1.2. Emociones básicas.....	22
4.1.3. Emociones en los niños	22
4.1.4. ¿Cómo se manifiestan las emociones en los niños?	24
4.1.5. Habilidades de la teoría de la inteligencia emocional	26
4.1.6. De la inteligencia emocional a la educación emocional.....	27
4.1.7. ¿Es posible educar la Inteligencia Emocional?	28
4.1.8. Marco de competencia emocional	28

4.2. AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL	29
4.2.1. Procesos básicos de la autorregulación emocional.....	30
4.2.2. Importancia de la autorregulación emocional	31
4.2.3. Consecuencias de la falta de desarrollo de la autorregulación emocional ...	32
4.3. Procesos de aprendizaje	33
4.3.1. Funciones ejecutivas y control cognitivo	33
4.3.2. Autorregulación en el aprendizaje.....	34
4.3.2.1. Los estados emocionales negativos en el aprendizaje	35
4.3.2.2. Los estados emocionales positivos en el aprendizaje	36
4.3.3. La motivación, la cognición y el contexto de aprendizaje en la teoría de Pintrich	36
4.3.4. Características del estudiante autorregulado en el aprendizaje	37
4.3.5. Procesos de autorregulación del aprendizaje.....	39
4.3.5.1. Procesos motivacionales:.....	40
4.3.5.2. Procesos metacognitivos.....	43
4.3.5.3. Procesos de inteligencia emocional	46
4.3.6. Factores modulares de la autorregulación emocional de los niños	50
4.3.6.1. Factores endógenos asociados al desarrollo de la autorregulación emocional.....	51
4.3.6.2. Factores exógenos asociados al desarrollo de la autorregulación emocional.....	53
4.4. Ley Elizardo Pérez-Avelino Siñani.....	55
4.4.1. Caracterización del Nivel de Educación Inicial en Familia Comunitaria	55
4.4.1.1. Educación inicial en la Familia Comunitaria, escolarizada.....	55
4.1.1.1. Primer año de escolaridad	56
Objetivo del primer año de escolaridad	56
4.1.1.2. Segundo año de escolaridad	56
Objetivo del segundo año de escolaridad	57
Perfil de salida del segundo año de escolaridad	57
CAPITULO V	60
METODOLOGÍA	60
5.1. Tipo de investigación	60
5.2. Método de investigación	60
Método Analítico	60

Método Documental	60
5.3. Técnicas de investigación	61
Técnica de Revisión bibliográfica	61
5.4. Instrumentos de investigación	61
Ficha bibliográfica	61
CAPITULO VI.....	62
6.2. Conclusiones	63
6.3. Recomendaciones	67
BIBLIOGRAFÍA	69
ANEXOS	72

INTRODUCCIÓN

El interés de las emociones y su autorregulación, es clave para el buen desarrollo de la persona en sus diferentes ámbitos. La autorregulación se considera un elemento importante para comprender múltiples adaptaciones del ser humano a la vida social. Se ha descrito que niños y niñas con alta capacidad de autorregulación tienen mejor adaptación al sistema escolar (Von Suchodoletz & Gollwitzer, 2009) obtienen mejores calificaciones y desertan menos de la escuela. Estos antecedentes empíricos, entre otros, justifican la relevancia que se le ha dado a la autorregulación en la psicología del desarrollo, la psicología de la salud y la psicología educativa. La autorregulación emocional prevalece en muchos contextos, momentos, edades, que podemos experimentar a lo largo de nuestras vidas ya sea en lo social, político, psicológico. Pero en este caso, nos interesamos por el tema de autorregulación emocional desde el punto de vista pedagógico. Por ello, se busca conocer a profundidad la autorregulación emocional y la importancia que tiene la promoción de ésta, desde el currículo, la escuela y por ende desde el aula. A través de todo ello, se educará niños que controlan sus emociones, lo cual se evidenciará en su comportamiento y en un adecuado desenvolvimiento en el aspecto social, emocional y académico. Sin embargo, si no hay presencia de autorregulación emocional, es probable que los niños presenten dificultades en su aprendizaje, al no crear el entornos adecuados para ello, también puede repercutir en la conducta porque se puede evidenciar comportamientos agresivos y actitudes antisociales generando a la vez serios problemas en su aprendizaje; para ello, la incógnita de interés y por la que surgió fue: Si el hombre es capaz de sentir y persuadir emociones, además de la necesidad de aprender a controlarlas; entonces, ¿cuál o cómo es la presencia de la autorregulación emocional durante en proceso de aprendizaje? A lo largo de este trabajo describimos dicha presencia, de acorde a los objetivos planteados, a la problemática, el marco teórico e instrumentos, todo ello especificados en el siguiente apartado.

CAPITULO I. En este espacio, se analiza el fenómeno de estudio desde el punto de vista de algunos autores, se justifica el tema de relevancia de manera crítica y

argumentativa, el planteamiento de los objetivos que nos ayudaron a direccionar y lograr los conocimientos plasmados.

CAPITULO II. Damos a conocer el Marco Contextual, donde se analiza la problemática, analizando y describiendo cómo actúa la autorregulación emocional en los procesos de aprendizaje de los niños, pero no solo desde el contexto educativo, además desde el contexto social, económico, cultural y geográfico. Detallando el proceso de actuación del fenómeno de estudio en cada uno de estos contextos.

CAPITULO III. Se detalla el Marco Referencial donde se teoriza el origen y los antecedentes históricos del surgimiento de la autorregulación emocional, además que se detalla las diferentes teorías del fenómeno de estudio, con citas de autores especializados en el tema.

CAPITULO IV. Este apartado se encuentra el Sustento Teórico, donde se detalla los conceptos y teorías básicas de nuestro tema de estudio, definidos por diferentes autores, haciendo un análisis crítico de cada uno de ellos. Este capítulo se divide en cuatro subcapítulos claves que son: emociones, autorregulación emocional, procesos de aprendizaje y Ley Avelino Siñani que nos ayudaran a guiar nuestro estudio y entendimiento de nuestro tema de interés.

CAPITULO V. Se muestra la Metodología que nos ayudó a encaminar nuestro tema de interés, el tipo de investigación y el detalle de las técnicas e instrumentos usados para el desarrollo del presente estudio.

CAPITULO VI. Por último, se detalla las conclusiones respondiendo a los objetivos planteados de que lo resumiremos a continuación:

Respuesta al Objetivo Especifico 1: Las emociones básicas de los niños de la etapa pre escolar: ansiedad, decepción, ira, miedo, tristeza, vergüenza, diversión, alegría y esperanza que son emociones que se presentan de forma regular en el proceso de aprendizaje de los niños y niñas por lo que muchas veces estas emociones son manifestadas de manera agresiva y retadora ante los estímulos, que detectan en el espacio educativo.

Respuesta al Objetivo Especifico 2. Los factores mediadores de la autorregulación emocional son los endógenos y exógenos. La primera trata de la maduración del cerebro y las redes atencionales del niño. En los factores exógenos se presentan los estímulos externos tales como los padres de familia, la sociedad y la escuela.

Respuesta al Objetivo Especifico 3. Haciendo un análisis a nuestro tema de estudio, tal es la autorregulación de emociones desde la presente ley 070. En el objetivo que plantea la socio afectividad que engloba el estudio de las emociones por otra parte, hace relevancia en la familia y la comunidad que, como vimos con anterioridad son factores claves para el desarrollo de la autorregulación emocional en el proceso de aprendizaje, y sin olvidarnos que la meta planteada ofrece las actividades lúdicas donde se hace evidente el uso del juego, una estrategia que servirá mucho a los procesos de desarrollo del niño desde el punto de vista emocional.

Respuesta al Objetivo General.

Procesos Motivacionales: la motivación viene de adentro, es la fuerza que impulsa al ser humano para que actúe y logre sus objetivos. En la educación es el impulso que lo lleva a participar de los ejercicios propuestos por el docente y buscar las herramientas adecuadas para aprender, promoviendo así su autonomía y auto confianza.

Procesos Metacognitivos. Donde los niños tienen un continuo desarrollo memorístico y que, entre más edad tienen, mayor control cognitivo logran. De allí que la metacognición esté concebida en la actualidad como la capacidad que tiene el individuo para conocer y regular sus procesos cognitivos. metacognición también se puede hacer referencia al control metacognitivo, que consiste en el proceso consciente que hace el estudiante al revisar sus procesos de aprendizaje.

Procesos de Inteligencia emocional. Este desarrollo de intelecto equilibrado, hace referencia a la capacidad de nivelar nuestras emociones, reconocerlas y usarlas de manera positivas ante las diversas características personales, sociales y físicas que se presenta o percibe el ser humano a través de su vida. Esta inteligencia tiene el propósito de armonizar los estímulos o fenómenos externos a través de vinculaciones de la "razón -corazón" del mismo.

CAPITULO I

ASPECTOS GENERALES

FENÓMENO DE ESTUDIO

El trabajo se centra, específicamente, en saber cómo la autorregulación emocional actúa en el proceso de aprendizaje de los niños comprendidos en edades de 4 y 5 años a lo que pertenece al nivel de Educación Inicial en Familia Comunitaria según los grados que especifica la Ley Avelino Siñani-Elizardo Pérez del nivel escolarizado, ya que van a surgir temas de relevancia en el aprendizaje. Considerando el proceso de aprendizaje por parte de los estudiantes de la infancia, al no tener conocimiento de estos temas relevantes, en consecuencia, el niño puede optar o diferenciarse por diversos problemas, desde la conducta, vida social hasta el rendimiento académico. Por el contrario, al contar con estas competencias autorregulatorias los niños de esta etapa, sabrán reconocer y controlar sus emociones, crearán espacios armoniosos para su aprendizaje, la empatía hacia los aliados de su entorno, autosuficiencia, entre otros. Que serán reflejo en su vida de adultos.

1.1. JUSTIFICACIÓN

Es importante darse cuenta que muchas personas no saben cómo reaccionar y actuar frente a un problema, y muchas veces hay un descontrol de emociones lo que lleva a ser perjudicial para uno mismo y para el entorno que le rodea, tal es el caso que cuando una persona no tiene estas habilidades autorregulatorias puede tener problemas de conductas como inquietud, impulsividad, fácil distracción, inestabilidad emocional, asociales, tímidos, violentos, etc. Estos problemas, llega a afectar a la familia, al trabajo, amistades, estudios, incluso hasta el perjuicio de objetivos o metas de vida porque ello arrasa en la adolescencia con mayor fuerza y se presenta a través de las depresiones, no asumir responsabilidades, ser violento, incluso llega a casos extremos de asesinatos, bullying, estafas, drogadicción, etc.

Todas estas problemáticas surgen a consecuencia de no haber desarrollado las competencias de autorregulación emocional por lo general cuando eran niños, puesto que no aprendieron las habilidades de controlar sus emociones de forma eficaz y conveniente. Los sucesos que se nos presenta: los comportamientos, las actitudes, las

tomas de decisiones van enlazados a lo que sentimos a través de las emociones del diario vivir

Hoy día, es imprescindible el aprendizaje de la autorregulación emocional en niños y niñas desde la edad temprana, para que aprendan a reconocer y sepan actuar ante diversas situaciones ya sean negativas o positivas. Y más aún cuando se van adentrando a una nueva etapa de vida, que es la pre escolaridad, donde verán y experimentarán un mundo diferente, muchas veces se da cuenta que desde el hogar se debe desarrollar las bases sociales a través de los padres y comunidades, caso contrario hacen surgir acontecimientos donde el niño sienta temor, miedo, confusión a la hora de enfrentar algún desorden mental y emocional. En consecuencia, en la adultez el individuo será formado en un ser tímido, impulsivo, violento, etc. El buen desarrollo de la autorregulación emocional, más que todo en edades tempranas, contribuirá a la formación integral de las personas ya que como seres humanos experimentan diversas emociones en cada momento de sus vidas. Considerar el tema como modo de prevenir futuras dificultades, Méndez define que:

Reportan que las dificultades en autorregulación se asocian a problemas de comportamiento como impulsividad, delincuencia, conducta antisocial, agresión. Los años preescolares son un periodo en que la baja autorregulación puede detectarse de forma temprana y prevenir que las consecuencias anteriores aparezcan en edades mayores. (Mendez, 2007, pág. 29)

Sin embargo, el amplio recorrido y las diversas pruebas y avances del mundo académico, implica la responsabilidad y el esfuerzo de los estudiantes, que en casos diversos muchos de ellos caigan en el mundo del entretenimiento (redes sociales, televisión, juegos cibernéticos) y la baja motivación, hacen que el estudiante como consecuencia puede abandonar la escuela, desinterés para estudiar, estrés, bajas calificaciones, atención dispersa, comportamientos indebidos, violencia hacia sus compañeros, etc.

1.2. OBJETIVOS

1.2.1. Objetivo General

Identificar la autorregulación emocional y procesos de aprendizaje vinculados a estudiantes del nivel de educación inicial en la familia comunitaria escolarizada

1.2.2. Objetivos específicos

- Establecer las emociones básicas y cómo se manifiestan en los procesos de aprendizaje de los estudiantes del nivel de educación inicial en la familia comunitaria escolarizada
- Conocer los factores mediadores que intervienen en la autorregulación emocional y procesos de aprendizaje en estudiantes del nivel de educación inicial en la familia comunitaria escolarizada
- Analizar la Ley de Educación Avelino Siñani para saber si se desarrolla la temática emocional entorno al aprendizaje de los estudiantes del nivel de educación inicial en la familia comunitaria escolarizada

CAPITULO II

MARCO CONTEXTUAL

En los siguientes apartados se considera un análisis crítico y argumentativo respecto a la problemática y consecuencias y de qué manera se presenta la autorregulación emocional, en el ámbito de la educación, tomando en cuenta un estudio preciso de la coyuntura actual.

2.1. Contexto geográfico:

A nivel Latinoamérica, la problemática que sobresale es por la pandemia COVID – 19, donde la deserción escolar que se ha ido experimentando no solo en algunas regiones, sino a nivel mundial, generando el abandono de las escuelas por parte de algunos estudiantes, desde los niveles de pre escolaridad hasta la superior. De esta manera, perdiendo aprendizajes de un determinado parámetro de tiempo, lo que trata de ver la autorregulación emocional hacia el perjuicio que tendrán los niños y niñas en desarrollar habilidades y estrategias metacognitivas para un buen proceso de aprendizaje

Debido al cierre masivo de centros educativos, en América latina y el Caribe, traerá consigo muchas consecuencias que afectará la calidad de educación, comprendidos en los daños emocionales en estudiantes. Según datos del informe brindado por el Banco Mundial que nos dice que: "debido al cierre masivo de escuelas, a febrero de 2021, alrededor de 120 millones de niños en edad escolar habían perdido o corrían el riesgo de perder un año completo presencial del calendario escolar, con graves impactos educativos" (Banco Mundial, 2021, pág. 35)

Este cierre trae consigo impactos psicológicos y emocionales en los niños, donde la interrupción de adaptación social fue desprotegida e interrumpida, se supone que, en la unidad de estudio de nuestra población, los niños y niñas en esta edad ya van adquiriendo madurez en cuanto emociones y pronto a ellas autorregulaciones, es por ello que el informe del Banco mundial finaliza su nota con: "El cierre de las escuelas tiene consecuencias físicas, psicológicas y emocionales dramáticas para los niños, niñas, adolescentes y jóvenes" (Banco Mundial, 2021, pág. 40)

En Bolivia, sobre el manejo de las emociones de los niños. Si bien, las recientes crisis sociales y políticas que no se pueden dejar de lado, fueron y aún siguen siendo parte de nuestro diario vivir tal es la etapa de la pandemia y la post pandemia. Nuestra población de niños bolivianos llegó a ser los más afectados respecto a emociones, con los cierres de las Unidades Educativas, cambios de la dinámica familiar, ausencias de interacción social con sus pares, etc. Al respecto sobre instituciones nos indican que:

La reciente crisis social y política que vivió Bolivia expuso a niñas, niños y adolescentes (NNA) (...) que afectaron el ejercicio de sus derechos a la educación, a la salud, y también su bienestar físico y emocional, según se puede concluir de un análisis inicial de datos reunidos por UNICEF, la Defensoría del Pueblo y otras instituciones vinculadas a la defensa de los derechos de la niñez y adolescencia. (UNICEF, 2019, pág. 12)

Entendemos que las investigaciones sobre autorregulación emocional en la zona geográfica son pobres, pero nos adaptamos a los datos que nos brindan nuestras entidades públicas y del Estado, mencionando los hechos políticos y de salud que obligaron a las autoridades máximas del Estado a cerrar la gestión escolar en el año 2020, contrajo repercusiones desde el punto de vista de las emociones en los niños, de manera que se les cerró una oportunidad de desarrollo como es tan importante en la pre escolaridad, pero solo en ese determinado tiempo, para el siguiente año dar continuidad a las gestión escolar.

2.2. Contexto económico:

Los movimientos del contexto económico se dan por la presencia y relevancia del estatus social y economía de los padres de familia. Para iniciar con ello, se encomienda que los niños de 4 y 5 años ya pueden esclarecer o sentir la eficiencia o deficiencia de la economía de los padres ya que este recurso recae directamente en la toma de decisiones y calidad de vida del niño, consecuentes a su realidad emocional, lo que les hace más endebles en el contexto económico.

A propósito, algunos autores nos mencionan que:

Si bien los niños en vulnerabilidad social tienen muchas veces más dificultad que los niños de otros contextos socioeconómicos para reconocer sus propias emociones y controlarlas, debido a que la habilidad de los padres se halla debilitada muchas veces por las condiciones de vida y el estrés asociado. (Kaiser & Delaney, 1996 citado en Richaud, y otros, 2019, pág. 64)

A lo que se refiere, es que los estilos parentales se reflejan en los niños para su desarrollo económico, de alguna manera y por lo general adoptando conductas de sus padres o entorno social, consigo aptitudes de aislamiento respecto al bajo nivel de estatus que ocasionan desniveles emocionales.

Desde la realidad económica de nuestro país, considerada Bolivia como un país tercermundista que hace referencia a la economía inferior en comparación de países desarrollados, esto implica que la mayoría de las familias cuenten con bajos recursos económicos que afecta directamente en los hijos, y como consecuencia, muchos padres prefieren no inscribir a sus hijos a los niveles de kínder y pre kínder, con la mentalidad de inscribir a su hijo directamente al nivel primario. Al respecto, el autor nos dice:

Los niños de hogares con menores ingresos, o de madres con menor educación, se encuentran peor que aquellos más favorecidos en dimensiones tan variadas como la nutrición, el desarrollo cognitivo y de lenguaje, el acceso a la educación inicial y los servicios de cuidado infantil, la disponibilidad de materiales y actividades de juego en el hogar, o la frecuencia del castigo físico, por nombrar solo algunas. En otras palabras, hay muchas dimensiones en las cuales los niños que crecen en hogares pobres se encuentran peor que sus pares de estratos socioeconómicos más ricos (Araujo, 2016, pág. 75)

En muchos casos los niños son obligados a trabajar desde temprana edad debiendo sobrevalorar el dinero, abandonar la escuela, practicar actividades delictivas, y buscando apoyo emocional en pandillas o prostitución. Que, sin duda, las emociones y su autorregulación juegan un rol importante en el contexto económico de posición

que ayudará a la buena toma de decisiones con el reconocimiento práctico de la realidad.

Pero también está parte del Estado y los Órganos Administrativos tales como Ministerios, Defensorías, etc; que las políticas públicas, las inversiones, planes proyectos alineados a la educación y salud mental de los niños y niñas que deben gestionar, proteger y hacer cumplir los derechos básicos de los niños, que lamentablemente por temas de financiamiento no logran a cumplir con sus objetivos institucionales, tal nos representan:

Frente a esta realidad, existen instancias del Estado como las Defensorías de la Niñez y la Adolescencia, el Servicio de Gestión Social, la Dirección Departamental del Trabajo y los Juzgados de la Niñez y la Adolescencia encargadas de brindar apoyo, protección y defensa de sus derechos y de su seguridad asignadas por la Ley 2026 (Código Niño, Niña y Adolescente, 2014), pero lamentablemente no pueden cumplir su rol por la falta de recursos económicos y de profesionales, por lo que existe una seria desprotección de los niños tanto a nivel estatal como familiar. (Fernández & Rodríguez, 2020, pág. 79)

Las debilidades del desarrollo económico del país, generan conflictos de financiamiento en los ciudadanos, afectando a niños y niñas en sus emociones, salud y educación. Por la primera, se ven apresurados e intrigados por la preocupación de abastecimiento monetario de sus familiares, y como consecuencias futuras que ya fueron descritas con anterioridad.

El grupo ha expresado y sigue expresando libremente sentires y emociones. Niños y niñas con vidas difíciles de concebir, con una infancia mutilada en casi todos sus elementos y que no pueden cambiar su presente han descubierto la fuerza del grupo de iguales, se han organizado, y aunque no han salido de su espiral de pobreza van recuperando poco a poco su voz, no todos. Algunos y algunas permanecen en el mutismo. No podemos impedir que les exploten, les maltraten y les abusen. (Fernández & Rodríguez, 2020, pág. 83)

2.3. Contexto social

Parte de que el niño y niña comprende la autorregulación a través de la interacción con los demás de forma positiva, que, ante cualquier situación, ya sea de imponente o comportamiento contradictorio del exterior, pueda asimilar y regular las emociones para una buena toma de decisiones y comportamientos adversos al opuesto, poniendo en práctica tales emociones sociales.

Al respecto, (Contreras, 2012) afirma que los niños que crecen en diferentes contextos socioculturales se desarrollan emocionalmente de diferentes maneras, como resultado de cómo se socializan las emociones. Que arraigan y regulan la interacción del niño y niña con su entorno. La falta de desarrollo de autorregulación en el ámbito social provoca graves problemas en la adultez o incluso en la adolescencia desde el medio social.

Así también hacen conocer algunos autores que: "las expectativas también provienen de sus pares, ya que los niños que lloran mucho, que hacen berrinches y no negocian pueden ser rechazados por sus compañeros. Por ello necesitan alternativas socialmente aceptadas para expresar lo que sienten, manifestar necesidades y recibir apoyo" (Mendez, 2007, pág. 32) las bases de las relaciones sociales en este rango de edad, sin duda son los padres de familia.

Si bien, la escuela es el primer espacio público de aprendizaje de códigos de vida comunitaria fuera de la familia; probablemente es el espacio en el cual las relaciones humanas allí experimentadas se transforman en modelos de convivencia social.

Por lo tanto, si en el contexto escolar se privilegia la transmisión de contenidos en desmedro de las otras dimensiones de la experiencia humana que igualmente se viven en la escuela, no se generarán experiencias de convivencia sanas, enriquecedoras y aportadoras para el desarrollo personal y para una convivencia escolar y social democrática. (Ministerio de Educación de Chile, Mineduc, 2003 citado por Berger, y otros, 2009, pag.22)

Por otra parte, cabe mencionar que la actuación de los padres es fundamental en el desarrollo regulatorio de sus hijos, según autores afirman que un niño ya empieza a

tener madurez de sus emociones a partir de los 24 meses vividos, por lo que en la parte social es predecible el apoyo de los padres de familia puesto que la presencia de este último elemento hace posible el mejor desarrollo autorregulatorio del niño al iniciar la etapa escolar y junto a ello, la adaptación social.

2.4. Contexto cultural

El papel que desempeñan los niños en la pluridiversidad de las culturas bolivianas, son complejas desde el punto de vista del ámbito y desarrollo emocional.

Por este medio, partimos desde las costumbres de los pueblos indígenas en relación con las emociones y su autorregulación a través de las creencias de las diversas culturas indígenas. Hacemos un análisis descriptivo de cómo se practican y en qué medida se relacionan los valores con la autorregulación y las emociones. Si bien Bolivia es un país con riqueza cultural, compleja y diversa que alberga a 36 pueblos indígenas (que son reconocidas por el Estado Plurinacional de Bolivia) con respectivos caracteres de lenguaje o idiomas, comunicación, escritura, pensamiento, ideología, cosmovisión, geografía, pero sobre todo; las costumbres, creencias y valores que irán a la par de nuestro tema de interés. A propósito, autores destacan los sentimientos como base de relaciones de organización social de los pueblos indígenas, así se menciona:

Los afectos y sentimientos constituyen los lazos más señeros y esencialmente humanos, de comunicación y proyección, constituyéndose las bases motivacionales y de relaciones cognitivas que ligan la organización social e individual de pueblos tan distintos, que son orientados desde diversos contextos de vínculos sistematizados de valores que fundamentan sus interacciones (Hollweg, 2003, pág. 2)

Consideramos hacer un estudio en la autorregulación emocional en niños de 4 a 5 años que se ve remarcada por la educación que le da la familia del individuo, rasgos del apego y la convivencia familiar destacada en su desarrollo autorregulado emocional.

Desde la perspectiva de la cultura aymara, estudiamos a los niños y niñas que por lo general cruzan una transición de cultural, ya que muchas familias de pueblos lejanos migran a la ciudad, buscando más estabilidad de vida, y adaptándose a su nueva realidad; dando parte, en la mayoría de los casos a la pérdida de sus rasgos culturales,

por ejemplo, de su lengua nativa, que sobrepasa las dificultades de su aprendizaje fonológico, gramático y fonético. En el caso de los niños de esta etapa que además de aventurarse a nuevos campos de conocimiento y socialización como escuela, por lo común sobrellevan esa crisis de identidad, en la que se sienten confusos debiendo adaptarse a nuevas ideologías, creencias, idioma, socialización, valores y costumbres. La autorregulación emocional juega un papel importante en este proceso de transición, dando paso al proceso de aculturación. Al respecto de la tensión emocional vivenciada por los niños el autor representa:

La tensión emocional originada por el proceso de aculturación puede generar en el individuo un alto nivel de estrés derivado del contacto con una sociedad nueva y los variados retos que comporta. Esto es especialmente relevante en los niños, que deben afrontar múltiples estresores derivados de la migración, para los que no siempre tienen recursos. (Kirberg, 2006 citado por Caqueo-Urizar, 2014, pag. 80)

Los niños experimentan diversas emociones, que les cuesta reconocer y más aún controlar, porque habitamos en un país donde todavía existen los actos de discriminación por parte de las zonas urbanas a donde estos niños y familiares migran, generalmente buscando una mejor calidad de vida. También por parte de la economía, los niños con familiares de bajos recursos son obligados a vivir en las calles, en pocas circunstancias tienen la oportunidad de recibir educación, que sin duda además de afectar a los demás ámbitos de desarrollo del niño, la problemática se difunde en la parte emocional. Pero es bueno saber que en concordancia con la autorregulación emocional permite lo que el autor menciona: "Los niños y los adolescentes se adaptan a nuevas formas de existencia y se aculturán fácilmente a las normas de los blancos, las cuales pueden perdurar en él los siempre que no sean absorbidos por la vida tradicional de su medio" (Arce, s.f, pág. 45)

Los niños de esta etapa pre escolar, generalmente lo viven de los aprendizajes brindados por su padres y comunidad, ellos asimilan conocimientos a través de la actividad y práctica de la agricultura y la ganadería, es decir, aprender de la tierra, la Pachamama (madre tierra) donde obtienen fuerzas psicológicas, cognitivas y físicas.

"En la vivencia se vive la circunstancia de modo directo, sin mediaciones, al extremo de establecer entre mundo y persona una relación de intimidad y de cariño que no da lugar a separaciones" (Ticona, Arocutipa, Alacona, Torres, & Maquera, 2019). Que si bien, una de las características de la cultura aymara, se centra en la convivencia del medio ambiente, la comunidad y la familia.

2.5. Contexto educativo:

Indagando sobre nuestro actual sistema educativos, mencionamos a la Ley Avelino Siñani en específico el Currículo del Subsistema de Educación Regular esclarecidos en sus objetivos. La autorregulación emocional dentro del campo educativo y el aprendizaje ayuda a fomentar los objetivos personales, cognitivos y generales de los niños y niñas. Donde aprendan a contemplar su desarrollo de manera íntegra y autónoma. El papel del Sistema Educativo es indispensable para motivar estos temas transversales, ya que debe partir desde la formación de los maestros o educadores, planificación de programas, enseñar estrategias de autorregulación, etc. Hasta la evaluación de contenidos, de esta manera se impulsará las competencias de un niño autorregulado. Como menciona el autor:

Un logro importante en la regulación emocional de los niños en este periodo se relaciona con la percepción de sí mismo como alguien que puede sentirse mejor o peor, de acuerdo a las acciones propias que realicen. Gradualmente van utilizando estrategias, como evitar pensar en lo que les molesta, distraer el pensamiento cambiando de actividad, etc. En este sentido, los niños aprenden a iniciar y mantener actividades para manejar sus emociones de manera exitosa y consistente. Adicionalmente, los infantes adquieren conciencia de las causas de aquello que puede generarles angustia y del uso de la regulación emocional como un medio para cambiar o eliminar dichas causas (Escobar & Cárdenas, 2022, pág. 85)

Por lo tanto, "la edad preescolar es una época de grandes avances en el aprendizaje en todas las áreas, en especial los aspectos socioemocionales presentan cambios importantes, pues los niños son más verbales, reflexivos y se controlan mejor" (Bronson, 2000, pág. 3) Los niños de la etapa pre escolar, categorizados en la Ley

Avelino Siñani como Nivel de Educación Inicial en Familia Comunitaria, Escolarizada, ya van teniendo una madurez emocional, por lo que serán más abiertos y expresivos, que son factores importantes para que los docentes y el sistema educativo general de nuestro país, debe aprovechar.

En lo referente a la escuela, tal autor representa: más recientemente, la investigación con niños pequeños ha demostrado que las funciones ejecutivas y las habilidades de autorregulación tempranas en niños preescolares predicen una adaptación positiva a la escuela” (Whitebread, 2012). Como indica el autor en lo referente a la "adaptación a la escuela" desde el ámbito de la educación el niño va a necesitar incrementar las habilidades no solo de reconocimiento de sus propias emociones, sino también el de los demás a través de la empatía que va a desarrollar en este proceso, favoreciendo sus niveles de socialización y aceptación, permitiendo a abrirse a espacios de comunicación y otras habilidades que generen emociones positivas con ellos mismos.

De manera general, la autorregulación en la educación hace presencia en la enseñanza y el aprendizaje del niño, educar las emociones son términos de relevancia, que tienen el objetivo además de que el niño se desarrolle como una persona íntegra, podrá convivir de manera armónica con su entorno, conservará emociones sanas, sabrá reconocerlas, se abrirá a nuevos campos de conocimientos, emprendimientos, tendrá una vida satisfactoria en su adultez.

La relevancia de enseñar las emociones a nuestros niños, mostrándoles cómo se manifiestan, si son buenas o malas, qué hacer ante situaciones problemáticas y sobre todo cómo controlarlas son elementales en la enseñanza misma que debe aplicar con estrategias, actividades y métodos didácticos. Una de las más importantes de esta última, es el juego, ya que es una actividad holística, donde el niño aprende de su entorno, haciendo que su mundo de emociones se abra más, posibilitando un abanico de competencias idóneas a la edad. Es significativo verificar que "la regulación emocional es la habilidad que desarrollan las personas para afrontar las reacciones emocionales de manera adecuada; no se pretende con la regulación que repriman sentimientos de ira o miedo, sino aprender sobre el control de dichas emociones" (Escobar & Cárdenas, 2022, pág. 10) entendiendo que la autorregulación no se basa

en alejar u omitir emociones básicas negativas, como el odio, la frustración, el miedo. Todo al contrario, la autorregulación se trata precisamente de equilibrar o saber sobrellevar esas emociones.

CAPITULO III

MARCO REFERENCIAL

3.1. Antecedentes históricos de las emociones

Iniciando con la historia de las emociones, se ha logrado entender las habilidades psíquicas, corpóreas como respuesta por el ambiente social, haciendo referencia a la relación del pensamiento, la autorregulación y las normativas impuestas por la sociedad.

La palabra emoción deriva del latín *emotio*, proveniente de verbo *emovere* que en el español significa "mover" o "retirar" que básicamente se refiere a la reacción psicológica que vive el individuo frente a un acontecimiento. Hace tiempo con los estoicos, que fueron representantes filosóficos, estos personajes rechazaban las emociones, ya que decían que éstas les traía problemas en sus vidas, ya que a través de ello llegaban a sentir sentimientos o penas, lo que no les permitía tomar decisiones en la vida, ya cuando llegó la Edad Media se tiene una nueva conceptualización de lucha en cuento emociones y sentimientos, por lo que deciden interiorizar los pueblos integraba reglas que regulaban la expresión afectuosa y corporal dentro de la sociedad (Amaya, 2013 citado por Bonilla, 2018)

Desde el campo de la psicología, en el surgimiento de adoptó metodos experimetales, mediante el cual se lograron importantes descubrimientos sobre los mecanismos de control y procesamiento del sistema nervioso.

Y así, desde el ámbito de la fisiología se realizaron los primeros estudios sobre las funciones cerebrales. Un término clave en el campo de la emoción y que se encuentra estrechamente relacionado con la fisiología es el de activación. La activación se refiere al momento, origen y a la forma en la que los múltiples sistemas implicados en el organismo producen una movilización general en el sujeto. (Ruiz, 2020, pág. 36)

Si bien, el método experimental desde el punto de vista de la psicología, trata de hacer una observación controlada del fenómeno que se quiere estudiar, para comprobar la veracidad de las hipótesis predecidas, junto a los descubrimientos de la fisiología y sus aportes a la activación de las diferentes que se da como una reacción vivida por el individuo. Con ello, muchos autores investigaron aportes y teorías.

Según Tanto Wundt, en la clásica Teoría Tridimensional del Sentimiento, como Freud, en su argumentación de tensión sexual lo abordan desde el punto de vista de la psicología de la emoción. Además, dos autores considerados pioneros en la utilización del concepto de "activación" son James y Cannon. Más tarde, otros autores plantearon amplias teorías acerca del concepto de "activación" y su relación con la conducta en general (Ruiz, 2020)

Hoy en día, la emergencia de desarrollar avances sobre el estudio de las mentes de los seres humanos, ha llegado a ser temas de investigación de gran relevancia por ser importantes en el mundo de la ciencia y el desarrollo de los propios seres humanos. Estos inicios de estudio básicamente se sustentan en estudiar la autorregulación emocional en los niños ya que atrae una creciente atención. Para dar inicio a este apartado, se toma en cuenta que todo inicia con los estudios de las habilidades metacognitivas que va muy relacionado a las emociones y su autorregulación, contribuyendo a las formas de aprendizajes propias del individuo, lo que hace que estos procesos metacognitivos no se centren netamente en las formas tradicionales de Coeficiente Intelectual.

3.2. Teorías de análisis del fenómeno de estudio

Desde el surgimiento de la autorregulación emocional. Según Zimmerman (2001)

Las investigaciones sobre autorregulación aplicadas al campo educativo empezaron hacia finales de los años 70, estando dirigidas a esclarecer el impacto de determinados procesos (establecimiento de metas, autoeficacia, auto-instrucción, aprendizaje de estrategias y auto-control) en el aprendizaje. A mediados de los 80 se fueron estableciendo teorías en torno a algunos de estos procesos, algunas de

las cuales se consolidaron. En la actualidad hay siete grandes teorías sobre aprendizaje autorregulado (Zimmerman, 2001 citado por Panadero & Tapia, 2014, pag. 12).

Estas siete teorías de autorregulación emocional que menciona el autor son:

Tabla
Comparación de las teorías de autorregulación a partir de sus aspectos comunes

1

Aspectos comunes de las teorías	Origen de la motivación para autorregularse	Conciencia de autorregulación	de	Procesos fundamentales	Cómo influye el entorno social y físico	Adquisición capacidad autorregulatoria
Operante Homme (1965)	Estímulos reforzantes	No se reconoce, solo se acepta la reactividad al auto-registro		Auto-monitorización, auto-instrucción, autoevaluación y auto-refuerzo	A través de modelado y refuerzo	Se desarrolla la conducta y se debilita el estímulo asociado
Fenomenológica Maslow (1943), Marsh y Shavelson (1985)	Necesidad de autoactualización	A través del auto-concepto		Auto-valía y autoidentidad	A través de las percepciones subjetivas del sujeto	Desarrollo de un auto-sistema
Procesamiento de la información Johnson-Laird (1988)	Históricamente no se enfatiza la motivación	A través de la autoobservación y el auto-registro		Almacenaje y transformación de la información	Cuando el entorno se transforma en información a procesar	Aumenta la capacidad del sistema para procesar información
Sociocognitiva Bandura (1986, 1997)	Autoeficacia, metas y expectativas de éxito	A través de la autoobservación y el auto-registro		Auto-observación, auto-judicios y autoreacciones	Modelado y fomento de experiencias de dominio	A través de aprendizaje social en cuatro etapas
Volitiva Kuhl (1984, 1987, 2000)	La motivación, basada en expectativas y valores, es un prerequisite para la aparición de la volición	Cuando se está orientado a la acción en vez de al estado		Estrategias para controlar la cognición, la motivación y las emociones	Cuando se utilizan estrategias volitivas para controlar las distracciones del medio	Cuando se adquieren estrategias volitivas de control
Vygotskiana Vygotsky (1962, 1978)	No es relevante excepto por los efectos del entorno social	Cuando se aprende en la zona de desarrollo próximo		Habla egocéntrica y privada	Los niños internalizan el habla a partir del diálogo con los adultos	Aparición del habla privada
Constructivista Piaget (1926, 1932, 1952)	Resolución del conflicto cognitivo o la curiosidad	A través de monitorización metacognitiva		Construcción de esquemas, estrategias o teorías personales	El aprendizaje se produce por conflicto social o descubrimiento	El desarrollo permite al niño adquirir procesos autorregulatorios.

Nota. Adaptado de Zimmerman (2001). Se añadieron al original en la columna "teorías" los trabajos que dieron origen a las mismas. (Panadero & Tapia, 2014)

Las teorías planteadas, se argumentan de manera específica, en términos de educación, las preocupaciones en saber cuáles son los motivos o las causas que tienen los estudiantes al autorregularse. En el proceso educativo de cada estudiante siempre existe o se plantean una meta. Por ejemplo, la meta de un estudiante de secundaria será salir el bachillerato con buenas calificaciones u en otros casos solo llegar al bachillerato. Las metas pueden ser diversos y lo que las teorías tratan de explicar si es la autorregulación que ponen en práctica los estudiantes para alcanzar esas metas.

A continuación, veremos las conceptualizaciones teóricas de unas cuantas teorías especificadas en la tabla anterior, la crítica se hará desde la motivación y cómo se relaciona con la autorregulación

Como detalla la tabla, como primera teoría tenemos, la del **condicionamiento operante**, la motivación que es pieza principal del premio o castigo asemejadas al conductismo, significando del beneficio que se espera de un acto a favor, es un acontecimiento que como efecto del resultado se le espera como una respuesta importante, desde el ámbito educativo y en específico el aprendizaje de los estudiantes, para esta teoría es importante darles incentivos para lograr sus objetivos.

Pero existe la otra cara de los incentivos que nos relata el autor, de manera que estos incentivos –las recompensas o los castigos anticipados– no siempre son suficientes para poner en marcha una acción pues, aunque esto ocurra habitualmente, no siempre activan por si solos el interés por autorregular. Incluso llegar a mantener que son los incentivos los que activan el interés por autorregular no es exhaustivo, pues quedan muchas situaciones que no se recogen en esa explicación. Por ejemplo, decir que es el efecto reforzador de la recompensa lo que motiva a autorregularse no explica por qué refuerza un estímulo y no otro o qué hace que una misma meta sea reforzante para algunos y no para otros (Panadero & Tapia, 2014)

A lo que hace referencia esta teoría es que denota la importancia de los incentivos, pero no hace referencia en cuáles hay que tomar en cuenta, ni cómo aumentar las expectativas para que ya no solo se de a corto plazo, sino hasta que se termine el proceso de consecución.

Por consiguiente, tenemos la teoría **fenomenológica** que hace hincapié a la motivación desde la posibilidad o la creencia de cómo el individuo se cree capaz para alcanzar sus objetivos, o cómo la persona se siente competente para realizar acto de interés.

Lo que induce a los individuos a autorregular sus emociones, cogniciones y acciones es la necesidad de reducir las discrepancias entre su “yo real” y su “yo ideal”. Por lo tanto, los estilos de autorregulación se desarrollan en función de los modelos que los sujetos imitan. Por este motivo, Moretti y Higgins mencionan que las personas del

entorno a las que se pretende imitar –los otros– se pueden convertir en guías que ayuden a autorregular, emergiendo una representación de la realidad sobre el yo que se comparte con los otros (citado por Panadero & Tapia, 2014)

Especificando el yo real, que se basa en lo que un individuo realmente es, y el yo ideal que es hacia dónde aspira el individuo. Una característica es la autoestima detectada por los individuos para lograr las personas que quieren ser, de esta manera generando la autorregulación emocional.

También son importantes para la teoría fenomenológica las emociones que provocan los éxitos y fracasos tal como nos menciona (Panadero & Tapia, 2014) un ejemplo hacia lo último, los estudiantes que no se sienten motivados, poco o nada les interesará hacer sus actividades académicas, no querrán ir al colegio y sus niveles de competencia disminuirán, por el otro lado, si un estudiante se siente competente querrá decir que sus niveles de motivación son altos. Pero también califican a esta teoría como incompleta.

De acuerdo con Panadero & Tapia (2014) aunque la sensación de competencia es un incentivo, de hecho uno muy importante, no es el único que puede motivar a la persona a autorregular su trabajo. Además, la teoría fenomenológica no tiene en cuenta las expectativas –que también influyen para estar motivado a autorregular– por lo cual se trata de una teoría incompleta con respecto a la pregunta sobre cómo surge la motivación para autorregularse.

En resumen, resaltamos que los estudiantes aumentarían sus niveles de competencia, si ponen esfuerzo en ello, para mejorar su supervisión y las actividades que vayan a realizar en el transcurso de su formación, pero es claro que esta teoría no tiene en cuenta la venida de otros incentivos de parte del exterior, ni el de las expectativas en la motivación de la conducta autorregulada.

CAPITULO IV

SUSTENTO TEÓRICO

4.1. LAS EMOCIONES

4.1.1. ¿Qué son las emociones?

Hay muchas definiciones del concepto de emociones, desde varios puntos de vista y contextos, a lo largo de la historia de la humanidad, muchos se han empezado a interesar por este tema y ha habido tantos conceptos como emociones en sus más amplias expresiones, por lo cual, consideramos mostrar un bosquejo en algunas de estas definiciones a cerca de las emociones, tratando de rescatar diferencias y similitudes o deficiencias en los diferentes autores:

De acuerdo con Fredrickson, (2001) citado en Muslera (2016) considera las emociones como tendencias de respuestas a un acontecimiento cuyo poder adaptativo va acompañado de ciertas manifestaciones fisiológicas, este último se refiere a las funciones y mecanismos del ser vivo, dentro de las cuales destacamos la importancia de las expresiones faciales como facilitadoras en los procesos de interacción, así como fuentes de información acerca de los propios estados emocionales para uno mismo y para el entorno, contemplando que estos rasgos emocionales se denotaran en nuestras expresiones físicas, tales como nuestro rostro, manos, incluso hasta en la voz, etc.

Desde un punto de vista de la biología, las emociones tienen su sede biológica en un conjunto de estructuras nerviosas denominado sistema límbico, que incluye el hipocampo, la circunvalación del cuerpo calloso, el tálamo anterior y la amígdala. La amígdala, además de desempeñar otras funciones, es la principal gestora de las emociones y su lesión anula la capacidad emocional. Las conexiones neuronales entre estas estructuras ubicadas en el cerebro reptiliano y la parte moderna del cerebro, el neocórtex, son muchas y directas, lo cual asegura una comunicación de vértigo muy adaptativa en términos evolutivos (Jiménez & Luisa, 2006)

Hacemos énfasis en que las emociones no solo son cognitivas, intangibles, sino que se pueden representar por medio de nuestro cuerpo, a través de diferentes funciones de nuestros órganos, sistemas y cerebro.

4.1.2. Emociones básicas

Las emociones básicas cumplen las siguientes características como "poseer un sustrato neuronal con una expresión facial, sentimientos, derivados de procesos evolutivos y biológicos, que tengan además ciertas propiedades que motiven o que sirvan para organizar aquellas funciones adaptativas, de manera específica y diferenciada a la vez" (Musiera, 2016, pag. 45), son respuestas automáticas que se reflejan en nuestro cerebro, estas emociones son frecuentes en nuestro diario vivir.

Para Fernández- Abazcal (1997) y Bisquerra (2000) las emociones básicas son 10: Ansiedad, culpa, decepción, desesperanza, frustración, ira, miedo, tristeza, vergüenza, inferioridad. A su vez consideran que las emociones pueden ser negativas o positivas de acuerdo a su afectación sobre el comportamiento de las personas y que de esas emociones básicas, se derivan otras emociones consideradas secundarias pero que sin embargo poseen una naturaleza similar a las emociones de origen. Estas emociones secundarias, estarían más relacionadas al desarrollo cognitivo asociadas a estímulos de diversas índoles, incluso de manera un tanto abstracta. Podríamos decir que las emociones secundarias pueden derivarse a partir de la socialización y el desarrollo cognitivo, estas emociones son también conocidas como "emociones autoconscientes"

Las emociones que se describen anteriormente son las que generalmente el individuo experimenta, estas emociones básicas están divididas en negativas y positivas. Las emociones secundarias se imparten generalmente por el medio, por el entorno y por el desarrollo cognitivo con la asimilación de los contextos vividos.

4.1.3. Emociones en los niños

Básicamente las emociones en el ser humano, se identifican por sus expresiones físicas y psicológicas, ya sea con un lenguaje verbal o no verbal. Pero el reconocimiento es mucho más profundo, es comprender las emociones, el origen de lo que se siente, es buscar la reacción de acuerdo a la emoción, es pasarlo por el filtro de la razón y convertirlo en sentimientos.

Según Goleman (1995) las características de las emociones básicas, para identificarlas y reconocerlas, en los seres humanos ya sean adultos o niños, son iguales solo que en los niños estas emociones se presentan con mayor intensidad.

La alegría: uno de los principales cambios biológicos producidos por la alegría consiste en el aumento en la actividad de un centro cerebral que se encarga de inhibir los sentimientos negativos y de aquietar los estados que generan preocupación, al mismo tiempo que aumenta el caudal de energía disponible.

La tristeza: las miradas decaídas, cejas inclinadas como si quisieran retirarse del rostro. La principal función de la tristeza consiste en ayudarnos a asimilar una pérdida irreparable (como la muerte de un ser querido o un gran desengaño). La tristeza provoca la disminución de la energía y del entusiasmo por las actividades vitales — especialmente las diversiones y los placeres— y cuanto más se profundiza y se acerca a la depresión más se enlentece el metabolismo corporal.

La rabia: aumenta el flujo sanguíneo a las manos, haciendo más fácil empuñar un arma o golpear a un enemigo; también aumenta el ritmo cardíaco y la tasa de hormonas que, como la adrenalina, generan la cantidad de energía necesaria para acometer acciones vigorosas.

El miedo: la sangre se retira del rostro (lo que explica la palidez y la sensación de «quedarse frío») y fluye a la musculatura esquelética larga —como las piernas, por ejemplo- favoreciendo así la huida. Al mismo tiempo, el cuerpo parece paralizarse, aunque sólo sea un instante, para calibrar, tal vez, si el hecho de ocultarse pudiera ser una respuesta más adecuada. Las conexiones nerviosas de los centros emocionales del cerebro desencadenan también una respuesta hormonal que pone al cuerpo en estado de alerta general, sumiéndolo en la inquietud y predisponiéndolo para la acción, mientras la atención se fija en la amenaza inmediata con el fin de evaluar la respuesta más apropiada.

Sorpresa: es una de las emociones neutrales, y la más corta, físicamente. El arqueado de las cejas que aparece en los momentos de sorpresa aumenta el campo visual y permite que penetre más luz en la retina, lo cual nos proporciona más información sobre el acontecimiento inesperado, facilitando así el descubrimiento de lo que realmente ocurre y permitiendo elaborar, en consecuencia, el plan de acción más adecuado.

De Acebedo (2014) afirma “Las emociones negativas impiden el buen aprendizaje: (gusto y placer) y las positivas favorecen el buen aprendizaje, porque están más dispuestos, encuentran placer y gusto por explorar los nuevos conocimientos”

Si en el aula se intensifican las emociones negativas harán que el ambiente del aprendizaje sea tenso. Como ya se ha dicho es bueno sentir las emociones en su momento y en su lugar. En el salón de clase se sienten todas las emociones, porque allí están seres humanos que se están formando, por lo que se debe tener en cuenta y es permitido que se sientan todas estas emociones, por lo menos dentro de la educación emocional, si lo único que se debe hacer es crear espacios o estimular a que esas emociones sean manejadas adecuadamente y expresadas del mismo modo.

4.1.4. ¿Cómo se manifiestan las emociones en los niños?

“Los niños pasan cada vez más horas de su vida ante un monitor, más horas de las que nunca habían pasado haciendo algo en toda la historia de la humanidad. Ya estén absorbidos por un CD-ROM educativo o viendo basura en la televisión, lo cierto es que no están jugando con otros niños” (Maurice J. Elías y otros, 1999, pág. 17)

Al llegar a un salón de clase, muchas veces se ve a los alumnos con las miradas perdidas, vacías, decaídas, sin ánimo de aprender, con la atención en otra parte, están de cuerpo presente pero pareciera que la mente anduviese viajando. El poder de los distractores es más fuertes que la voz cansada de una profesora, sin embargo la profesora continua su clase, no se detiene para que ellos tengan espacios de observarse a sí mismo, a su mundo interno. Se piensa que “es imposible vivir dichosamente en una casa desordenada, por más que los exteriores estén en su mejor condición”, en este caso los estudiantes no podrán aprender apasionadamente si su emocionalidad, es decir su parte interna está olvidada. No se puede pretender enseñar lo de afuera, sin antes mostrarles su parte interna, por lo que muchas veces estas emociones son manifestadas de manera agresiva y retadora ante los estímulos, que detectan en el espacio educativo, lo que Goleman (1995) denominan “lucha”. Luchan desde su condición de estudiante

y niños, pero lo hace a su manera (a gritos, con llantos, con peleas con sus compañeros, con desatención etc.).

Los niños de 4 a 5 años de edad, manifiestan las emociones de rabia, alegría o tristeza entre otras, aparentemente poco duraderas. Las emociones están presentes en todo momento de la vida del niño y la niña. Por naturaleza los niños actúan por sus emociones. Sin duda alguna, los niños son los más expresivos en lo que se refiere a las emociones, los más sinceros demuestran lo que sienten. En la edad preescolar las emociones son uno de los componentes más determinantes en el buen aprendizaje de los niños, es decir un aprendizaje con y por gusto. La educación emocional que reciben los niños durante su infancia puede determinar el rumbo de toda su vida adulta. Inteligencia emocional en el campo de la educación infantil cuenta con las siguientes características que favorecen el desarrollo racional y emocional de los niños. Según Goleman (1995) toma en cuenta lo siguiente:

- Se toma en cuenta las emociones, sus tristezas y alegrías. (estado emocional diario) del niño y la niña, como base del buen aprendizaje.
- Los estudiantes se interesan por comprender lo que siente, piensan y tratan de buscar una solución a ello.
- Desarrolla la mente emocional y racional.
- Tienen mejores relaciones entre ellos mismos y con los demás.
- Se valoran no solamente el coeficiente intelectual sino las aptitudes y actitudes de sí mismos y de sus compañeros.
- Sube la autoestima y seguridad de sí mismo
- Maneja sus propias emociones y sentimientos
- Autorregulan sus comportamientos.

4.1.5. Habilidades de la teoría de la inteligencia emocional

Como lo señala Gallego (1999) citado por Buey (2003) destacan una amplia serie de habilidades que se encuentran en la teoría de la inteligencia emocional y las presentan agrupadas en tres ámbitos:

Habilidades emocionales

- Reconocer los propios sentimientos: identificarlos, etiquetarlos y expresarlos.
- Controlar los sentimientos y evaluar su intensidad.
- Ser consciente de si una decisión está determinada por los pensamientos o por los sentimientos.
- Controlar las emociones, comprendiendo lo subyacente a un sentimiento.
- Aprender formas de controlar los sentimientos.

Habilidades cognitivas

- Comprender los sentimientos de los demás, respetar las diferencias individuales.
- Saber leer e interpretar los indicadores sociales.
- Asumir toda la responsabilidad de las propias decisiones y acciones.
- Considerar las consecuencias de las distintas alternativas posibles.
- Dividir en fases el proceso de toma de decisiones y de resolución de problemas.
- Reconocer las propias debilidades y fortalezas.
- Mantener una actitud positiva ante la vida con un fuerte componente afectivo.
- Desarrollar esperanzas realistas de uno mismo.
- Adiestrarse en la cooperación, la resolución de conflictos y la negociación de compromisos.
- Saber distinguir entre las situaciones en que alguien es realmente hostil y aquéllas en las que la hostilidad proviene de uno mismo.
- Ante una situación de conflicto, pararse a describir la situación y cómo se hace sentir, determinar las opciones de que se dispone para resolver el problema y cuáles serían sus posibles consecuencias, tomar una decisión y llevarla a cabo

Habilidades conductuales

- Resistir las influencias negativas.
- Escuchar a los demás.
- Participar en grupos positivos de compañeros.
- Responder eficazmente a la crítica.
- Comunicarse con los demás a través de otros canales no verbales, gestos, tono de voz, expresión facial, etc.

El detalle de las habilidades presentadas son aptitudes o destrezas que las personas van a ir aplicando en el proceso de su vida, ya dependerá si las habilidades que desempeña son capaces y fáciles de actuación para llegar al éxito emocional.

4.1.6. De la inteligencia emocional a la educación emocional

Segun Bisquerra (2012) la habilidad para manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones. Su modelo se estructura en cuatro bloques:

- **Percepción emocional.** Las emociones son percibidas, identificadas, valoradas y expresadas. Se refiere a las emociones en uno mismo y en los demás, expresadas a través del lenguaje, la conducta, obras de arte, música, etc. Incluye la capacidad de expresar las emociones adecuadamente así como la capacidad de discriminar entre expresiones imprecisas, honestas o deshonestas.
- **Facilitación emocional del pensamiento.** Las emociones sentidas se hacen conscientes y dirigen la atención hacia la información importante. El estado de humor cambia la perspectiva del individuo, desde el optimismo al pesimismo, favoreciendo la consideración de múltiples puntos de vista. Los estados emocionales facilitan el afrontamiento. Por ejemplo, el bienestar facilita la creatividad.
- **Comprensión emocional.** Consiste en comprender y analizar las emociones. Incluye la capacidad para dar nombre a las emociones, reconocer las relaciones entre estas y las palabras.
- **Regulación emocional.** Control de las emociones que incluye la habilidad para distanciarse de una emoción, la habilidad para regular las emociones en uno mismo

y en otros, la capacidad para mitigar las emociones negativas y potenciar las positivas, sin reprimir o exagerar la información que transmiten, etc.

4.1.7. ¿Es posible educar la Inteligencia Emocional?

Educar la inteligencia emocional se ha convertido en una tarea necesaria en el ámbito educativo y la mayoría de los padres y docentes considera primordial el dominio de estas habilidades para el desarrollo evolutivo y socioemocional de sus hijos y alumnos.

No obstante, hay muchas formas de llevarlo a cabo y, desde nuestro punto de vista, es muy importante enseñar a los niños y a los adolescentes programas de Inteligencia Emocional que de forma explícita contengan y resalten las habilidades emocionales basadas en la capacidad para percibir, comprender y regular las emociones (Berrocal & RuizAranda, 2008, pag. 432).

A lo que se refiere esta última conceptualización, de describir si es posible educar la inteligencia emocional, reflexiona en que la enseñanza del mismo, depende de una buena estrategia para su actividad, y buena táctica en la práctica, no es necesario acudir a un experto para aprender de estas habilidades y educarlas, sino ejercitarlas y practicarlas todos los días, de manera que podamos lograr la autonomía en las respuestas adaptativas de nuestros aspectos extrínsecos (estímulos que vienen de afuera, como la sociedad) e intrínsecos (estímulos internos como cognitivo, emocional, motivacional, etc)

4.1.8. Marco de competencia emocional

Decir directamente o calificar a una persona como un intelectual, o tenga habilidades de inteligencia alineados al saber y conocimientos netamente científicos, no quiere decir que ya de manera innata conserve también lo requerido a la inteligencia emocional. Muchas personas logran percatar que las personas intelectuales generalmente no tienen un buen manejo de sus emociones y eso porque no se han dado tiempo de desarrollarlas, sin embargo, se necesita de inteligencia emocional para aprender nuevos conocimientos incluso, porque en ese transcurso se necesitará motivación, conciencia, autocontrol, etc.

Nuestra inteligencia emocional determina la capacidad potencial de que dispondremos para aprender las habilidades prácticas basadas en uno de los siguientes cinco elementos compositivos: la conciencia de uno mismo, la motivación, el autocontrol, la empatía y la capacidad de relación. Nuestra competencia emocional, por su parte, muestra hasta qué punto hemos sabido trasladar este potencial a nuestro mundo laboral. La buena enseñanza de un maestro a su estudiante, por ejemplo, es una competencia emocional basada en la empatía y, del mismo modo, la confianza es una competencia basada en el autocontrol o en el hecho de saber controlar adecuadamente nuestros impulsos y nuestras emociones. Y tanto el servicio al cliente como la responsabilidad son competencias que pueden hacer que la gente sobresalga en su trabajo. (Goleman, 1998).

Otro aspecto importante y que Goleman con ejemplos demuestra que la inteligencia emocional no tiene límites, ya que hace una aclaración y comparación entre poseer habilidades emocionales y practicar las competencias de la misma, mencionando que:

Pero el hecho de poseer una elevada inteligencia emocional no garantiza que la persona haya aprendido las competencias emocionales que más importan en el mundo laboral sino tan sólo que está dotada de un excelente potencial para desarrollarlas. Una persona, por ejemplo, puede ser muy empática y no haber aprendido todavía las habilidades basadas en la empatía que se traducen en un buen servicio al cliente o la capacidad de saber orquestar adecuadamente los esfuerzos de las personas (Goleman, 1998, pág. 33)

4.2. AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL

En el estudio del desarrollo de la autorregulación emocional, muchos investigadores y psicólogos se han centrado en el período de la infancia debido a que tanto las conductas como el contexto social de los niños se producen complejidades en las siguientes etapas de desarrollo.

Según Lozano, Salinas & Carnicero (2004) en la infancia, se han identificado factores de origen endógeno, donde resulta de especial relevancia la maduración de las redes atencionales; con respecto a los factores exógenos, se ha destacado el papel fundamental de los padres como guías del proceso de desarrollo de sus hijos. El

desarrollo de la autorregulación emocional ha sido caracterizado como la transición de una regulación externa - dirigida mayormente por los padres o por las características del contexto-, a una regulación interna, - caracterizada por una mayor autonomía e independencia-, en la que el niño interioriza y asume los mecanismos de control. El cambio en este sentido es un proceso activo en donde resulta muy importante la propensión innata del organismo a convertirse en autónomo con respecto a sus diferentes ambientes.

La autorregulación emocional se comprendería dentro del proceso general de autorregulación psicológica, el cual es un módulo del ser humano que le permite mantener constante equilibrio psicológico. Para ello, necesita de un sistema de retroalimentación de control que le permita mantener el estatus en relación a un carácter de control. Al respecto el autor nos menciona que:

La autorregulación emocional es la capacidad de dirigir y manejar las emociones en forma eficaz, dando lugar a la homeostasis emocional y evitando respuestas poco adecuadas en situaciones de ira, provocación o miedo. Supone también percibir el propio estado afectivo sin dejarse arrollar por él, de manera que no obstaculice el razonamiento y permita tomar decisiones acordes con valores y normas sociales y culturales. (Rodríguez, Russián, & Moreno, 2009, pag. 27-28)

En la actualidad las definiciones de autorregulación emocional se han orientado más que todo en los beneficios a nivel adaptativo, lo cual envuelve la capacidad de ajustar el estado emocional al contexto. Esta adaptación al ambiente muestra la representación flexible de la autorregulación emocional, lo cual dista del rígido concepto de control de emociones o impulsos expuestos a la realidad.

4.2.1. Procesos básicos de la autorregulación emocional

- ✓ La emoción tiene en sí misma mecanismos autorregulatorios. "No es posible que una persona se mantenga enojada o alegre por mucho tiempo, ya que esto implica una carga cognitiva y conlleva desgaste físico" (Pérez & Bello, 2016, pág. 99) Por ejemplo, una hija que se enojó con sus padres porque no la dejaron salir un viernes por la noche, al día siguiente estará mejor, porque la ira es momentánea.

- ✓ La valencia e intensidad de las emociones movilizan o paralizan. "Las conductas de acercamiento o evitación respecto de los diferentes elicitadores emocionales modifican la emoción, ya que pueden aumentar, disminuir o cambiar la experiencia" (Pérez & Bello, 2016) Por ejemplo, la ansiedad que puede tener un universitario a la hora de defender su proyecto de grado, hará que se genere un impulso fuerte, permitiendo la disminución de la emoción.
- ✓ Las estrategias de regulación emocional modifican la emoción que se experimenta según (Pérez & Bello, 2016). Por ejemplo, una niña que sabe que será reprochada por su madre, va a preferir dormirse temprano, antes que llegue la madre.

4.2.2. Importancia de la autorregulación emocional

A continuación se representa la importancia, a través de la representación de disponibilidad, accesibilidad y la motivación

Existirían dos aspectos, por una parte, el cómo se representan las emociones (la manera de cómo la persona representa mentalmente las emociones y se hace consciente de ellas) por otra parte, el cómo y cuándo se regulan las emociones.

Según (López, 2000) que nos habla sobre la representación de las emociones solo diremos aquí que existirían tres procesos principales implicados en la generación de las emociones: la disponibilidad del conocimiento sobre las emociones, la accesibilidad del conocimiento sobre emociones y la motivación para construir experiencias emocionales discretas, y por último, la localización de los recursos de funciones como la memoria de trabajo. Estos procesos son de gran importancia para la inteligencia emocional, pero los dejaremos a un lado para centrarnos en el otro tipo de procesos, los relacionados con la autorregulación emocional

Respecto a lo que menciona el autor, comenzando con la disponibilidad del conocimiento de las emociones, la relevancia de este fenómeno es que, si no conocemos dicha realidad, nos veremos incapaces de crear, reconocer y mucho menos controlar algo que no tenemos conocimiento, es decir, que no se puede actuar en algo que no se sabe. Si bien todos tenemos emociones básicas similares a las de los demás y de manera natural hacen su presencia, de manera objetiva no sabemos de su existencia, de dónde provienen y por qué pasa. Por otro lado, tenemos la accesibilidad a estos

conocimientos, haciendo énfasis a la dependencia del estilo y dirección que plantean los sistemas educativos, ya que la accesibilidad viene de la mano del profundo análisis académico, donde la enseñanza y aprendizaje deben gestionar estrategias, y metodologías para enseñar las emociones y su autorregulación. Y por último, la motivación en las prácticas, quizás sea la forma más didáctica y que más llama la atención, la motivación que el individuo debe recibir de su exterior es una manera de impulsar la indagación y descubrimiento de sus emociones, cómo tratarlas, controlarlas, la empatía, etc.

4.2.3. Consecuencias de la falta de desarrollo de la autorregulación emocional

Estudiar las consecuencias de la autorregulación emocional, y más que todo desde los primeros años de vida que, si bien parece absurdo que un niño de un año ya tenga control de sus emociones, desde el vientre de la madre los niños ya van adquiriendo habilidades emocionales y por supuesto, estas falencias ya se hacen notorias en la primera infancia, ostentándose de manera explícita.

Por ello, Espinoza (2018) nos menciona que los malos comportamientos que ponen en práctica los niños pueden afectar a diferentes factores de su desarrollo, en este caso hacemos hincapié a su proceso y entorno de aprendizaje, afectando su clima escolar, la interacción y compañerismo, falta de entendimiento en los temas de avance. Es por ello, que se busca conocer a profundidad la autorregulación emocional y la importancia que tiene la promoción de esta, desde el currículo, la escuela y por ende desde el aula. A través de todo ello, se educará niños que controlan sus emociones, lo cual se evidenciará en su comportamiento y en un adecuado desenvolvimiento en el aspecto social, emocional y académico. Sin embargo, si no hay presencia de autorregulación emocional, es probable que los niños presenten dificultades en su conducta, porque se puede evidenciar comportamientos agresivos y actitudes antisociales y eso también podría generar serios problemas en su aprendizaje.

En casos extremos como es el suicidio en la adolescencia, Campo y Roa (citado por Martínez & Bouquet, 2007) plantean que, sin lugar a duda, el suicidio es una problemática que incide en la sociedad y va ligada a la salud mental y pública. Aproximadamente, el 90% de los suicidios están relacionados con un diagnóstico

psiquiátrico y se evidencia una correlación entre el comportamiento suicida y la melancolía y que más del 50% de los suicidios es efectuado por personas depresivas. Por lo tanto, es frecuente que, entre los factores protectores del suicidio, se encuentre “el sentirse bien a nivel emocional” y de esta manera que se afirma que la inteligencia emocional es un factor clave en el trabajo de prevención del suicidio ya que funcionalmente nos sirve para comprender cómo percibimos, evaluamos y expresamos nuestras emociones.

4.3. PROCESOS DE APRENDIZAJE

4.3.1. Funciones ejecutivas y control cognitivo

El desarrollo de estos procesos ejecutivos fundamentales en comportamientos y habilidades claramente metacognitivos o autorregulatorios en niños entre los 3-6 años de edad ha sido establecido firmemente durante la última década. Un equipo liderado por uno de los presentes autores Whitebread (2009), por ejemplo, ha llevado a cabo estudios observacionales de niños contextos naturales de las aulas preescolares, principalmente mientras participan en actividades lúdicas, auto-iniciadas individuales y en actividades colaborativas en grupos pequeños. Las conductas de monitoreo observadas en niños preescolares incluyeron comentarios dirigidos hacia sí, revisión del progreso y seguimiento, valoración del esfuerzo y el nivel de dificultad de la actividad, comportamientos de chequeo y detección de errores, evaluación de la estrategia utilizada, valoración de la calidad del propio desempeño y evaluación cuando la tarea ha sido completada, los niños en estas áreas son mucho más avanzadas de lo que se había reconocido previamente.

Los procesos de funcionamiento ejecutivo y control cognitivo según (Whitebread & Basilio, 2012) han sido ampliamente relacionados a la corteza prefrontal, que es conocida por ser la región del cerebro de desarrollo más lento y que muestra cambios significativos en su desarrollo incluso hasta la adultez. Sin embargo, en los primeros cinco o seis años de vida ocurren cambios cruciales en el desarrollo de funciones cognitivas básicas que tienen amplias implicancias para el desarrollo posterior.

Como los autores mencionan en su análisis, en los últimos años se han ido desarrollando un conjunto creciente de baterías e ingeniosas tareas, recabando un

esfuerzo por medir de manera válida y confiable las habilidades de los niños en cada uno de estos procesos de su desarrollo, puesto que la denotación de las habilidades ejecutivas y de control cognitivo hay que verificarlas desde tempranas edades.

Según Garon, Bryson y Smith (citado por Whitebread & Basilio, 2012) los procesos clave parecen ser los relacionados con la atención (concentrarse en la información relevante en lugar de la irrelevante), la memoria de trabajo (mantener la información en mente mientras se actualiza o manipula), el control inhibitorio (detener una respuesta inicialmente preponderante, automática, o perceptualmente atractiva y reemplazarla por otra) y la flexibilidad cognitiva (frecuentemente conocida como “modulación de cambios” o la habilidad de cambiar de un estado mental o de un conjunto reglas de una tarea por otro).

4.3.2. Autorregulación en el aprendizaje

Cuando hace más de miles de años, Platón enunció la cita “todo aprendizaje tiene una base emocional” quizá no fuera consciente de hasta qué punto, estaba adelantándose a las nuevas vivencias del futuro, se planteó terminaciones que se derivan de las certezas que arrojan recientes estudios llevados a cabo en los campos de la neurobiología, la neurociencias y sobre todo en la educación.

Por tanto, se podría decir que cuando un estudiante adquiere nuevo conocimiento, la parte emocional y la cognitiva operan de forma interrelacionada en su cerebro. Es más, la emoción actúa de “guía” para la obtención de ese aprendizaje, de forma que etiqueta las experiencias como positivas —y por tanto atractivas para aprender— o como negativas —y, por tanto, susceptibles de ser evitadas. (Moreno & Rodríguez, 2018, pág. 4)

Las evidencias obtenidas en estos campos de conocimiento como son las neurociencias y ya los mencionados, se relacionan con la importancia del papel que hace las emociones dentro del aprendizaje. Con ello, han surgido debates sobre el papel de orientador y facilitador, quines son responsables del desarrollo emocional de sus estudiantes. Y no así, enseñando a los estudiantes con la educación bancaria o tradicional que solo data de transmitir información. Al paso de los años diferentes

corrientes y teorías de educación como es el caso del aprendizaje centrado en el alumno, que una vez se haya reconocido la importancia de educar en emociones como parte del proceso cognitivo, que se basa en que el estudiante trate de encontrar apoyo emocional en su contexto educativo.

4.3.2.1. Los estados emocionales negativos en el aprendizaje

Las emociones dirigen la atención, crean significado y tienen sus propias vías de recuerdo, todo ello, se relaciona con el aprendizaje. Por ello, los docentes deben ayudar a que los estudiantes experimenten con claridad los sentimientos y puedan reparar los estados de ánimo negativos, lo cual incidirá en su rendimiento académico.

Según, Calle (2011) la educación de la inteligencia emocional es una necesidad imperativa que se justifica desde la finalidad de la educación, por cuanto ésta propende por el pleno desarrollo de la personalidad integral del estudiante; desde la acción educativa, puesto que la educación es un proceso representado por la relación interpersonal, la cual se caracteriza por fenómenos emocionales; a partir del autoconocimiento de la emocionalidad y afectividad; desde el fracaso escolar; para ello, se requiere abordar aspectos preventivos desde la educación emocional que faciliten afrontar el aprendizaje con herramientas que ayuden a superar la depresión y el descenso de la autoestima; a partir de las relaciones sociales, con el fin de enfrentar los conflictos que surgen de la interacción personal, debido a que son provocados por una inadecuada expresión de las emociones o un mal entendido en la interpretación de las mismas; de la salud emocional, para evitar las tensiones y controlar el estrés, prevenir la depresión y aprender a expresar tanto las propias emociones como interpretar las ajenas.

Al mismo tiempo, el autor hace mención en que las emociones negativas (ansiedad, ira, tristeza) que generalmente se presentan en la etapa pre escolar de los niños, pueden reemplazar las emociones positivas y afectar la percepción positiva de la tarea. Además, puede aparecer la motivación extrínseca negativa que puede provocar la conducta de evitación y como resultado la no ejecución de la tarea.

4.3.2.2. Los estados emocionales positivos en el aprendizaje

Las emociones y su efecto positivo en el aprendizaje son donde las habilidades emocionales contribuyen a la adaptación y rendimiento académico del estudiante. Al mismo tiempo, el poner en práctica una habilidad provoca emociones positivas, incluida una mayor motivación. Según, Amutio (2011) el trabajo en la escuela y el desarrollo intelectual requiere la habilidad de usar y regular emociones para facilitar el pensamiento, aumentar la concentración, desarrollar la motivación intrínseca, controlar el pensamiento impulsivo y actuar de forma efectiva bajo estrés. Así, la experiencia de los estados emocionales asociados a la relajación puede provocar una reestructuración cognitiva de las creencias de ineficacia o incompetencia.

La autoeficacia proporciona a la persona un mecanismo auto motivador que facilita el logro académico. Las creencias de eficacia y la auto observación de las propias competencias determinan el esfuerzo y la persistencia empleada por la personas para superar los obstáculos y experiencias difíciles. De forma paralela, los estados de ánimo y emociones positivas potencian la autoeficacia y con ella el bienestar y el rendimiento.

Es decir, parece claro que, en situaciones de mayor bienestar emocional, aumenta la eficiencia del proceso cognitivo, trayendo con esto, mejores ambitos sociales y sobre todo de aprendizajes. Con los avances de la pedagogía y sobre todo de las neurociencias, fue posible demostrar que las emociones positivas como la alegría, la empatía y la curiosidad generan un ambiente dopaminérgico en el cerebro mucho más favorable para la educación.

4.3.3. La motivación, la cognición y el contexto de aprendizaje en la teoría de Pintrich

A la hora de explicar los procesos de aprendizaje en contextos académicos, Pintrich (citado en Limón, 2004) destaca tres componentes:

a) Motivacionales: la orientación a metas de logro, las expectativas de éxito y fracaso, las autopercepciones de competencia y habilidad (creencias de autoeficacia), creencias de control, el valor asignado a la tarea y las reacciones afectivas y emocionales.

b) Cognitivos: las estrategias de autorregulación cognitiva, las estrategias aprendizaje, la metacognición, la activación de conocimiento previo, etc.

c) Relativos al contexto de aprendizaje: las características de la tarea, el contexto en el que tiene lugar la actividad, la percepción del alumno de ambos aspectos, las metas que se proponen en el aula, la estructura de trabajo en la clase, los métodos de enseñanza, la conducta del profesor y el tipo de interacciones que se establece entre alumnos y entre profesores y alumnos.

4.3.4. Características del estudiante autorregulado en el aprendizaje

"Las estrategias de autorregulación que utilizan los estudiantes pueden influir de forma adecuada sobre su rendimiento académico" (Cuadrado, 2008, pág. 78) y todo lo que tenga que ver en ello, como compañeros, docentes, directores, etc.

Por otro lado, queda claro que las múltiples dependencias que presentan los niños para autorregular sus deseos. Se destacan la necesidad y relevancia del entrenamiento en competencia dentro del ámbito educativo; esto requiere formación en los docentes; que tanto el *trabajo introspectivo* como los *grupos de discusión* son recursos educativos de metodología cualitativa muy valiosos en la formación del mismo; y se sugiere investigar la relación de esta competencia con otras competencias emocionales intrapersonales y con los propósitos vitales.

Tabla 2

Mapa de competencias genéricas

Instrumentales Personales Sistémicas	Capacidad de análisis y síntesis	Capacidad de organización y planificación
Comunicación oral y escrita	Conocimientos de informática relativos al ámbito de estudio	Capacidad de gestión de la información
Resolución de problemas	Toma de decisiones	Trabajo en equipo
Trabajo en un equipo de carácter interdisciplinar	Habilidades en las relaciones interpersonales	Reconocimiento a la diversidad y la multiculturalidad
Razonamiento crítico	Compromiso ético	Aprendizaje autónomo
Adaptación a nuevas situaciones	Creatividad	Liderazgo
Conocimiento de otras culturas y costumbres	Iniciativa y espíritu emprendedor	Motivación por la calidad

(Cuadrado, 2008)

A manera de sintetizar, una persona autorregulada, se centra en todos sus ámbitos psicológicos, controlan su desarrollo personal, lo cognitivo, lo conductual hasta lo motivacional proporcionando un aprendizaje activo, implicándose de manera activa hacia el contexto educativo, y ese planteamiento contraerá la manera de buscar estrategias para alcanzar metas y objetivos, procesando alternativas de solución y adaptación para el logro de sus metas objetivas.

Así mismo, las características más básicas del alumno autorregulado, recogiendo las aportaciones de distintos autores (Martín, 2012) se presentan las siguientes:

- Los alumnos autorregulados son conscientes de la relación entre el proceso de autorregulación y el éxito académico. Así, a la hora de enfrentarse a diferentes tareas de aprendizaje tienen clara la relevancia de su actividad e implicación personal para poder llevarlas a buen puerto, demostrando capacidad para definir sus propios objetivos; es decir, tienen conciencia de su papel como “agentes” de su propio proceso de aprendizaje, tanto a lo largo de éste como de cara a los productos finales.
- Conocen cuáles son sus capacidades y conocimientos, así como lo que deber hacer para conseguir aprender, las estrategias que a ellos les van bien. Además son capaces de ajustar su conducta a las tareas o actividades de aprendizaje que se les proponen, monitorizando esta conducta por medio de la retroalimentación continua de su pensamiento (mediatizado por el lenguaje)
- Son conscientes de sus emociones, mostrándose capaces de controlar las emociones negativas de manera que les perjudiquen lo menos posible cuando realizan las tareas. De este modo, pueden automotivarse para trabajar duro y sentirse competentes.
- Llevan a cabo su aprendizaje a través de la puesta en práctica de una serie de estrategias de aprendizaje de todo tipo (cognitivas, metacognitivas, motivacionales y de apoyo) a las que conceden gran importancia. No sólo eso, sino que tienen conciencia de las relaciones entre sus estrategias autorreguladoras y los objetivos de aprendizaje.
- Supervisan la eficacia de sus hábitos y estrategias de aprendizaje, cambiando si lo estiman necesario una estrategia por otra que consideren más eficaz, o

reestructurando el ambiente físico o social para la consecución de los fines perseguidos, demostrando así iniciativa personal y perseverancia en la tarea.

- Saben crear ambientes favorables de estudio y aprendizaje, comenzando por el lugar adecuado para estudiar, pasando por estrategias orientadas a evitar distracciones de carácter interno y externo y llegando a buscar y pedir la ayuda académica necesaria tanto a profesores como a compañeros cuando observan dificultades.
- Se muestran capaces de generalizar y transferir las estrategias autorreguladoras a situaciones diversas, tanto académicas como de la vida cotidiana, así como de la creación y adopción de estrategias futuras de funcionamiento.

Los estudiantes son conscientes de su aprendizaje, los puntos presentados anteriormente hacen referencia a las aportaciones, necesidades y competencias que generan un estudiante autorregulado en su aprendizaje, pero no solo a ello, es decir, que el estudiante no solo puede controlar su aprendizaje, sino también la enseñanza propiciada por él mismo a través de su autonomía.

4.3.5. Procesos de autorregulación del aprendizaje

Partiendo del modelo cíclico de Zimmerman (2000), sobre autorregulación del aprendizaje, donde basa su teoría en lo socio – cognitivo, se puede ver que este autor define el proceso de autorregulación como el control que tiene el ser humano de sus emociones, acciones y pensamientos, y la motivación para alcanzar una meta. Plantea un proceso integrado por tres etapas las cuales permiten adquirir la autorregulación. La primera etapa es conocida como la fase de planificación, en donde el estudiante conoce la actividad a realizar, la analiza y parte de sus conocimientos primarios, se motiva y establece los objetivos a alcanzar; en esta etapa es fundamental que el estudiante sienta motivación ya que de esta dependerá su ejecución. En la segunda etapa se da la ejecución, donde el estudiante debe mantener el interés y la concentración por la actividad. Para lograrlo se dan estrategias como la auto observación o auto supervisión, allí el estudiante revisa las metas planteadas y analiza si las está cumpliendo o si hay que hacer reformas; y el autocontrol, el cual está conformado en esta teoría por ocho estrategias que permiten al estudiante mantener el

interés y atención, estas son: estrategias específicas, auto instrucciones, crear imágenes, gestionar el tiempo, controlar el entorno de trabajo, buscar ayuda, auto incentivar el interés y autoelogios. Finalmente, la tercera etapa conocida como autorreflexión, es el proceso de autoevaluación, en donde el estudiante se da a la tarea de analizar los resultados obtenidos, qué hizo bien y qué hizo mal y también observa hasta qué punto los objetivos propuestos se cumplieron. Esta teoría planteada por Zimmerman es globalizada en el ser humano. Para nuestro conocimiento tomamos su teoría en forma de orientación ya que es una teoría que no satisface específicamente a la población y edad de niños con los que estamos trabajando en este estudio.

Se considera también que el docente sea un guía, quien oriente, motive y conduzca a sus estudiantes al conocimiento de sus habilidades; cuando el docente logra que el estudiante esté concentrado, tiene la posibilidad de crear un ambiente de trabajo favorable para todo su grupo. Las etapas que menciona este autor se pueden considerar como uno de los principios que daría buenos resultados al ser aplicados en los procesos autorregulatorios que se llevan en el aula de clase; además, ayudarían a entender un poco más el proceso que se debe seguir para lograr que los estudiantes en los que he basado mi investigación puedan disfrutar de ir al colegio, teniendo en cuenta que pasan la mayor parte del día allí; se podría usar como una estrategia en la que el estudiante termine involucrándose sin sentirse presionado u obligado.

Mediante un estudio realizado en Colombia a niños de cuatro a seis años, quienes se encontraban en vulnerabilidad social. Como resultado de dicho estudio, se indica de los procesos de autorregulación que ocurre en el aprendizaje de los estudiantes (Espitia, Loaiza & Carrasco, 2020) así lo especifican en cada una de las áreas:

4.3.5.1. Procesos motivacionales:

Para Stone, et al. (2009), la motivación viene de adentro, es la fuerza que impulsa al ser humano para que actúe y logre sus objetivos. En la educación es el impulso que lo lleva a participar de los ejercicios propuestos por el docente y buscar las herramientas adecuadas para aprender, promoviendo así su autonomía y auto confianza. El estudiante debe tener una motivación tan alta que le permita empezar a realizar aquellas actividades que lo llevan a una meta ya trazada, allí es donde el docente con

sus estrategias de aprender a aprender, logra que los estudiantes asimilen los contenidos, logrando introducirlos a un ambiente de aprendizajes significativos.

Pero también Brufee (1987), considera que el aprendizaje se da más natural si se hace un trabajo colaborativo, en este caso es en el trabajo que hacen docente y estudiante, donde existe un orientador que propicia situaciones de trabajo en comunidad, lo cual fortalece el currículo académico y vincula al estudiantado a su proceso escolar. En este sentido, es importante resaltar la importancia del trabajo colaborativo para activar la motivación por el aprendizaje en los estudiantes, ya que en el aula de clase se puede observar, cómo un estudiante siente mayor satisfacción de realizar un trabajo cuando este es propuesto por equipos; la relación entre iguales hace mucho más satisfactorio el desarrollo de actividades y, por ende, la motivación se vuelve casi como un hábito en el estudiante.

En cuanto a la motivación de los niños de 4 a 5 años. Según Heckhausen (2010), en lugar de la actividad lúdica aparece una actitud interesada respecto a la tarea, y probablemente el niño de tres a cuatro años vive con particular intensidad los éxitos y los fracasos; los éxitos como logros personales y los fracasos como fallos personales. Esta elevada sensibilidad respecto al éxito y al fracaso indica que el niño se encuentra en una “fase crítica” respecto a la génesis del motivo del rendimiento. Aquí se presenta la relación inmediata con la escuela, y concretamente respecto a la maduración escolar y a la enseñanza inicial. La investigación tradicional de la madurez escolar distingue como ámbitos importantes de factores la madurez cognoscitiva, la social-emocional y la corporal. Los docentes deben encontrar en sus principiantes tres grupos de tipos de desarrollo. La génesis de un óptimo motivo de rendimiento depende del medio social, que se ve influido de manera decisiva en la primera infancia, a través de los padres y de su estilo educativo. Este proceso motivacional se da a través de:

- Desarrollo de habilidades comunicativas y sociales para despertar el interés por el aprendizaje
- La afectividad en el aula como elemento motivacional
- El arte como fuente motivacional

- Desarrollo de actividades lúdicas, recreativas y deportivas para despertar el interés por el aprendizaje
- Desarrollo de actividades de encuentro directo con el entorno, como estrategia motivacional.

El niño o niña en calidad de estudiante, pueden estar motivados por sí mismos, si no lo están, les corresponde a los educadores la tarea de motivarlo. Esta doble división del problema de la motivación se considera esencial: primero se trata de la motivación del rendimiento y luego, de la motivación del aprendizaje. Se consideran motivados en cuanto al rendimiento aquellos estudiantes que el profesor describe como asiduos, aplicados y ambiciosos. La motivación del aprendizaje es importante cuando los alumnos están poco motivados espontáneamente y el profesor ha de intentar motivarlos con medidas apropiadas, tales como alabanzas, censuras o ilustraciones.

- Motivación Intrínseca

La idea de una motivación intrínseca ha sido reconocida por diversos autores y todos ellos le otorgan un rol preponderante. Nació como respuesta al psicoanálisis y su idea de una energía psíquica interior e incontrolable y como reacción al conductismo y su idea del organismo humano a merced exclusivamente de influencias o contingencias externas. En los años treinta Murray había identificado una tendencia humana a la autonomía (Orbegoso, 2016)

Entonces se podría decir que estar motivado intrínsecamente es asumir un problema como reto personal. Es enfrentarlo sólo por el hecho de hallar su solución, sin que haya esperanza o anhelo de recompensa externa por hacerlo. Esto ha sido probado empíricamente. Es así que, Amabile (1997) reportó que son justo las personas que se entregan a la resolución de un asunto por mero placer personal, las que arrojaron resultados más creativos que aquellas que esperaban una recompensa tangible o actuaban por una motivación extrínseca. La motivación intrínseca surge de los incentivos que yacen en la tarea misma, en su dificultad, en el desafío o estímulo que

representa para el sujeto emprender dicha acción y buscar concluirla satisfactoriamente.

- **Motivación extrínseca**

Todas las clases de emociones relacionadas con resultados se supone que influyen en la motivación extrínseca de tareas. Dentro de estas emociones ligadas a los resultados, distingue las prospectivas de las retrospectivas. Considera que las emociones prospectivas son aquellas que están ligadas de forma inmediata y directa con los resultados de las tareas (...). Así, las expectativas de disfrute anticipatorio producirían motivación extrínseca positiva (Vargas & Remach, 2019)

Un estudiante motivado es aquel que refleja en su comportamiento una actitud positiva. Esta disposición depende de varios factores externos como: el ambiente del aula, los amigos, los profesores, influencia cultural, etc. Muchas veces estos elementos hacen entrar en “crisis” a los estudiantes y esto se ve reflejado claramente en sus calificaciones y en su actitud frente al entorno educativo. La inteligencia emocional es fundamental en este punto, pues enseña a cómo manejar una situación que trunca la necesidad del aprendizaje. Una crisis puede llegar a ser muchas veces una oportunidad si se es manejada intelectual y psicológicamente de la mejor manera.

En el ámbito educativo los profesionales encargados de enseñar deben entender que los niños y niñas pasan gran parte de su vida en las aulas conviviendo con los maestros, por ello las instituciones educativas deben contar con profesionales capaces de cumplir a cabalidad su función educadora. La forma de adquirir, procesar y guardar la información dentro del sistema cognitivo debe concebirse como una fuente de motivación para los alumnos.

4.3.5.2. Procesos metacognitivos

De acuerdo con Flavell (1971) donde hace referencia al concepto de metacognición basándose en los estudios que realizó a la memoria, llegando a demostrar que los niños tienen un continuo desarrollo memorístico y que, entre más edad tienen, mayor control cognitivo logran. De allí que la metacognición esté concebida en la actualidad como la capacidad que tiene el individuo para conocer y regular sus procesos cognitivos. De

otro modo Carretero (2001), indica que en la metacognición también se puede hacer referencia al control metacognitivo, que consiste en el proceso consciente que hace el estudiante al revisar sus procesos de aprendizaje. Para este autor existen dos procesos, el primero es el autorreconocimiento que hace el ser humano de sí mismo, descubriendo su potencial; y el segundo proceso es el que hace sobre la tarea que está realizando, ya que si descubre cuál es la mayor dificultad que tiene para realizarla, encontrará la estrategia para hacerla bien. El aprendiz debe tener interiorizados estos dos procesos ya que son los que permiten desarrollar de forma consciente sus procesos de aprendizaje, primero debe conocerse a sí mismo y esto lo llevará a descubrir las herramientas que debe usar para sacar adelante una actividad.

Se considera también que la relevancia que tiene el desarrollo de la metacognición en el proceso de educación formal desde las teorías actuales sobre el aprendizaje, es indiscutible. Es por tanto fundamental involucrar a las familias en dicho proceso, puesto que son los llamados a fortalecer aquellas habilidades que el niño, niña está desarrollando, poniéndolas en práctica una y otra vez.

4.3.5.3. Estrategias Metacognitivas

Contar con estrategias metacognitivas en la educación favorece la organización en las actividades que realizan los estudiantes, ya que se vuelven protagonistas de su propio proceso y aprenden a conocer sus habilidades memorísticas y de concentración. Johnson, et al. (1992) propone trabajar con tres estrategias importantes para el proceso metacognitivo: Modelamiento metacognitivo: Es una estrategia que se aplica en el aula de clase, donde el docente explica los pasos para la realización de un ejercicio, planeación, ejecución y evaluación. El docente apoya, pregunta, identifica e influencia al estudiante para que vigile su propio proceso. Discusión metacognitiva: Es un proceso en el que los estudiantes intercambian sus experiencias, permitiéndose así el aprendizaje mutuo. Auto interrogación metacognitiva: Por medio de esta el estudiante reflexiona sobre su propio aprendizaje, sobre qué pasos siguió durante la realización de una tarea.

- **Aprendizaje Consciente**

El aprendizaje consciente permite a las personas conocer su proceso de aprendizaje, dándoles la posibilidad de continuar o cambiar las estrategias que han utilizado hasta el momento. Este tipo de aprendizaje perdura, ya que hace del individuo un ser más competente; de allí la importancia del proceso metacognitivo ya que es este el que permite que el ser humano llegue a un estado de conciencia pleno, donde pueda identificar los conocimientos previos y llegar a integrarlos con los nuevos saberes, activando de esta forma los procesos mentales y de aprendizaje (Mondragón, 2020)

"Desaprender para aprender", "tener mente de aprendiz" son frases que alguna vez se escuchó relacionadas a ser consciente de la necesidad de incorporar en nuestras vidas de manera constante nuevos aprendizajes, nuevas experiencias que pueden ser conocimientos como conceptos o teorías, habilidades como experiencias desde la individualidad, sumergirnos en la introspección que es ver ese lado que normalmente no mostramos a nadie pero que está allí siempre presente como nuestros miedos, creencias limitantes o potenciadoras, pensamientos y sentimientos, hasta la colectiva producto de las interrelaciones personales donde podemos usar esos talentos ocultos que multiplicados por nuestra actitud pueden significar un cambio en nuestras vidas.

Los procesos metacognitivos son

- Espacios para la autorreflexión
- Reconocimiento de pre-saberes
- Espacios para la resolución de conflictos
- Experimentación científica con elementos caseros
- Desarrollo del aprendizaje activo a través de la experimentación

Vivir en este proceso de aprendizaje consciente lleva a los niños a nuevos niveles de experiencias donde la tensión creativa aparece, y se reduce esa tensión emocional. pasan entonces a una zona mágica donde fluyen las experiencias y donde aperturan su mente a nuevos pensamientos, sentimientos, comportamientos que se orientan al desarrollo de competencias permitiendo un crecimiento y desarrollo personal que permitirá impactar desde ese entorno individual, familiar, laboral y social.

- **Aprendizaje Estratégico**

Está conformado por las estrategias que se utilizan para brindar un aprendizaje significativo, teniendo en cuenta que cada estudiante tiene una manera diferente de aprender. Sobre este tema, la revista “Aprendizaje estratégico y metacognición”, publicó un artículo de Chávez (2018), plantea algunas estrategias que son útiles a la hora de estudiar. Las principales estrategias son: subrayar, tomar nota y realizar mapas mentales y fichas de estudio, hacer ejercicios prácticos y brainstorming; este último más conocido como lluvia de ideas, donde un grupo de estudiantes se reúnen y dan su punto de vista respecto a un tema. Además, se proponen otras estrategias como: las reglas mnemotécnicas, que consisten en la asociación de términos nuevos con aquellos que ya se tienen interiorizados; el dibujo, el cual se utiliza también como técnica de estudio. Estas estrategias son de fácil aplicación en el aula de clase y darlas a conocer a los estudiantes les permitirá escoger la técnica de estudio con la que se sientan más cómodos.

- **Aprendizaje Autorreflexivo**

Rodríguez (2012), explica lo importante que es brindar herramientas e información a los educandos durante el proceso de enseñanza –aprendizaje, mediante las cuales puedan identificar las dificultades y aciertos que tuvieron. Estos planteamientos metacognitivos permiten en el proceso investigativo planear estrategias que estén orientadas a llevar al estudiante a controlar sus propios procesos cognitivos, desarrollando en ellos la autorreflexión e independencia, teniendo en cuenta que se deben ir planificando metas según los avances observados en el educando.

4.3.5.4. Procesos de inteligencia emocional

Este desarrollo de intelecto equilibrado, hace referencia a la capacidad de nivelar nuestras emociones, reconocerlas y usarlas de manera positivas ante las diversas características personales, sociales y físicas que se presenta o percibe el ser humano a través de su vida. Esta inteligencia tiene el propósito de armonizar los estímulos o fenómenos externos a través de vinculaciones de la "razón -corazón" del mismo. A propósito, el siguiente autor define a la autorregulación emocional como:

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. (Rangel, 2012, pág. 2)

El autor mencionado, Rangel en su definición, hace referencia a la capacidad del hombre para sobrellevar las cosas, los acontecimientos buenos y malos, controlar los impulsos, enojos, violencia, etc. Que tanto asechan en nuestro país. Las personas que no saben controlar las emociones suelen tener malos hábitos de vivencia, acuden a los asesinatos, golpes, drogadicción, malos vicios, y demás acciones negativas que no pueden controlar.

Pero también definimos la inteligencia emocional desde el campo educativo, que es nuestra área de estudio. Según autora identifica elementos problematizadores que se presentan en el fenómeno de la educación, como menciona:

Según Chica y Sánchez (2015) realizan una evaluación de cuatro escenarios problematizadores asociados a este elemento: el primero corresponde a las estructuras actuales de las familias, el segundo se asocia a las demandas humanas desde la formación de educadores, el tercero equivale a las nuevas imposiciones de la sociedad en términos de emociones y el cuarto, a las dificultades existentes para la formación emocional de los docentes como elementos claves para la construcción del tejido social. La inteligencia emocional es un factor clave en los contextos educativos considerando que desde allí se aporta a la formación humana. Reconocimiento de la importancia de vida propia y del otro

- Desarrollo de habilidades socio afectivas
- Espacio para el autoconocimiento
- Desarrollo de actividades en las que los niños y las niñas reconocen que son importantes para otros
- Espacios para el desarrollo de la seguridad y confianza en sí mismo

Sobre los procesos de inteligencia emocional es trabajo arduo por parte de los educadores para orientar su práctica pedagógica, teniendo en cuenta que, a esta edad, los niños están iniciando la edad escolar, y todo es nuevo para ellos. La labor de los docentes debe ser multidimensional, es decir, en lo corporal, espiritual, socioafectivo y la relación armónica con las personas que lo rodean. Se debe dar un interés profundo en cada una de estas últimas.

- Manejo de las emociones

Según Goleman (1995) considera que la inteligencia emocional o inteligencia intrapersonal consiste en la destreza que se tiene para comunicarse con el propio yo y manejar las emociones. De otro modo, consideran que se debe tener la habilidad de manejar las propias emociones, pero también las emociones de otras personas, contribuyendo así a un clima social favorable. Partiendo de lo planteado anteriormente, se denota la importancia que tiene trabajar el manejo de las emociones en el aula de clase; más allá de tener buena relación entre compañeros, la necesidad principal es orientar a los educandos en la forma correcta de guiarse por la vida, enseñándolos a enfrentar las diversas situaciones con un carácter reflexivo y teniendo la capacidad de tomar las decisiones correctas.

- Autoconsciencia

Es la principal habilidad emocional con la que debe contar el ser humano, tomar conciencia de los sentimientos propios permite adquirir nuevas bases como lo son el auto control y auto motivación, Goleman (1995). La autoconsciencia pretende que el niño avance cognitivamente y aplique su inteligencia emocional en la toma de decisiones que reflejen la preocupación por lograr el bien común. Cabe resaltar que el desafío más grande que están enfrentado los docentes, es formar seres humanos capaces de reflexionar sobre sus pensamientos.

- Autoestima

Como lo señala Kernis (2003), considera la autoestima como la actitud con la que el ser humano se ve a sí mismo, la autoconsciencia hace parte de este concepto, ya que básicamente autoestima es la forma de sentirse, es lo que viene desde el ser. De otro modo, se refieren que la autoestima es determinante en la educación, ya que se relaciona directamente con el rendimiento académico de los estudiantes. En tal sentido, el desarrollo de la autoestima permite a los niños establecer límites en su manera de

pensar y de comportarse; los estudiantes que tienen la percepción de una autoestima positiva están en la capacidad de descubrir sus propias habilidades y vivir nuevas experiencias; además, sentir más seguridad en las decisiones que toman y reflexionar entre lo que está bien y lo que está mal, formándose como personas autónomas y responsables de su propio aprendizaje.

Por medio de la reflexión que hace el anterior autor, es posible comprender por qué es fundamental formar primero en valores a aquellos niños con los que estoy realizando mi investigación, ya que se comprende que los niños necesitan de tiempo, espacio y dedicación; por esta razón, es tan importante que la familia y los centros educativos realicen un trabajo en conjunto, donde se enseñen reglas, normas, principios, hábitos, valores y actitudes que los fortalezcan emocionalmente. Antes de enseñar conceptos académicos, se debe enseñar al niño a canalizar sus emociones, a convivir y adquirir habilidades para desarrollarse de una forma sana en su cotidianidad.

- **Aprendizaje Autónomo**

El aprendizaje autónomo es un proceso donde el individuo es el protagonista de su propio aprendizaje, ya que es él mismo quien autorregula sus procesos cognitivos, planifica, ejecuta, evalúa y auto reflexiona el proceso que está llevando, formándose, así como una persona independiente (Martínez, 2004 citado por Mondragón, 2020)

El aprendizaje autónomo abre las posibilidades al estudiantado de utilizar las estrategias que consideren más pertinentes en su aprendizaje, permitiéndole administrar su tiempo e insumos para trabajar; con los estudiantes más pequeños se hace un acompañamiento donde el docente brinda las herramientas para que los menores manipulen, exploren y descubran la forma correcta de hacer uso de estos, dándoseles la posibilidad de utilizar sus saberes previos, en la construcción de nuevos saberes. Entiendo el aprendizaje autónomo como la capacidad para auto dirigir las acciones y herramientas a usar en el proceso de aprender, por lo tanto, considero que es importante mencionar y aplicar este concepto en esta investigación, ya que el aprendizaje autónomo debe despertar la misma motivación que el aprendizaje colaborativo, pues aquí se está trabajando por un objetivo propio, que además permite al individuo reconocer sus destrezas y aptitudes y trabajar y aprender a su propio ritmo.

4.3.6. Factores modulares de la autorregulación emocional de los niños

Desde diferentes aproximaciones teóricas, se considera la autorregulación como la capacidad de los individuos para modificar su conducta en virtud de las demandas de situaciones específicas. Dentro de este campo de estudio, la autorregulación emocional ha despertado un gran interés por las implicaciones que tiene para el funcionamiento social de los individuos. En el estudio del desarrollo de la autorregulación emocional, muchos investigadores se han centrado en el período de la infancia debido a que tanto las conductas como el contexto social donde éstas se producen no presentan tanta complejidad como en períodos posteriores. Durante la infancia, el desarrollo de la autorregulación emocional ha sido caracterizado como la transición de una regulación externa - dirigida mayormente por los padres o por las características del contexto-, a una regulación interna, - caracterizada por una mayor autonomía e independencia-, en la que el niño interioriza y asume los mecanismos de control. El cambio en este sentido es un proceso activo en donde resulta muy importante la propensión innata del organismo a convertirse en autónomo con respecto a sus diferentes ambientes.

Los psicólogos del desarrollo también se han interesado por averiguar las causas del desarrollo de la autorregulación. En este sentido, se han identificado factores de origen endógeno, donde resulta de especial relevancia la maduración de las redes atencionales; con respecto a los factores exógenos, se ha destacado el papel fundamental de los padres como guías del proceso de desarrollo de sus hijos. Por otro lado, se han identificado diferencias individuales en la autorregulación emocional, tanto en los diferentes umbrales que suscitan sus respuestas como en las intensidades de sus expresiones. La estabilidad de estas diferencias a través de las situaciones y a lo largo del tiempo da apoyo en la autorregulación emocional de los individuos está mediada por sus características temperamentales.

El desarrollo de las habilidades de autorregulación emocional se ha asociado a una variedad de factores, tanto endógenos que ha permitido la maduración de las redes atencionales conjuntos a los factores exógenos. Dentro de los factores endógenos, dando como resultado que en esta etapa de desarrollo de los niños infantes, es importante la presencia y el papel de padres de familia como guías del proceso de desarrollo de sus hijos e hijas.

Por otra parte, se ha estudiado la madurez del cerebro, especialmente de las redes atencionales, y las capacidades motoras y cognitivo-lingüísticas de los niños. Dentro de los factores exógenos, a los padres se les ha otorgado un papel primordial en su labor de ayuda y guía en este proceso de desarrollo. Hagamos un recorrido por el desarrollo de la autorregulación emocional en la infancia, identificando tanto factores endógenos como exógenos.

4.3.6.1. Factores endógenos asociados al desarrollo de la autorregulación emocional

Si bien con anterioridad se mencionaba que el cerebro alcanza cierta madurez en las redes atencionales (red de orientación, vigilancia y control ejecutivo) se destaca el proceso y demora que se desarrollan un niño, si bien cada niño tiene su propio ritmo, con ello conlleva también a los procesos de desarrollo de la autorregulación y sus diferentes ritmos de apropiación.

En los tres primeros meses de vida, la autorregulación emocional está bajo la influencia de la red de alerta. Esta red está implicada en el mantenimiento y ajuste de las distintas fases de alerta, y se piensa que facilita la focalización de la atención sobre estímulos importantes de cara a la adaptación del niño a su entorno. (Lozano, Salinas, & Carnicero, 2004, pág. 72)

Cabe mencionar que esta atención es primordial a los estímulos que rodean a los niños ya que a esa edad aun la autorregulación no está consolidada y apenas si logra notar. Esta etapa se marca por lo general por los comportamientos tempranos de regulación y es por eso, que dicha regulación de los bebés de los primeros tres meses de vida, serán marcados o dependientes de las conductas de sus padres quienes deberán lograr un buen ambiente de estimulación.

Dicho cambio fue identificado por su estudio, "los niños de 3 meses de edad demostraron habilidad para tranquilizarse y estimularse por ellos mismos, si bien no tuvieron tendencia a iniciar otras conductas más autónomas" (Lozano, Salinas, & Carnicero, 2004, pág. 67) que quiere decir que estos niños son capaces de auto

tranquilizarse físicamente, es la estrategia más frecuentemente manejada, puesto que su sistema atencional todavía no está adecuadamente desarrollado.

A la edad de 6 meses cumplidos del niño ya se puede observar que, aunque la autorregulación aun no es notable, se puede resaltar que ha esta edad ya van desarrollando las habilidades motoras las que nos permiten el control de nuestros músculos, referente a nuestro tema tiene que ver con la evitación o más usos de estímulos regulando las emociones de forma óptica.

Para Rothbart (1992), en este período hay un cambio en el tipo de evitación que utiliza el niño para suprimir el malestar. A los 6 meses, la evitación es más activa que a los 3 meses ya que, debido a la emergencia de habilidades motoras, el niño puede separarse físicamente del estímulo provocador de malestar. Por otro lado, a esta edad los niños utilizan mucho más la estrategia de desenganche de la atención, son buscadores más activos de estímulos, y redirigen su atención con mayor frecuencia hacia objetos físicos que hacia personas.

Después de largos procesos, nos centramos hasta la edad donde el niño ya empieza a tener una sólida maduración de las emociones y su respectiva autorregulación, que comprende la edad a partir de los 24 meses. Algunos autores mencionan que:

Conforme a lo planteado por Als (1982) en su teoría sinactiva del desarrollo, desde la etapa neonatal se pueden observar alteraciones conductuales en la regulación de los sistemas. Esta teoría evalúa el grado de maduración del sistema nervioso central (SNC) en infantes, contribuyendo a comprender cómo se organizan las distintas capacidades neuronales y cómo se comportan el feto y el recién nacido cuando estas capacidades no están maduras y tienen que hacer frente al mundo extrauterino.

Por último, a los 24 meses observamos ya una madurez importante en las habilidades autorregulatorias del niño. En algunos estudios se encontraron que los niños de esta edad utilizaban preferentemente estrategias de implicación activa en el juego, siendo menos probable el uso de estrategias dirigidas a otros tales como la búsqueda de contacto.

Considerando las aportaciones de Kopp (1982) que considera que en este periodo se da el “control del impulso”, caracterizado por la emergencia del yo, y un equilibrio entre acción y verbalización. Los factores que determinan esta etapa son fundamentalmente maduracionales, siendo en este sentido esenciales las habilidades lingüísticas, si bien la sensibilidad del cuidador a las necesidades del niño también es importante en esta etapa, tal como veremos en el siguiente apartado.

A modo de conclusión, a lo largo de la infancia se observan diferencias en las estrategias disponibles para los niños en cada momento evolutivo, oscilando desde métodos más paliativos de control del malestar hasta formas de afrontamiento más activas, es decir, se produce una progresión evolutiva hacia formas de regulación cada vez más flexibles y autónomas, que favorecen la adaptación del niño a las distintas demandas de su entorno.

4.3.6.2. Factores exógenos asociados al desarrollo de la autorregulación emocional

Los factores externos son aquellos elementos relacionados con el ambiente de aprendizaje, que no dependen exclusivamente de la niña o niño, sino por ejemplo con la escuela, el espacio de estudio, el clima educativo, los métodos de evaluación y el apoyo que le des a tu hija o hijo en este proceso. Según la Unesco (2013) es la los factores exógenos se da a través de la colaboración entre directivos y profesores, en la que participan las familias y los estudiantes, y en las que se promueve un trato respetuoso entre los niños y aprecio por los otros. Es decir, tiene que ver con cómo los docentes tratan a sus alumnos, cómo la escuela se relaciones con madres y padres, las instalaciones que forman parte de la escuela, los métodos de enseñanza que deciden, entre otras cosas.

Los niños que experimentan relaciones inseguras con sus padres pueden ser muy vulnerables a desórdenes emocionales, generados por un déficit en la capacidad de autorregular sus propias emociones y sus conductas. Sucede el caso de aquellos niños que fueron descuidos por sus parentales pueden ser víctimas de problemas respecto a lo emocional y problemas psicosociales importantes que atraviesan a lo largo de su vida, dentro de ellas puede manifestar emociones agudas y no adaptativas, o pueden

mostrar conflictos a la hora de entender las emociones de los demás como la falta de empatía y presentar poca competencia social. (Losada & Estévez, 2020)

La influencia de la conducta de la madre sobre las estrategias de autorregulación emocional de los niños ha sido puesta de manifiesto por una diversidad de estudios. Algunos de ellos hacen constar cómo los niños utilizan estrategias de afrontamiento más complejas cuando la madre está participativa que cuando está pasiva. En el estudio de Grolnick et al. (1996) se observó la conducta de niños de 24 meses de edad en una situación de demora de un objeto deseado en dos condiciones; en una, la madre era libre de hacer lo que quisiera mientras que el niño esperaba (madre-activa) y en la otra se le pedía que leyera una revista y que permaneciera relativamente pasiva, a pesar de que podía responder al niño en el período de espera (madre-pasiva).

Si bien anteriormente hemos hecho énfasis en el desarrollo madurativo de las emociones en los niños, otras investigaciones y aportaciones sugieren hacer un estudio en factores exógenos en el cuidador-niño ya que lo representan como entes importantes para su estudio autorregulatorio. Al respecto, al autor menciona:

La influencia de la conducta de la madre sobre las estrategias de autorregulación emocional de los niños ha sido puesta de manifiesto por una diversidad de estudios. Algunos de ellos hacen constar cómo los niños utilizan estrategias de afrontamiento más complejas cuando la madre está participativa que cuando está pasiva (Lozano, Salinas, & Carnicero, 2004, pag. 75)

Todos estos trabajos redundan en mostrar, por un lado, que la presencia activa de la madre favorece el uso de estrategias de autorregulación emocional más sofisticadas por parte del niño, y por otro que la sensibilidad del cuidador y su capacidad para proporcionar ambientes y estrategias adecuadas, son una fuente de influencia muy importante en el desarrollo de las habilidades del niño.

Concluimos que la presencia de la familia y sus efectos en el apego activo, favorecen el uso de las estrategias autorregulatorias por parte del niño, por otra parte, se toma en cuenta al cuidador a cargo del niño, este puede ser el padre, tíos, abuelos u otros.

Incluso la escuela y la misma sociedad que van a brindar ambientes o estrategias adecuadas. De esta manera van a contribuir al desarrollo de las habilidades del niño.

La comunidad, ya que el niño aprende el 80% de su exterior, desarrollando habilidades sociales y de interacción. La escuela que como propósito fundamental será formar y preparar al niño en este caso, específicamente en las emociones y su autorregulación, donde el niño a través de la escuela aprende a experimentar nuevas emociones y a través de docentes y propios compañeros aprende a autorregular las mismas.

4.4. LEY DE EDUCACIÓN N°070. AVELINO SIÑANI- ELIZARDO PÉREZ

La Ley de Educación Avelino Siñani – Elizardo Pérez donde se conceptualiza las bases de inicio del nacimiento del individuo con la responsabilidad y participación activa de los familiares, la comunidad y el propio Estado. Según el modelo Socio Comunitario Productivo que se rige nuestra actual Ley 070, contribuye a la formación y desarrollo integral de todos los niños y niñas menores de seis años, misma con el ejercicio pleno de los derechos y obligaciones, respetando la religión, físico, psíquica de los mismos

4.4.1. Caracterización del Nivel de Educación Inicial en Familia Comunitaria

A continuación, demos detalles y análisis de del Nivel de Educación que se describe en la actual Ley de Educación Boliviana que es la Ley Avelino Siñani promulgado en fecha de 20 de diciembre del 2010 y hasta la fecha, en vigencia.

4.4.1.1. Educación inicial en la Familia Comunitaria, escolarizada

La etapa de la educación escolarizada que comprende las edades de cuatro y cinco años según respectiva ley mencionada, donde el niño ya inicio sus primeras vivencias en el mundo de la escolaridad. Así lo menciona el Ministerio de Educación:

La segunda etapa de educación escolarizada, comprende 2 años. En el primer año de escolaridad, se desarrollan los valores socio comunitarios, capacidades cognitivas, lingüísticas, psicomotrices, socioafectivas, espirituales y artísticas, que favorecen al desarrollo de actitudes de autonomía, cooperación y toma de decisiones en el proceso de construcción de su pensamiento. Se contribuye al aprendizaje de nuevas formas de comportamiento, interacción con otras y otros, con la

naturaleza, enfatizando el uso de su lengua materna y ampliando sus lenguajes en situaciones comunicativas y diversas actividades artísticas y lúdicas. Constituye un nexo entre la familia y la escuela y el inicio de aprendizajes sistemáticos. (Ministerio de Educación, 2022, pág. 49)

Pero además de ello, su objetivo es proporcionar oportunidades y condiciones favorables a niñas y niños de 4 y 5 años que les permita expresar sus potencialidades creativas y lúdicas en el desarrollo de sus capacidades, cognitivas, psicoafectivas, para un desarrollo íntegro y equitativo, fortaleciendo el vínculo familiar y comunitario.

4.1.1.1. Primer año de escolaridad

Objetivo del primer año de escolaridad

Contribuimos al desarrollo de valores Socio comunitarios y hábitos de vida saludable en lo físico, afectivo y espiritual de las niñas y los niños de 4 años, desarrollando capacidades, cualidades y potencialidades, a través de actividades lúdicas vinculadas y articuladas a la vida cotidiana de la familia y la comunidad para favorecer el desarrollo de su identidad cultural y lingüística en el contexto donde vive (Ministerio de Educación, 2022, pág. 13).

4.1.1.2. Segundo año de escolaridad

La segunda etapa de educación escolarizada, comprende 2 años. En el primer año de escolaridad, se desarrollan los valores sociocomunitarios, capacidades cognitivas, lingüísticas, psicomotrices, socioafectivas, espirituales y artísticas, que favorecen al desarrollo de actitudes de autonomía, cooperación y toma de decisiones en el proceso de construcción de su pensamiento. Se contribuye al aprendizaje de nuevas formas de comportamiento, interacción con otras y otros, con la naturaleza, enfatizando el uso de su lengua materna y ampliando sus lenguajes en situaciones comunicativas y diversas actividades artísticas y lúdicas. Constituye un nexo entre la familia y la escuela y el inicio de aprendizajes sistemáticos (Ministerio de Educación, 2012, pág. 49)

Objetivo del segundo año de escolaridad

Promovemos principios, valores y actitudes intraculturales e interculturales de las niñas y los niños de 5 años, realizando diversas actividades de observación, argumentación, experimentación, investigación, expresión creativa y lúdica en relación con la vida cotidiana, que contribuyan al desarrollo de capacidades, cualidades y potencialidades de manera integral y holística, para contribuir a los procesos de aprendizaje sistemáticos de la Educación Primaria Comunitaria Vocacional (Ministerio de Educación, 2022, pág. 18)

Lo que se rescata del objetivo planteado por el Ministerio de Educación. En cuanto emociones y su autorregulación, se resalta la expresión lúdica y creativa en relación con la vida cotidiana, ya que se la interpreta como una forma de estrategia para que el niño se comunique y conozca su entorno, a través de la adaptación podrá ajustar sus emociones a diferentes experiencias de la vida.

Perfil de salida del segundo año de escolaridad

Observamos los siguientes ámbitos de desarrollo en cuanto el perfil de salida de los niños de 4 años a través de su proceso escolar, características brindadas por el (Ministerio de Educación, 2022, pág. 18)

Los ámbitos de desarrollo según la mencionada Ley son: Desarrollo del Lenguaje, Desarrollo del Pensamiento Lógico Matemático, Desarrollo de la creatividad y las habilidades de la autonomía, Desarrollo Socioafectivo, Desarrollo psicomotor. Pero según a nuestro tema, tomaremos en cuenta solo las áreas de nuestro interés.

Desarrollo de la creatividad y las habilidades de autonomía.

- Estructura sus espacios de juego y actividad, colaborando activamente en la dinámica del ambiente educativo.
- Presenta mayor iniciativa y confianza, participando activamente en la toma de decisiones presentes en las actividades cotidianas.
- Participa en las actividades diarias, desarrollando habilidades artísticas de acuerdo a los intereses tanto individuales como colectivos.

Desarrollo socioafectivo

- Respetar las normas y acuerdos de convivencia armónica dentro de la comunidad educativa.
- Explora y se interesa por las diversas formas de vida de su entorno.
- Reconoce distintas emociones en sí mismo y es capaz de gestionarlas y adecuarlas progresivamente a diversas situaciones.
- Cuida y valora a los seres vivos con los que convive en su entorno.
- Reconoce y se identifica como parte de un grupo social y comunitario.

En sí, lo que se representa en el perfil de salida de los estudiantes de primer año de educación y respecto a nuestro tema estudiado, relacionamos en cada uno de los ámbitos. Iniciando con el desarrollo del lenguaje, donde el niño aprende a escuchar atentamente a sus pares o esperando su turno, ya nos da indicadores de empatía (característica propia de la autorregulación emocional) u donde el niño ya va aprendiendo a expresarse por medio de las palabras.

En segundo lugar, el desarrollo lógico – matemáticas, sobresaltamos la capacidad de resolución de conflictos del día a día que ofrece este perfil, que es característica propia de la autorregulación de emociones que parte desde la resiliencia, en busca de soluciones y alternativas para resolver problemas

Por consiguiente, tenemos el desarrollo socio efectivo, punto clave e integral para desarrollar las verdaderas emociones de manera directa, puesto que valora las formas de vida de su entorno y genera vínculos de cuidado y armonía con la Madre Tierra lo que hace es crear un ambiente armonioso con su entorno.

Así mismo, como indica el Ministerio de Educación (2021) el juego es un excelente recurso para el desarrollo de las prácticas sociales en lo emocional, físico y cognitivo; las/los estudiantes en pequeños grupos pueden organizarse, elegir el juego, poner reglas y lo asumen, personifican lo que les agrada o les llama la atención en actividades familiares o comunitarias. La Maestra permite y genera actividades donde puedan compartir juegos y juguetes entre sus compañeros y amigos; con éstas y otras

actividades ayudamos a autorregular sus emociones y acciones en lugar de demostrar llanto, enojo o gritar por algo, aprenderá a comportarse adecuadamente.

Haciendo un análisis a nuestro tema de estudio, tal es la autorregulación de emociones desde la presente ley 070. En el objetivo que plantea la socio afectividad que engloba el estudio de las emociones por otra parte, hace relevancia en la familia y la comunidad que, como vimos con anterioridad son factores claves para el desarrollo de la autorregulación emocional en el proceso de aprendizaje, y sin olvidarnos que la meta planteada ofrece las actividades lúdicas donde se hace evidente el uso del juego, una estrategia que servirá mucho a los procesos de desarrollo del niño desde el punto de vista emocional. Concluimos que la presente Ley, subjetivamente lleva contenidos curriculares sobre las emociones, es decir, no están previstas en sus objetivos generales en este nivel de educación.

CAPITULO V

METODOLOGÍA

5.1. Tipo de investigación

Investigación Documental

Según Alfonso (1995), la investigación documental es un procedimiento científico, un proceso sistemático de indagación, recolección, organización, análisis e interpretación de información o datos en torno a un determinado tema. Al igual que otros tipos de investigación, éste es conducente a la construcción de conocimientos.

El presente trabajo de estudio contiene las características delimitadas de este autor, ya que como en el proceso de investigación documental se dispone, esencialmente, de documentos, que son el resultado de otras investigaciones, de construcciones conceptuales, lo cual representa la base teórica del área objeto de investigación, el conocimiento se construye a partir de su lectura, análisis, reflexión e interpretación de dichos documentos.

5.2. Método de investigación

Método Documental

El método documental o bibliográfico consiste en la captación por parte del investigador de datos aparentemente desconectados, con el fin de que a través del análisis crítico se construyan procesos coherentes de aprehensión del fenómeno y de abstracción discursiva del mismo, para así valorar o apreciar nuevas circunstancias (Berna, 2003, pág. 111)

Como método documental se dispone, esencialmente, de documentos, que son el resultado de otras investigaciones, de reflexiones de teóricos, lo cual representa la base teórica del área objeto de investigación, el conocimiento se construye a partir de su lectura, análisis, reflexión e interpretación de dichos documentos los que nos permitió llevar a cabo este estudio monográfico.

Método Analítico

Como señala dicha conceptualización del autor (Luis, 2014) nos dice que a partir del conocimiento general de una realidad realiza la distinción, conocimiento y

clasificación de los distintos elementos esenciales que forman parte de ella y de las interrelaciones que sostienen entre sí.

Ya que el mismo desarrolla la separación de un todo en sus partes o en sus elementos constitutivos, y la segunda implicando la unión de elementos para formar un todo. En la presente monografía se opta por descomponer y estudiar los elementos de un todo además de revisar ordenadamente cada uno de ellos por separado para descubrir los distintos elementos que componen el estudio.

5.3. Técnicas de investigación

Técnica de Revisión bibliográfica

En este estudio trabajaremos con la técnica de revisión bibliográfica que ayudará a sustentar nuestra monografía de grado de manera óptima, verídica, determinando la importancia, relevancia y asegurando la originalidad del mismo. Como algunos autores definen esta técnica de estudio como:

La revisión bibliográfica es una sinopsis que resume diferentes investigaciones y artículos que nos da una idea sobre cuál es el estado actual de la cuestión a investigar. En la revisión se realiza una valoración crítica de otras investigaciones sobre un tema determinado, proceso que nos ayuda a poner el tema en su contexto. (Goris, 2015)

5.4. Instrumentos de investigación

Ficha bibliográfica

Para tener preciso la consistencia del contenido de la presente monografía de grado, usaremos el instrumento de ficha bibliográfica como una guía para poder anotar las enriquecedoras informaciones de diferentes artículos o libros.

La ficha bibliográfica es una ficha pequeña, destinada a anotar meramente los datos de un libro o artículo. Estas fichas se hacen para todos los libros o artículos que eventualmente pueden ser útiles a nuestra investigación, no solo para los que se han encontrado

físicamente o leído. En ellas se registran las fuentes encontradas, por ejemplo, en el catálogo de una biblioteca, en una bibliografía, en índices de publicaciones, etc. (Colin, 2011, pág. 1)

CAPITULO VI

6.2. Conclusiones

En el presente capítulo se muestra las conclusiones a las que se llegó en cuanto la autorregulación emocional y procesos de aprendizaje del Nivel de Educación Inicial en Familia Comunitaria, escolarizada.

Objetivo específico. 1

Establecer las emociones básicas y cómo se manifiestan en los procesos de aprendizaje de los estudiantes del nivel de educación inicial en la familia comunitaria escolarizada

Se logra llegar al objetivo, concluyendo que las emociones que generalmente se presentan en el aprendizaje de los niños del Nivel de Educación Inicial en Familia Comunitaria, escolarizada son las denominadas emociones básicas, que son: ansiedad, decepción, ira, miedo, tristeza, vergüenza, diversión, alegría y esperanza que son emociones que se presentan de forma regular en el proceso de aprendizaje de los niños y niñas.

Analizando cada una de ellas, estas son:

- **Ansiedad:** Se presenta generalmente cuando el niño muestra nerviosismo al hacer una actividad; por ejemplo, nerviosismo a la hora de salir al recreo, al hablar con sus compañeros, a la hora de responder preguntas, intenta romper conexiones de comunicación con los demás.
- **Ira:** Que se manifiesta a través de la violencia y el llanto, generalmente cuando el niño desea jugar y no se le permiten, cuando interactúa con sus compañeros surgen problemas de entendimiento, cuando le obligan hacer actividades que a él o ella no le gusta cumplir con acciones básicas (lavarse las manos, ir al baño, comer) manifestando ira.
- **Miedo:** cuando el niño tiene un trauma, empezando con no querer asistir al colegio, en la conducta evita situaciones, mostrando inquietud o hipervigilancia, aislándose del grupo de clases, en sus pensamientos, esperando siempre lo peor al no poder realizar ciertas actividades como pintar o dibujar, así también este miedo puede mostrarse de muchas formas en el aula.

- **Vergüenza:** Entendiendo que a los 3 o 4 años de edad, los niños dan mucha importancia a la opinión de los demás y ante personas o situaciones nuevas o distintas de su entorno familiar, es así que se manifiesta al hablar con las personas mayores o de su edad, vergüenza por su vestimenta o uniforme, por el peinado, por su físico, etc.
- **Diversión:** Se revela a través de las risas, los gritos, las carreras, el juego, el baile que le brinda el compañerismo por lo general, donde se crea un ambiente armónico y positivo en el niño.
- **Alegría:** Se descubre sobre el interés y la creatividad a la hora de hacer actividades gráficas, el compañerismo, los abrazos a sus docentes, expresarse abiertamente.

Los niños de 4 a 5 años de edad, manifiestan las emociones de rabia, alegría o tristeza entre otras, aparentemente poco duraderas. Por naturaleza los niños actúan por sus emociones. Sin duda alguna, los niños son los más expresivos en lo que se refiere a las emociones, los más sinceros demuestran lo que sienten. En la edad preescolar las emociones son uno de los componentes más determinantes en el buen aprendizaje de los niños, es decir un aprendizaje con y por gusto. Determinando que, las emociones positivas o negativas (aplicando autorregulación) que presenta el niño le ayudará a tener un óptimo desarrollo de su aprendizaje.

Objetivo Específico. 2

Conocer los factores mediadores que intervienen en la autorregulación emocional y procesos de aprendizaje en estudiantes del nivel de educación inicial en la familia comunitaria escolarizada

Logrando cumplir con el objetivo de concluye que, durante la infancia, el desarrollo de la autorregulación emocional ha sido caracterizado como la transición de una regulación externa (factores exógenos) - dirigida mayormente por los padres o por las características del contexto-, a una regulación interna (factores endógenos) - distinguida por una mayor autonomía e independencia, en la que el niño interioriza y asume los mecanismos de control. El cambio en este sentido es un proceso activo en donde resulta muy importante la propensión innata del organismo a convertirse en

autónomo con respecto a sus diferentes ambientes. Referente a los factores endógenos, un niño alcanza cierta madurez en las redes atencionales desde los 24 meses de edad, puesto que estas redes le van a permitir desarrollar la atención a través de la vigilancia, la orientación y el control ejecutivo, de manera que es una acción interiorizada propia del niño que utiliza a hora de aprender. En lo concerniente a los factores exógenos tales como la familia (indispensable), ya que son personajes que acompañan al niño desde su nacimiento e inicios de su vida escolar, en esta etapa el niño tiene bases de vinculación materna adopta comportamientos parentales. La comunidad, ya que el niño aprende el 80% de su exterior, desarrollando habilidades sociales y de interacción. La escuela, lugar donde aprende a experimentar nuevas emociones y a través de docentes y propios compañeros aprende a autorregular las mismas.

Objetivo específico. 3

Analizar la Ley de Educación Avelino Siñani para saber si se desarrolla la temática emocional entorno al aprendizaje de los estudiantes del nivel de educación inicial en la familia comunitaria escolarizada.

Logrando responder de manera satisfactoria el objetivo. Así mismo, como indica el Ministerio de Educación (2021) el juego es un excelente recurso para el desarrollo de las prácticas sociales en lo emocional, físico y cognitivo; las/los estudiantes en pequeños grupos pueden organizarse, elegir el juego, poner reglas y lo asumen, personifican lo que les agrada o les llama la atención en actividades familiares o comunitarias. La Maestra permite y genera actividades donde puedan compartir juegos y juguetes entre sus compañeros y amigos; con éstas y otras actividades ayudamos a autorregular sus emociones y acciones en lugar de demostrar llanto, enojo o gritar por algo, aprenderá a comportarse adecuadamente.

Dentro el perfil de salida que está representada por los tipos de desarrollo que toma en cuenta esta ley, se presenta el desarrollo socioafectivo que es un ámbito donde se toma en cuenta las emociones de los niños y su aprendizaje, que lo demostramos a continuación.

Desarrollo socioafectivo

- Respetar las normas y acuerdos de convivencia armónica dentro de la comunidad educativa.
- Explora y se interesa por las diversas formas de vida de su entorno.
- Reconoce distintas emociones en sí mismo y es capaz de gestionarlas y adecuarlas progresivamente a diversas situaciones.
- Cuida y valora a los seres vivos con los que convive en su entorno.
- Reconoce y se identifica como parte de un grupo social y comunitario.

Haciendo un análisis a nuestro tema de estudio, tal es la autorregulación de emociones desde la presente ley 070. En el objetivo que plantea la socio afectividad que engloba el estudio de las emociones por otra parte, hace relevancia en la familia y la comunidad que, como vimos con anterioridad son factores claves para el desarrollo de la autorregulación emocional en el proceso de aprendizaje, y sin olvidarnos que la meta planteada ofrece las actividades lúdicas donde se hace evidente el uso del juego, una estrategia que servirá mucho a los procesos de desarrollo del niño desde el punto de vista emocional. Concluimos que la presente Ley, subjetivamente lleva contenidos curriculares sobre las emociones es decir, no están previstas en sus objetivos generales en este nivel de educación.

Objetivo General

Describir la autorregulación emocional y procesos de aprendizaje en estudiantes del nivel de educación inicial en la familia comunitaria escolarizada

Si se logró cumplir con el objetivo propuesto, por lo que se concluye que, la autorregulación emocional es la capacidad de controlar nuestras emociones, razonar y confrontar a algunas situaciones. En el proceso de aprendizaje de los estudiantes del Nivel de Educación Inicial en Familia Comunitaria, escolarizada, se desarrollan los procesos:

- **Procesos motivacionales:** El niño despiertan las habilidades comunicativas y sociales, además de la relevancia del juego y la lúdica como característica importante de este proceso.

- **Proceso metacognitivo:** Las características sobresalientes son las experiencias y experimentación desarrolladas en el aprendizaje y la autorreflexión.
- **Proceso de inteligencia emocional:** Donde se reconoce el valor de la vida propia y del otro, con el desarrollo de la autosuficiencia y autoconocimiento. De tal que se logra describir los procesos de autorregulación emocional en el aprendizaje de manera satisfactoria.

En conclusión, general, los procesos planteados en el aprendizaje son de gran relevancia para el campo pedagógico, se demostró las diferentes emociones que el niño puede experimentar en esta etapa, obviamente como seres humanos sentimos emociones positivas y negativas, es importante aclarar que la autorregulación emocional no es aquel que impide sentir emociones negativas, al contrario, son emociones de naturaleza y la esencia de la autorregulación es permitirnos controlar esas emociones de manera pacífica.

Para que el niño tenga un buen desarrollo autorregulatorio en esta edad, es centrarse en el apego e interacción con los padres de familia, fomentar el juego o lúdica y la motivación, que los encontramos como mecanismos relevantes en el proceso del aprendizaje.

6.3. Recomendaciones

Para que el niño y niñas desarrolle competencias de autorregulación emocional, se recomienda lo siguiente

- A los padres de familia: Que afiancen vínculos afectivos y de comportamientos positivos ante la crianza de sus hijos. Fomentando la comunicación padres-hijo, escuchándolos sin juzgarles e impartiendo experiencias y sentimientos, mostrando actos de cariño y afecto hacia el niño, felicitar a sus hijos por los logros, por cumplir con sus tareas, por las buenas relaciones en la escuela; dedicar tiempo para compartir con sus hijos e hijas. Acompañar de manera exhaustiva, motivacional, la adaptación escolar de su hijo o hija.
- Hacia los docentes: A la hora planificar, tengan en cuenta estos procesos autorregulatorios, que no se espere un tema curricular específico desde el Ministerio de Educación para poder enseñar las emociones, tanto teóricas y

prácticas en relevancia con el juego o lúdica. Interesarse por la creatividad y el entretenimiento sano, de manera que puedan desarrollar juegos como: El semáforo, la rueda de las emociones, el volcán, fomentando el desenvolvimiento de las emociones y cómo autorregularlas.

- Hacia el Ministerio de Educación, crear programas de base curricular en temas transversales, específicos en autorregulación emocional. A través de la comparación con otros países como EE.UU con su programa de educación Collaborative for Academic, Social y Emotional Learning (CASEL) que se encarga de desarrollar competencias académicas, sociales y emocionales para los estudiantes o la política de Diputación de Gipuzkoa, entre otros. Que sirva como una guía curricular para desarrollar las competencias emocionales en los niños y niñas.

BIBLIOGRAFÍA

- ARCE, H. G. (s.f). Psicología Social de los Pueblos Indígenas de Bolivia. *Universidad Católica Boliviana*.
- Banco Mundial. (17 de Marzo de 2021). Obtenido de <https://www.bancomundial.org/es/news/press-release/2021/03/17/hacer-frente-a-la-crisis-educativa-en-america-latina-y-el-caribe>
- Berger, C., Milicic, N., Alcalay, L., Torretti, A., Arab, M. P., & Bernardita. (2009). Bienestar socio-emocional en contextos escolares. *Estudios sobre Educación*, 21- 42.
- Berna, A. B. (2003). La metodología documental en la investigación jurídica: alcances y perspectivas. *Opiniòn jurídica*, 109-116.
- Berrocal, P. F., & RuizAranda, D. (2008). La Inteligencia emocional en la Educación. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 421-436.
- Bisquerra, R. (2012). *La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Barcelona: Hospital Sant Joan de Déu.
- BONILLA, P. A. (2018). *AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LAS CARRERAS RELACIONADAS A CIENCIAS DE LA SALUD Y CIENCIAS SOCIALES DE LA CIUDAD DE AMBATO*. Ambato, Ecuador.
- Bronson, M. B. (2000). *Nature and nature*. Obtenido de self -regulation in early childhood: https://books.google.com.bo/books?hl=es&lr=&id=TUVxOeJRwC4C&oi=fnd&pg=PA1&dq=Bronson+self+-regulation+in+early+childhood.+nature+and+nature.+USA.+guilford&ots=h7RQ9_Kxk4&sig=tJPmAEQlh9aBoclmrGOyL3qglgg#v=onepage&q=Bronson%20self%20-regulation%20in%20early
- Buey, M. L. (2003). IMPORTANCIA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL: UN NUEVO RETO PARA LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA.
- Cabas-Hoyos, K., González-Bracamonte, Y., & Hoyos-Regino, P. (2017). Teorías de la inteligencia y su aplicación en las organizaciones en el siglo XXI: una revisión. *Revista Clío América*, 254 - 270.
- Caqueo-Urizar, A., Urzúa, A., Ferrer, R., Pereda, N., Villena, C., & Irrázaval, M. (2014). Afrontamiento y etnia: Estrategias en niños y niñas aymara. *SciELO*.
- Colin, M. (2011). Tipos o Clases de Fichas bibliográficas. *ACADEMIA*.
- Contreras, M. M. (2012). *Desarrollo de la Autorregulación*. Obtenido de <https://fundacionfedra.org/blog/archivos/NQNREGULACION.pdf>
- Cuadrado, A. M. (2008). COMPETENCIAS DEL ESTUDIANTE AUTORREGULADO Y LOS ESTILOS DE APRENDIZAJE. *Revista Estilos de Aprendizaje*.
- Escobar, M. I., & Cárdenas, B. E. (2022). Manifestaciones de la autorregulación emocional en. *Tempus Psicológico*, 49-64.

- Espinoza, Y. T. (2018). *La Autorregulación Emocional en Niños del Nivel Primaria*. Perú.
- Espitia, J. D., Loaiza, E. E., & Carrasco, F. C. (2020). Factores que potencian la autorregulación y el aprendizaje significativo en Primera Infancia. *Nodos y Nudos*, 91-102.
- Fernández, D., & Rodríguez, M. G. (2020). CHIRI WAYRITA: LA VOZ DE LOS SIN VOZ. UNA EXPERIENCIA DE EDUCACIÓN TRANSFORMADORA PARA LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL CERRO RICO (BOLIVIA). *Ediciones Universidad de Salamanca*, 73-84.
- García-Fernández, M., & Giménez-Mas, S. I. (2010). LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SUS PRINCIPALES MODELOS:.. *Espiral. Cuadernos del profesorado*, 43-52.
- Goleman, D. (1998). *LA PRÁCTICA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL*. Barcelona: Kairós. S.A.
- Goris, S. J. (2015). Utilidad y tipos de revisión de literatura. *Scielo*, 1988-348X.
- Hollweg, M. G. (2003). Trastornos afectivos en las culturas bolivianas. Un enfoque etnopsiquiátrico. *INVESTIGACIÓN EN SALUD*, 0.
- Jiménez, V., & Luisa, M. (2006). Emociones positivas. *Papeles del psicólogo*, 9-17.
- Limón, M. (2004). En homenaje a las contribuciones de Paul R. Pintrich a la investigación sobre Psicología y Educación . *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 157-209.
- López, N. M. (2000). LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL COMO ELEMENTO CENTRAL DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL. *Psicología online*.
- Losada, A. V., Caronello, M. T., & Estévez, P. (2020). Estilos parentales y Autorregulación Emocional Infantil . *Revista REDES*, 11-28.
- Lozano, E. A., Salinas, C. G., & Carnicero, J. A. (2004). Aspectos evolutivos de la autorregulación emocional en la infancia. *anales de psicología*, 69-79.
- Lozano, E. A., Salinas, C. G., & Carnicero, J. A. (2004). Aspectos evolutivos de la autorregulación emocional en la infancia. *Anales de la psicología*, 69-79.
- Luis, A. J. (2014). El Método de la Investigación. *Daena: International Journal of Good Conscience*, 195-204.
- Martín, M. G. (2012). LA AUTORREGULACIÓN ACADÉMICA COMO VARIABLE EXPLICATIVA DE LOS PROCESOS DE APRENDIZAJE UNIVERSITARIO. *Profesorado. Revista de Currículum y Formación de Profesorado*, 203-221.
- Martinez, A. C., & Bouquet, R. I. (2007). Tristeza, Depresión y Estrategias de Autorregulación en Niños. *Tesis Psicológica*, 35-47.
- Mendez, L. V. (2007). Estrategias para promover la autorregulación en niños preescolares. *Fuentes para crecer*, 5.
- Ministerio de Educación. (2012). *CURRÍCULO BASE DEL SISTEMA EDUCATIVO PLURINACIONAL*.

- Ministerio de Educación. (2022). *Programas de estudio. EDUCACIÓN INICIAL EN FAMILIA COMUNITARIA ESCOLARIZADA*. La Paz, Bolivia.
- Moreno, A. E., Rodríguez, J. V., & Rodríguez, I. R. (2018). La importancia de la emoción en el aprendizaje: Propuestas para mejorar la motivación de los estudiantes. *Cuaderno de Pedagogía Universitaria*, 3-11.
- Musiera, M. (2016). *Educación Emocional en niños de 3 a 6 años*. Montevideo, Uruguay.
- Panadero, E., & Tapia, J. A. (2014). Teorías de autorregulación educativa: una comparación y reflexión teórica. *Psicología Educativa*, 11-22.
- Pérez, O. G., & Bello, N. C. (2016). Regulación emocional: definición, red nomológica y medición. *Revista Mexicana de Investigación en Psicología*, 96-117.
- Rangel, A. E. (2012). Autorregulación emocional. *Salud vida*.
- Richaud, M. C., Mesurado, B., Samper-García, P., Llorca, A., Lemos, V., & Tur, A. (2019). ESTILOS PARENTALES, INESTABILIDAD EMOCIONAL Y. *Ansiedad y Estrés*, 53-69.
- Rodríguez, L. M., Russián, G. C., & Moreno, J. E. (2009). Autorregulación emocional y actitudes ante situaciones de agravio. *Revista de Psicología UCA*, 25-44.
- Ruiz, A. A. (2020). *Autorregulación Emocional: Programa de Intervención en Biorretroalimentación de la Variabilidad de la Frecuencia Cardíaca en Educación Primaria*.
- Sampieri, R. H., Fernández, C. C., & Baptista, P. L. (1991). *Metodología de la investigación*. Mexico: Mc GRAW - HILL INTERAMERICANA DE MEXICO, S.A.
- Shapiro, L. E. (1997). *LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS NIÑOS*. Mexico: Vergara.
- Ticona, J. A., Arocutipa, V. A., Alacona, C. T., Torres, A. C., & Maquera, Y. M. (2019). Educación y alimentación en las comunidades aymaras de Puno. *SciELO*.
- UNICEF. (19 de Diciembre de 2019). La crisis social afectó educación, salud y bienestar emocional y físico de la niñez y adolescencia. Bolivia.
- Whitebread, D. (2012). EMERGENCIA Y DESARROLLO. *Profesorado*, 15-34.
- Whitebread, D., & Basilio, M. (2012). EMERGENCIA Y DESARROLLO TEMPRANO DE LA AUTORREGULACIÓN EN NIÑOS PREESCOLARES. *Revista de Currículum y Formación de Profesorado*, 15-34.
- ZULUAGA, D. M., LÓPEZ, L. T., MUÑOZ, M. F., & al., e. (2020). Emociones constructoras de paz desde los niños y las niñas del grado transición: representaciones desde su experiencia. *Instituto de Estudios en Educación Universidad del Norte*, 51-60.

ANEXOS
ANEXO 1

Nombre del autor: Goleman, D.
Año de edición: 2000
Título del libro: La inteligencia emocional
Edición: Primera
Editorial: Bantam Books
Páginas: 397

ANEXO 2.

Nombre del autor: Gardner, Howard.
Año de edición: 1993
Título del libro: Inteligencias múltiples
Edición: Primera
Editorial: Paidós
Páginas: 313

ANEXO 3.

Nombre del autor: Banco Mundial
Fecha: 17 de marzo del 2021
Título: Se debe actuar de inmediato para hacer frente a la enorme crisis educativa en América Latina y el Caribe
Consultado: 2 de julio del 2022
Fuente: <https://www.bancomundial.org/es/news/press-release/2021/03/17/hacer-frente-a-la-crisis-educativa-en-america-latina-y-el-caribe>

ANEXO 4.

Nombre del autor: Gardner, Howard.
Año de edición: 1993
Título del libro: Inteligencias múltiples
Edición: Primera
Editorial: Paidós
Páginas: 313

ANEXO 5.

Autor: Berger, C; Milicic,N; Alcalay, L; Torretti, A; Arab, M; Justiniano, B.
Año: 2009
Título de artículo: Bienestar socio-emocional en contextos escolares: la percepción de estudiantes chilenos
Título de revista: Estudios sobre Educación
Volumen: 17
Nro. de edición: 24
Número de páginas: 21-43

ANEXO 6.

Autor: Botero, A
Año: 2003
Título de artículo: La metodología documental en la investigación jurídica: alcances y perspectivas
Título de revista: Opinión Jurídica
Volumen: 2
Nro. de edición: 4
Número de páginas: 109-116

ANEXO 7.

Autor: Berrocal, P; Ruiz, D.
Año: 2008
Título de artículo: La Inteligencia emocional en la Educación
Título de revista: Electronic Journal of Research in Educational Psychology
Volumen: 6
Nro. de edición: 2
Número de páginas: 421-436

ANEXO 8

Autor: Cabas, K; González, Y; Hoyos, P
Año: Julio - diciembre de 2017
Título de artículo: Teorías de la inteligencia y su aplicación en las organizaciones en el siglo XXI: una revisión
Título de revista: Clío América
Volumen: 11
Nro. de edición: 22
Número de páginas: 254 - 270

ANEXO 9.

Autor: Camacho,

Fecha: Febrero del 2018

Título: Autorregulación emocional y procrastinación académica en estudiantes de las carreras relacionadas a ciencias de la salud y ciencias sociales de la ciudad de ambato

Grado: Título de Psicóloga Clínica

Nombre de la institución: Pontificia universidad católica del ecuador sede ambato

Repositorio:

URL: <https://1library.co/document/ynlnv2lq-autorregulacion-emocional-procrastinacion-academica-estudiantes-carreras-relacionadas-ciencias.html>

ANEXO 10.

Nombre del autor: Dueñas, M

Fecha: 2003

Título: Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa

Consultado: 20 de junio del 2022

ANEXO 11.

Autor: Caqueo, A; Urzúa, A; Ferrer, R; Pereda, N; Villena, C; Irarrázaval, M
Año: Julio del 2014
Título de artículo: Afrontamiento y etnia: Estrategias en niños y niñas aymara
Título de revista: SciELO
Volumen: 32
Nro. de edición: 2

ANEXO 12.

Autor: Martín, A
Año: octubre de 2011
Título de artículo: competencias del estudiante autorregulado y los estilos de aprendizaje
Título de revista: Revista Estilos de Aprendizaje
Volumen: 8
Nro. de edición: 8
Número de páginas:

ANEXO 13.

Autor: Menjura, M; Franco, B.
Año: 10 de junio del 2022
Título de artículo: Manifestaciones de la autorregulación emocional en niños y niñas de educación inicial
Título de revista: Tempus Psicológico
Volumen: 5
Nro. de edición: 2
Número de páginas: 49-64

ANEXO 14.

Autor: Marcelo. Y
Fecha: Diciembre, 2018
Título: La Autorregulación Emocional en Niños del Nivel Primaria
Grado: Grado de bachiller
Nombre de la institución: Pontificia Universidad Católica del Perú
Repositorio:
URL:
https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/18144/MARCELO_ESPINOZA_YESENIA_TORIBIA.pdf?sequence=

ANEXO 15.

Autor: Beltrán, J; Mejía, E; Conejo, F
Año: junio de 2020
Título de artículo: Factores que potencian la autorregulación y el aprendizaje significativo en Primera Infancia
Título de revista: Nodos y Nudos
Volumen: 6
Nro. de edición: 48
Número de páginas: 91-102

ANEXO 16.

Autor: Fernández, D; García, M
Año: 14 de mayo de 2020
Título de artículo: Chiri Wayrita: la voz de los sin voz. Una experiencia de educación transformadora para los niños y niñas del cerro rico (Bolivia)
Título de revista: Ediciones Universidad de Salamanca
Volumen: 26
Nro. de edición: 29
Número de páginas: 73-84

ANEXO 17.

Nombre del autor: Goleman, D.
Año de edición: 1998
Título del libro: La práctica de la Inteligencia Emocional
Edición: Primera
Editorial: I Kairós. S.A
Páginas: 366

ANEXO 18.

Nombre del autor: Ministerio de Educación
Fecha: 2022
Título: Programas de Estudio. Educación Inicial en Familia Comunitaria Escolarizada
Consultado: 2 de julio del 2022

