

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERÚ
FACULTAD DE EDUCACIÓN**



La implementación de actividades pedagógicas orientadas a educación emocional en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE LICENCIADA EN EDUCACIÓN CON ESPECIALIDAD EN EDUCACIÓN INICIAL

AUTORA

Valentina Ferreyros Ricketts

ASESORA

Castillo Miyasaki, Irene Elvira

2021

Resumen

A partir de la pandemia ocasionada por el COVID-19, las escuelas tuvieron que realizar diversas adaptaciones y adecuarse a la modalidad virtual. La presente investigación tiene como objetivo analizar la implementación de actividades pedagógicas orientadas a la educación emocional en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores. Esta es una investigación de enfoque cualitativo y de nivel descriptivo, se utilizó la metodología de estudio de casos. Las fuentes consideradas para esta investigación son los estudiantes y docentes de una sección de 5 años. En tal sentido, la informante fue la docente de la sección. La técnica utilizada fue la entrevista a la docente y la observación de cuatro sesiones de clase. Este estudio estuvo dirigido a analizar la implementación de actividades pedagógicas orientadas a educación emocional en la modalidad virtual, así como identificar la importancia de la educación emocional y describir las actividades pedagógicas orientadas a la educación emocional que se realizan en la modalidad virtual en un aula de 5 años. En la presente investigación se evidencia que las emociones se deben trabajar desde inicial para que los alumnos aprendan a manejar y regular sus emociones de una manera asertiva. Además, debe haber una planificación que responda a los objetivos elegidos y que los docentes apliquen estrategias fundamentales para obtener un aprendizaje significativo en los niños.

Palabras clave: educación emocional, actividades pedagógicas, modalidad virtual, estrategias, rol del docente.

Abstract

Due to the pandemic of COVID-19, schools had to undergo drastic changes and adapt learning to the virtual modality. The present research aims to analyze the implementation of pedagogical activities of emotional education in the virtual modality in a 5 year old classroom of a private Educational Institution in the district of Miraflores. This is a qualitative approach and descriptive level research, the case study methodology was used. The sources considered for this research are the students and teacher of a 5 year old section. In this sense, the teacher from the section was the informant. The technique used was the interview with the teacher and the observation of four class sessions. This study was aimed at analyzing the implementation of pedagogical sessions oriented to emotional education in online learning, as well as identifying the importance of emotional education and describing the pedagogical activities oriented to emotional education that is carried out in the virtual model in a 5 year old classroom. This research shows that emotions must be worked on from preschool so that students learn to manage and regulate their emotions in an assertive way. In addition, there must be planning that responds to the chosen objectives and that teachers apply strategies to obtain great success and education.

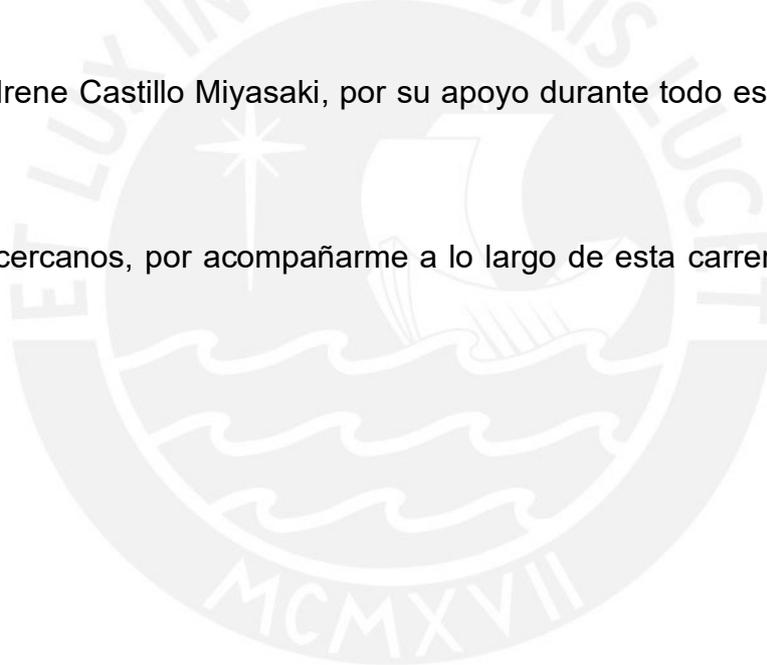
Keywords: emotional education, pedagogical activities, online learning, strategies, teacher's role.

Agradecimientos

A mi familia, por siempre apoyarme y acompañarme a lo largo de mi carrera y darme la oportunidad de estudiar lo que me apasiona.

A mi asesora, Irene Castillo Miyasaki, por su apoyo durante todo este proceso de la investigación.

A mis amigos cercanos, por acompañarme a lo largo de esta carrera y por siempre motivarme.



ÍNDICE

PARTE I: MARCO TEÓRICO

CAPÍTULO 1: LA IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN INICIAL..... 1

- 1.1 Conceptualización..... 2
 - 1.1.1. Las emociones..... 2
 - 1.1.2. Educación emocional..... 3
- 1.2. Clasificar, reconocer y expresar emociones..... 6
- 1.3. Importancia de la educación emocional..... 8

Capítulo 2: ACTIVIDADES PEDAGÓGICAS ORIENTADAS A LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LA MODALIDAD VIRTUAL..... 11

- 2.1. Organización de las actividades..... 11
- 2.2. Contenidos de las actividades..... 12
- 2.3. Estrategias pedagógicas para las actividades de educación emocional 14
 - 2.3.1. Narración y dramatización de cuentos..... 14
 - 2.3.2. Mindfulness..... 15
 - 2.3.3. La expresión artística..... 17
- 2.4. Rol del docente en la educación emocional..... 19
- 2.5. Beneficios de las actividades pedagógicas basadas en educación emocional en la modalidad virtual..... 20

PARTE II: INVESTIGACIÓN..... 23

CAPÍTULO III: DISEÑO METODOLÓGICO..... 23

CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS..... 28

CONCLUSIONES..... 49

RECOMENDACIONES..... 51

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... 53

ANEXOS..... 59

INTRODUCCIÓN

A partir de la pandemia ocasionada por el COVID-19, las escuelas tuvieron que realizar diversas adaptaciones y adecuarse a la nueva modalidad virtual. Tanto los docentes como alumnos han debido realizar adaptaciones para continuar obteniendo un proceso de enseñanza-aprendizaje significativo en esta nueva modalidad. Además, las escuelas han tenido que realizar cambios radicales con mucha incertidumbre acerca de cómo iba a seguir la educación a través del año escolar. Esta incertidumbre que ha surgido a raíz de la pandemia ha causado temor en todos los ciudadanos. En el caso de los niños, les ha afectado altamente, ya que los ha limitado en varios aspectos como la socialización entre pares, estar en confinamiento, jugar a solas, así como adecuarse a la modalidad virtual, entre otros cambios y esto ha surgido muchas emociones en los niños. A partir de ello, surgen muchas emociones en los niños, tanto positivas como negativas. Es por ello, que especialmente dada esta situación, es importante que las escuelas incluyan la educación emocional en las planificaciones de los alumnos.

A raíz de la educación virtual, los niños de nivel inicial reciben menos horas pedagógicas, ya que esta modalidad no es muy dinámica y no permite mucho movimiento. Dado esto, le han otorgado una mayor importancia al aspecto académico, dejando de lado el aspecto emocional.

El tema elegido para esta investigación, es la implementación de actividades pedagógicas orientadas a la educación emocional en la modalidad virtual. La pregunta que guiará este tema de investigación es: ¿Cuál es el impacto de la aplicación de actividades pedagógicas de educación emocional en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores? La línea de investigación es "Educación y desarrollo infantil".

Consideré esencial investigar este tema debido a que, a pesar que ya existen amplias investigaciones acerca de la educación emocional; a mi parecer, se requiere contar con mayor información acerca del tema y concederle la importancia debida. Es primordial investigar y enfatizar este tema, debido a que la educación bajo la modalidad virtual se ha convertido en una realidad con un plazo indefinido. El aspecto emocional en los niños es fundamental, especialmente dada esta coyuntura en la que se están perdiendo muchos aspectos que son esenciales para el desarrollo de un infante como son, la socialización, la exploración, entre otros. Los niños sienten la necesidad de expresar, comprender y procesar sus emociones. Por ello, en la modalidad virtual, se debe promover la educación emocional a través de las planificaciones de clase.

Adicionalmente, este tema permite que los estudiantes tomen decisiones responsables en relación a una situación de conflicto o problemas que surgen en su día a día. A partir de actividades relacionadas a la educación emocional, los alumnos van a aprender a reconocer y manejar sus emociones. De esta manera, van a posibilitar la opción de resolver sus problemas o conflictos de una manera adecuada, teniendo en cuenta su bienestar y el de los demás.

La educación emocional permite expresar, reconocer y comprender las emociones. De esta manera, uno comprende de qué manera las emociones nos afectan a nosotros y a las demás (Marulanda, 2010). Asimismo, ayuda a que los alumnos participen de interacciones sociales positivas y que aprendan a tomar decisiones responsables en cuanto a sus acciones generadas a partir de una emoción. Al conocer y manejar sus emociones, van a resolver problemas de manera efectiva teniendo en cuenta su bienestar personal.

Por otro lado, la educación emocional tiene como objetivo darles las herramientas a los alumnos para que puedan adoptar comportamientos asertivos y puedan manejar situaciones de manera óptima. Asimismo, les permite identificar, expresar y reconocer las emociones y a partir de ello autorregularse teniendo en cuenta su bienestar personal (Valenzuelo, 2010).

De acuerdo a Committee for Children (2012), desarrollar habilidades socio-emocionales permite tener un mejor rendimiento académico y reduce la probabilidad de deserción escolar, embarazo adolescente y el uso de drogas. Según Payton Weissberg, Durlak, Dymnicki, Taylor, Schellinger, y Pachan (2008), la educación

emocional posibilita que los alumnos establezcan y cumplan metas positivas, demuestren cariño y preocupación por los demás, mantener relaciones positivas entre sus compañeros y tomen decisiones responsables pensando en su bienestar personal.

Además de lo mencionado previamente, el aspecto emocional en niños de inicial permite que su desarrollo sea óptimo y adecuado. Las emociones juegan un rol primordial en la construcción de la personalidad del ser humano y en las interacciones sociales. Las emociones intervienen en todos los procesos evolutivos y nos permiten reaccionar antes cualquier situación, sea esta de peligro o no. Es por ello, que la presente tesis va a permitir analizar acerca de cómo se están implementando actividades pedagógicas orientadas a la educación emocional en la modalidad virtual. En ese sentido, se va a enfatizar en el rol que tiene el docente al realizar estas actividades y las estrategias que debe utilizar para que los alumnos logren un aprendizaje significativo. Además, conocer la importancia de la educación emocional y los beneficios que tienen estas actividades en relación al proceso de enseñanza-aprendizaje de los alumnos.

A continuación, se presentarán tres antecedentes del estudio. En primer lugar, Bisquerra (2011), elaboró un informe llamado “Educación emocional: Propuestas para educadores y familias”. En este informe el autor menciona sobre la educación emocional y bienestar de los alumnos, la psicología positiva, las bases didácticas de la educación emocional y luego se centra en describir cada emoción básica y cómo esta se origina. Por último, en este informe se aborda la importancia de la educación emocional en las familias. Considero que esta fuente tiene un aporte significativo en esta investigación, debido que propone de manera general las emociones y la importancia de la educación emocional.

En segundo lugar, Salazar (2018), realizó una investigación acerca de “TIC y emociones en Educación Infantil: Una propuesta didáctica”. En este trabajo se aborda el tema de las TICS en educación inicial y de qué manera implementarlas en el aula. Asimismo, trata el tema de la educación y las emociones, su importancia y el rol del docente y de la escuela para llevar a cabo exitosamente la educación emocional. Considero que esta fuente es un aporte para la investigación debido a que, es la única que enfatiza acerca de los dos temas que planteo: la educación emocional y las TICS.

En tercer lugar, García (2012), elaboró un artículo acerca de la educación emocional y su importancia en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los alumnos. El autor aborda la definición de las emociones, la inteligencia emocional, las emociones y el aprendizaje y el rol que tiene el docente en la educación emocional. Asimismo, señala la importancia de las emociones y los diversos estilos de aprendizaje que poseen los alumnos, así como también la influencia de la educación emocional en el desarrollo de los alumnos. Considero que este artículo contribuye a mi investigación, debido a que se enfatiza acerca de la educación emocional y su importancia, además profundiza otros aspectos relevantes como los diferentes estilos de aprendizaje de los alumnos.

Es esencial realizar una investigación profunda acerca de este tema debido a que la educación emocional en la modalidad virtual es un tema poco explorado y es de suma importancia ahora en la educación virtual. Esta última, es una realidad para muchos países y debemos afrontarla con las herramientas más adecuadas y de la mejor manera posible por el bienestar y el desarrollo de los alumnos. A la educación emocional en la modalidad virtual se le debe otorgar una mayor relevancia, ya que se evidencia que muchas escuelas que trabajan bajo esta modalidad, se centran únicamente en el aspecto académico, dejando desentendido el aspecto emocional de sus alumnos.

Para poder responder a la pregunta que guía esta investigación: ¿Cuál es el impacto de la aplicación de actividades pedagógicas de educación emocional en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores? se elaboró un objetivo general y dos específicos. El objetivo general fue analizar la implementación de actividades pedagógicas orientadas a educación emocional en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores. Asimismo, se implementaron dos objetivos específicos de acuerdo a este. El primer objetivo específico fue identificar la importancia de la educación emocional en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores. El segundo objetivo específico fue describir las actividades pedagógicas orientadas a la educación emocional que se realizan en el en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores.

La presente investigación está dividida en dos partes, el marco teórico y la investigación. El marco teórico está conformado por dos capítulos. El primer capítulo es acerca de la importancia de la educación emocional en inicial. Los subcapítulos de este, abarcan la conceptualización de las emociones y la educación emocional, la clasificación, reconocimiento y expresión de las emociones y finalmente la importancia de la educación emocional. El segundo capítulo hace referencia a las actividades pedagógicas orientadas a la educación emocional en la modalidad virtual. Los subcapítulos presentan la organización y contenidos de las actividades, las estrategias pedagógicas de educación emocional, el rol del docente y los beneficios de las actividades de educación emocional en la modalidad virtual.

De esta manera, la segunda parte, también está conformada por dos capítulos. El primero es el diseño metodológico, el cual abarca la metodología que se ha utilizado para esta tesis y el segundo es el análisis e interpretación de resultados, el cual muestra los resultados obtenidos a partir de los instrumentos aplicados. Finalmente, se presentan las conclusiones, las recomendaciones y las referencias bibliográficas que se han utilizado a lo largo del trabajo.

En relación a las limitaciones de esta investigación, al momento de realizar la entrevista a la docente del aula, en el caso de algunas preguntas de la entrevista, no necesariamente las contestaba. De esta manera, se reformularon algunas de ellas para que la docente tenga una idea más clara de lo que se le estaba preguntando.

PARTE I: MARCO TEÓRICO

El problema que se ha identificado en las escuelas es, la poca importancia que se le otorga a la educación emocional en la modalidad virtual. En este caso, se evidencia un mayor interés al aspecto académico, dejando desatendido el aspecto emocional de los alumnos. Considero que ello se debe a que la modalidad virtual ha generado un recorte en las horas académicas en general y por ende las docentes tienen menos tiempo con sus alumnos. Se eligió esta problemática debido a un interés personal, ya que considero que la educación emocional debe tomar un mayor protagonismo en el contexto actual ocasionado por el COVID-19, la cual es la modalidad de educación virtual. Es por este motivo que surge la siguiente pregunta: ¿Cuál es el impacto de la aplicación de actividades pedagógicas de educación emocional en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores?

CAPÍTULO I: LA IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN INICIAL

El primer capítulo de la presente investigación abordará la importancia de llevar a cabo actividades relacionadas a la educación emocional en un aula de 5 años. Para poder profundizar en el tema, es necesario abordar el concepto de las emociones y la educación emocional. Asimismo, es esencial describir la identificación, reconocimiento, expresión de emociones y la importancia de la educación emocional.

1.1 Conceptualización

Es primordial describir la definición de las emociones y la educación emocional para que a partir de ello se pueda analizar los otros puntos de la investigación. A continuación, se presentará la definición de las emociones y de la educación emocional.

1.1.1. ¿Qué son las emociones? Según Fernández-Abascal y Palmero (citado por De los Ríos, 2014, p.4) “Una emoción es un proceso que se activa cuando el organismo detecta algún peligro, amenaza o desequilibrio con el fin de poner en marcha los recursos a su alcance para controlar la situación”. De esta manera, comprendemos que las emociones nos ayudan a reaccionar de manera rápida ante cualquier situación inesperada y estas surgen automáticamente. Asimismo, son impulsos los que nos permiten actuar de cierta manera de acuerdo a la emoción que sentimos, cada emoción tiene una respuesta distinta en el organismo.

Las emociones son un estado afectivo que experimentan los seres humanos, son un proceso complejo y multidimensional en el cual se encuentran integradas tres tipos de respuestas: las psicológicas, fisiológicas y conductuales. En el caso de las respuestas psicológicas, “las emociones alteran la atención y activan redes neuronales de la memoria”. En el caso de las fisiológicas, “organizan rápidamente las respuestas de distintos sistemas biológicos, en donde están incluidas las expresiones faciales, los músculos, la voz”. Finalmente, en el caso de la respuesta conductual, “las emociones sirven para establecer nuestra posición con respecto a nuestro entorno” (Tomás, 2014, p. 6).

Asimismo, Bisquerra (citado por Calderón, González, Salazar y Washburn, 2012) define las emociones como un estado complejo en el que un ser humano siente y reacciona de cierta manera como respuesta a un acontecimiento el cual, puede ser externo o interno. No todas las personas sienten o reaccionan de la misma manera ante un mismo acontecimiento, las emociones predisponen una respuesta organizada que te lleva a actuar de cierta forma.

Las emociones son experiencias multidimensionales y se basan en tres tipos de funciones. En primer lugar, se encuentra la función adaptativa. Esta es la función más importante, ya que prepara al organismo para que se pueda llevar a cabo la

conducta exigida por las condiciones que se encuentran. En segundo lugar, está la función social. Este se refiere a cuando uno expresa sus emociones, permite a las personas predecir su comportamiento; de esta manera, va a facilitar a que nuestras conductas sean apropiadas. En tercer lugar, está la función motivacional. Todas las conductas motivadas van a producir una reacción emocional y esta posee las dos características de una conducta motivada, que son: dirección e intensidad (Chóliz, 2005).

Estas están asociadas a reacciones afectivas que aparecen de manera instantánea y repentina, son de gran intensidad y transitorias. Estas se presentan como una respuesta inmediata a un acontecimiento o situación que activa estímulos de gran intensidad. Cada persona reacciona distinto frente a una situación de acuerdo a lo que ha vivido (García, 2012).

A partir de los autores revisados, se comprenden las emociones como un estado complejo que experimentan los seres humanos. Estas nos permiten actuar de manera inmediata frente a una situación o acontecimiento de acuerdo a la emoción que sentimos.

1.1.2. Educación emocional. La educación emocional posibilita dar respuesta a las necesidades sociales que se encuentran en las escuelas. Esta tiene como objetivo desarrollar competencias emocionales y promover el bienestar en los alumnos, debido a que permiten aumentar ciertos conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes para que de esta manera, uno pueda comprender, expresar y regular de manera adecuada las emociones (Bisquerra, 2011). La educación emocional se basa en el bienestar, este es uno de los objetivos básicos de la vida personal y social en los seres humanos. Además, es primordial que la educación emocional se inicie en los primeros años de vida y debe estar presente a lo largo de la vida de las personas.

Asimismo, Bisquerra (citado por Muslera 2016), define la educación emocional como “un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos elementos del desarrollo de la personalidad integral” (p. 13). El propósito de la educación emocional es brindar un bienestar emocional y social a los

alumnos, para lograr aquello, es necesario que los alumnos aprendan a afrontar diversas situaciones en su vida cotidiana de la mejor manera posible.

La educación emocional, permite que las personas comprendan y reconozcan sus propias emociones y las puedan autorregular teniendo en cuenta su bienestar personal. Las emociones se trabajan a través de actividades y juegos que se llevan a cabo en el día a día o en la I.E.; de esta manera, se promueve que los alumnos reconozcan sus propias emociones y aprendan a manejarlas (Muslera, 2016). Asimismo, Calderón et al. (2012), menciona que la educación emocional pretende aumentar conocimientos y habilidades acerca de las emociones con el objetivo de que los alumnos aprenden a afrontar de una mejor manera las diversas situaciones que se les presentará en la vida.

Esta, es comprendida como un proceso permanente y continuo, esta debe crecer a lo largo de los años escolares en la I.E. y durante toda la vida. Esta posibilita el desarrollo de conocimiento y conceptos acerca de las propias emociones y la de los demás. Uno identifica, comprende y reconoce sus emociones para adoptar comportamientos adecuados y pensando en su bienestar personal. Asimismo, al encontrarnos en una situación de conflicto o problema, va a ser de suma importancia que las personas sepan autorregular sus emociones y esto se logra a través de la educación emocional (Valenzuelo, 2010).

Las competencias emocionales se desarrollan a partir de la educación emocional, estas se comprenden como un conjunto de competencias básicas que son necesarias para el desarrollo integral de los seres humanos. Sánchez (2010), define las competencias emocionales como un conjunto de saberes que las personas deben adquirir y poner en práctica para brindar respuestas pensadas y actualizadas a las demandas de un contexto cambiante.

Estas implican cambios positivos en las aulas y en la educación de los alumnos. Al obtener estas competencias permiten una mejora en el clima del aula y en las relaciones interpersonales e intrapersonales de los alumnos como también de los docentes. Además, el alumno se va a sentir más motivado en cuanto a su aprendizaje y va a adquirir una mayor confianza de sí mismo. De esta manera, se va a promover ambientes colaborativos y de trabajo en equipo, en la cual se fomente el diálogo y la participación de todos los miembros (Sánchez, 2010).

Las competencias emocionales, son un aspecto primordial en la ciudadanía positiva y responsable, al desarrollarlas te permite generar una mejora en la adaptación al contexto y a la situación que surge. Estas hacen posible que, frente a circunstancias difíciles en la vida, uno las pueda afrontar con serenidad y de manera efectiva. Algunos de los aspectos en los cuales favorece las competencias emocionales son en los procesos de enseñanza-aprendizaje de los alumnos, en su relación con los demás y en la capacidad de poder resolver problemas exitosamente (Bisquerra y Pérez 2007).

Asimismo, Bisquerra (2009) clasifica las competencias emocionales en cinco secciones, estos son: la conciencia emocional, la regulación emocional, la autonomía emocional, la competencia social y las competencias para la vida y el bienestar. A continuación, se desarrollarán los conceptos presentados. La conciencia emocional es comprendida como “la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado” (p. 148).

Por otro lado, la regulación emocional permite que los seres humanos puedan manejar sus emociones de manera apropiada y que afronten diversas situaciones utilizando estrategias adecuadas. La autonomía emocional implica un conjunto de características que están relacionadas a la autoestima, una actitud positiva frente a la vida, la responsabilidad y la autoeficacia emocional. La competencia social se comprende como la capacidad de tener relaciones positivas con los demás, debido a que tiene un impacto directo en las emociones. Ello significa promover el respeto y una comunicación asertiva. Finalmente, las competencias para la vida y el bienestar, implican apropiarse de comportamientos adecuados y responsables para poder afrontar diversas situaciones de conflictos o emergencia.

De esta manera, la educación emocional va a permitir que los seres humanos puedan reconocer y expresar sus emociones. Además, a través de la educación emocional, se adquieren competencias que posibilitan manejar múltiples situaciones en la vida cotidiana de una manera adecuada y asertiva (Bisquerra y Pérez, 2012). Esta tiene como propósito, que los seres humanos vivamos de una manera sana y saludable teniendo en cuenta nuestro bienestar personal y el de los demás.

La educación emocional, tiene como propósito brindar el bienestar a los seres humanos en el aspecto social como personal. Esta también permite que las personas

desarrollen competencias emocionales, y de esta manera, tengan la capacidad de reconocer sus propias emociones, esto va a permitir que puedan manejarlas y discriminarlas.

1.2. Clasificar, reconocer y expresar emociones

Para poder identificar y reconocer nuestras emociones es necesario clasificarlas. Bisquerra (2009), clasifica las emociones en cuatro categorías estas son: emociones negativas, emociones positivas, emociones ambiguas y emociones estéticas. Las emociones negativas se dividen en: emociones primarias y sociales. Las primarias son: el miedo, la ira, la tristeza, el asco y la ansiedad. La única emoción social es la vergüenza. Las emociones positivas son: la alegría, el amor y la felicidad. La emoción ambigua es la sorpresa, esta puede ser positiva o negativa. Las emociones estéticas son las menos investigadas, estas se dan cuando los seres humanos reaccionan emocionalmente ante ciertas manifestaciones artísticas.

Asimismo, Vivas, Gallego y González (2007), mencionan que las emociones se clasifican en tres categorías: las emociones primarias, las emociones secundarias y las emociones sociales. Algunas de las emociones primarias son: el miedo, la felicidad, la tristeza, la ira, etc. Estas son las emociones básicas, son aquellas innatas en los seres humanos y son adaptativas. Por otro lado, las emociones secundarias son: la hostilidad, la ansiedad y el amor o cariño. Estas son emociones más complejas y no se logran identificar tan fácilmente como las primarias. Finalmente, algunas de las emociones sociales son: la vergüenza, la culpa, el orgullo, la envidia, la compasión, el desprecio, la admiración, etc. Estas se originan a partir de las relaciones con los demás; para comprenderlas es necesario analizar el contexto o la situación en la que surgen.

Es importante mencionar que cada autor clasifica las emociones de manera distinta, planteando la manera que consideran la más apropiada y explicativa. Es por ello, que se evidencian diversas maneras de cómo clasificar las emociones. A partir de esto, es primordial describir cómo los seres humanos identifican y reconocen sus emociones.

Es esencial poder identificar y reconocer las emociones propias. Esto se lleva a cabo a partir del reconocimiento de las expresiones faciales, los movimientos

corporales y el tono de voz utilizado, lo que muestra señales emocionales y permite identificar las emociones. Asimismo, al reconocer estas, se comprende en qué circunstancias aparecen y a partir de ello se realiza una asociación a situaciones concretas (De los Ríos, 2014).

Además, uno debe tomar conciencia sobre las emociones propias y las de los demás, esto incluye la habilidad de poder reconocer el clima emocional de un contexto o situación determinada. Los seres humanos, para poder reconocer sus emociones, deben percibir e identificarlas y etiquetarlas (Perera, 2017).

Por otro lado, Aresté (2015) menciona que es esencial que haya un trabajo adecuado acerca de la regulación emocional en los niños, para así evitar frustraciones, debido a que los niños aprenden de esta manera a que no siempre podrán conseguir lo que quieren. Es por ello, que es responsabilidad de los docentes y de los padres de familia ayudar a los infantes a identificar y reconocer sus emociones para que les den importancia y comprendan las reacciones que generan emociones intensas.

Los seres humanos deben expresar sus emociones para que los demás sepan cómo se sienten y por qué. Para los niños es esencial la expresión de sus emociones para que a partir de ello, los adultos identifiquen qué situaciones los hacen sentir de tal manera y también ellos mismos poder reconocer sus propias emociones. De esta manera, al hablar de cómo uno se siente, permite pensar y actuar de la manera adecuada frente a cada situación. Esto también posibilita que los alumnos sientan bienestar y que busquen ayuda de un adulto en caso lo requieran y que comprendan que también hay otras personas que han pasado por la misma situación y que sienten lo mismo que ellos (De los Ríos, 2014).

El poder expresar las emociones en los niños es de suma importancia y necesaria para su desarrollo integral. Para que ello se lleve a cabo, es necesario conocer los rasgos emocionales en los alumnos. Las emociones en los infantes son intensas y frecuentes, ellos experimentan las emociones de manera constante; sin embargo, cambian la expresión de las emociones muy rápido (Aresté, 2015). Los niños al expresar una emoción, van a recibir una respuesta por parte del adulto, sea este el docente o sus padres. Cuando los infantes aún no reconocen ni expresan sus emociones, lo demuestran a través de sus acciones o comportamientos. Es necesario guiarlos en reconocer y expresar sus emociones para que puedan comprender el por qué y el origen de estas emociones y bajo qué circunstancias se dan.

1.3. Importancia de la educación emocional

La educación emocional es primordial, debido a que está presente en la vida de las personas, especialmente en la de los niños, ya que, en ella, los niños empiezan a comprender y expresar sus emociones. Esta pretende mejorar estilos de vida y mejorar las relaciones intrapersonales e interpersonales, lo cual permite tener una vida más saludable, armoniosa y feliz. A continuación, Calderón et al. (2012) presenta los objetivos de la educación emocional: identificar nuestras emociones como las de los demás, poder autorregular nuestras emociones, prevenir las acciones perjudiciales de nuestras emociones y tener un estilo de vida saludable.

Según Marulanda (2010), la educación emocional conlleva a que los alumnos sean partícipes de las interacciones sociales que se llevan a cabo en el aula y qué de esta manera, tomen decisiones responsables relacionadas a situaciones de conflicto. Cuando los niños reconocen y manejan sus emociones, posibilitan la opción de resolver sus problemas de manera más asertiva, teniendo en cuenta su propio bien y el de los demás. El objetivo de la educación emocional es poder brindarles herramientas necesarias a los alumnos para que ellos, independientemente, puedan apropiarse de comportamientos para que de esta manera, puedan adaptarse a situaciones de una manera adecuada y óptima (Valenzuelo, 2010).

Asimismo, según Ortiz (2017), la educación emocional debe estar definida en el currículo educativo, a pesar que esta se puede dar en algunas ocasiones espontáneamente en las sesiones de clase y generalmente surge la posibilidad de practicarla cuando hay algún conflicto o situación de crisis. La escuela y los maestros deben incorporar diversas oportunidades para incluir la educación emocional a través de situaciones o experiencias en el aula, ya que su finalidad es el desarrollo integral de los seres humanos. Esta va a permitir que los alumnos obtengan habilidades sociales y emocionales, como también relaciones positivas con sus pares y adultos (Jones & Bouffard, 2012).

Se han identificado ciertas variables en los alumnos a partir de la educación emocional en las escuelas, estas son: habilidades sociales, autoestima positiva, rendimiento académico alto y salud mental. Los autores Gershon y Pellitteri (2018), realizaron un estudio en el cual demostraron que la educación emocional tenía un mayor impacto en las habilidades sociales y había una clara disminución en conductas

de violencia por parte de los alumnos. Asimismo, mencionan que la etapa de inicial es primordial para promover la educación emocional, ya que de esta manera aprenden a identificar y reconocer sus emociones desde muy pequeños. En este estudio, también se muestra que los alumnos de inicial con altos niveles de regulación emocional, tienden a tener relaciones positivas con sus pares y adultos; mientras que en las personas con bajos niveles de regulación emocional se evidenciaba que les costaba más entablar relaciones saludables con sus pares.

El desarrollar habilidades socio-emocionales, posibilita la oportunidad de tener un mayor rendimiento académico y relaciones interpersonales e intrapersonales positivas. Asimismo, reducen la probabilidad de deserción escolar, de embarazo adolescente y el uso de drogas (Committee for Children, 2012). También existen varios estudios que señalan que las habilidades en los seres humanos están relacionadas con la autorregulación emocional. Los niños van desarrollando la capacidad de expresar diversas emociones, así como también manejarlas y autorregularlas. Según Housman (2017), los circuitos neuronales que se conectan con la regulación de las emociones, se asocian con funciones ejecutivas las cuales involucran la atención, memoria, flexibilidad cognitiva y las capacidades para poder resolver problemas.

Existen diversos estudios que señalan la importancia de desarrollar habilidades emocionales, debido a que potencia las relaciones con los demás y los comportamientos sociales de los niños. Los infantes empiezan a comprender las emociones que experimentan, y comprenden los efectos que estas causan en los demás, aprenden a expresar sus emociones y de qué manera actuar frente a una situación determinada (Saltali & Deniz, 2010). Las habilidades emocionales, no solo dirigen los propios comportamientos, sino, ayudan a percibir los procesos mentales de los demás y permiten mejorar la manera de relacionarnos con los demás.

Al implementar la educación emocional en las escuelas, los alumnos pueden establecer y cumplir metas positivas, ser más afectivos y empáticos y mostrar preocupación por los demás (Payton, Weissberg, Durlak, Dymnicki, Taylor, Schellinger y Pachan, 2008). Asimismo, van a mantener relaciones positivas entre sus pares y con los adultos, tomaran decisiones responsables y adecuadas pensando tanto en su bienestar personal como en el bienestar de los demás. En un estudio realizado se evidenció que los niños que vivían en un entorno familiar o escolar en el

cual no se fomentaba la educación emocional ni las competencias emocionales, era más probable que los infantes respondieran de manera agresiva frente a ciertas situaciones (Vudali, 2014).

La educación emocional, favorece el desarrollo integral de los alumnos y la capacidad de poder identificar, comprender y reconocer sus emociones. Es primordial promover estrategias para el incremento de competencias básicas para lograr una adecuada autoestima y un equilibrio personal. La educación emocional se debe promover dentro del ámbito familiar y escolar, esta pretende dar respuesta a los problemas sociales que afectan a la sociedad. Es importante destacar que los alumnos que se evidencia un progreso en cuanto a competencias emocionales, aprenden a regular sus emociones, como una estrategia para mejorar su estado emocional y desarrollan actitudes positivas (Alcoser-Grijalva, Moreno-Ronquillo, León-García, 2019).

Según Bierman y Motamedi (2015), en la educación emocional es necesario abordar las habilidades básicas para que apoyen el desarrollo social y emocional de los niños a futuro. Además, esta tiene como objetivo propiciar habilidades socio-emocionales, enfatizando el autocontrol y creando un clima positivo en el aula, en la cual se fomente un ambiente de confianza, de seguridad y de apoyo para el niño.

Para ello, es necesario que desde la escuela se les brinde las herramientas y estrategias necesarias para que los alumnos sepan reconocer y expresar sus emociones. De esta manera, van a poder regularlas y ante una situación difícil van a poder enfrentarla de manera asertiva.

CAPÍTULO 2: ACTIVIDADES PEDAGÓGICAS ORIENTADAS A LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LA MODALIDAD VIRTUAL

El segundo capítulo de la presente investigación comprenderá las actividades pedagógicas orientadas a la educación emocional en la modalidad virtual. Con esta finalidad, se abordarán los siguientes temas: la estructura de las actividades, los contenidos y temas de estas actividades, los recursos que son utilizados para desarrollar las actividades pedagógicas en la modalidad virtual y finalmente, los beneficios de estas basadas en la educación emocional en la modalidad virtual.

2.1. Organización de las actividades

Existen diversas maneras de estructurar las actividades orientadas a la educación emocional, en la I.E. presentada se organiza por bimestres, en cada periodo se aborda un tema distinto. La distribución del tiempo se aborda de la siguiente manera:

Tabla N ° 1. Planificación bimestral

Bimestre	Tema
Bimestre 1	Me conozco a mi mismo y a los demás
Bimestre 2	Las emociones
Bimestre 3	Amistad/empatía
Bimestre 4	¿Cómo comunico mis emociones?

Fuente: Elaboración propia

En cada bimestre se desarrolla un nuevo tema relacionado al manejo de emociones, es esencial mencionar que todos los temas están estrechamente ligados

entre sí. Dentro del tema desarrollado en cada bimestre, existen subtemas para que los alumnos puedan abarcar todos los conceptos necesarios para lograr comprender sus propias emociones como también las emociones de los demás.

Las sesiones se deberían desarrollar durante todo el año escolar y una vez por semana; sin embargo, los docentes no han cumplido con lo señalado y estas actividades se dan dos veces o una vez al mes. En estas sesiones, los alumnos aprenden a identificar, reconocer y regular sus emociones.

2.2. Contenidos de las actividades

En cuanto al Currículo Nacional de Educación Inicial, en la descripción del Área de Personal Social, se menciona cómo los niños a medida que van creciendo, deben ir reconociendo sus emociones y aprendiendo a expresarlas. La primera dimensión de esta área es la dimensión personal, la cual menciona que a partir del desarrollo de esta dimensión permite que los alumnos fortalezcan la capacidad de expresar sus propios sentimientos, deseos y emociones.

De acuerdo a los “Niveles de desarrollo de la competencia: Construye su identidad”. Los niños deben poder seleccionar las estrategias más pertinentes para poder regular sus emociones y comportamientos. Asimismo, ellos deben explicar el por qué de sus emociones y comportamientos y los deben regular utilizando estrategias adecuadas. De esta manera, deben expresar sus emociones y comprender el motivo de estas. En cuanto a las capacidades que se deben desarrollar los niños de Ciclo I y Ciclo II deben poder autorregular sus emociones. Hacia los cinco años, el desempeño que corresponde es:

Expresa sus emociones; utiliza palabras, gestos y movimientos corporales e identifica las causas que las originan. Reconoce las emociones de los demás, y muestra su simpatía, desacuerdo o preocupación. Ejemplo: El niño dice que está molesto porque en casa le llamaron la atención por no tomar rápido el desayuno (MINEDU, 2016, p.79).

Algunos aspectos que favorecen el desarrollo de las competencias del Área de Personal Social relacionadas a las emociones son las siguientes: es importante que los docentes como los padres de familia acompañen al infante en el proceso de regular sus propias emociones, deben facilitar un vocabulario adecuado para que se expresen correctamente lo que sienten y poder comprender sus emociones. En el Currículo

Nacional de Educación Inicial, en el Área de Personal Social, las emociones son fundamentales, los niños deben aprender a expresar sus emociones y autorregularlas, el docente debe ser un guía en este proceso.

En relación a las actividades que se llevan a cabo en la I.E., cada una cuenta con un objetivo de aprendizaje que está orientado a que los alumnos desarrollen la capacidad de identificar, reconocer y expresar sus emociones. Esto va a permitir que las puedan manifestar de distintas maneras a partir de las actividades planteadas y adaptadas al nuevo contexto.

A continuación, se presentarán tres actividades que se desarrollaron durante el semestre.

Tabla N ° 2. Actividad 1

Nombre	Duración	Objetivos	Actividad
Cada uno es especial	20 minutos	Contar los cambios que han ocurrido en sus vidas.	Leer el cuento "Cada uno es especial" de Emma Damon. Todos somos diferentes: nuestra familia, nuestra casa, físicamente, lo que sentimos. Leer el cuento e ir preguntándoles cómo son ellas y qué les gusta hacer. Reconocer que somos diferentes y que eso nos hace únicas y especiales. Preguntarles qué las hace especiales a ellas.

Fuente: Elaboración propia

Tabla N ° 3. Actividad 2

Nombre	Duración	Objetivos	Actividad
Expresando nuestras emociones	20 minutos	Expresar con confianza y creatividad en más de un idioma y de muchas maneras. Colaborar de manera efectiva, escuchando atentamente a las perspectivas de los demás.	Conversación libre sobre cómo se sienten, qué están haciendo en casa, etc. Preguntar si quieren contar algo, compartir un juego con sus amigos.

Fuente: Elaboración propia

Tabla N ° 4. Actividad 3

Nombre	Duración	Objetivos	Actividad
¿Qué es lo que siento?	20 minutos	Expresar y reconocer las emociones propias y las de los demás. Colaborar de manera efectiva, escuchando atentamente a las perspectivas de los demás.	Se les muestra una presentación en PPT sobre cada emoción con una imagen de un niño. Se les pregunta cuál es esa emoción y cuando la han sentido. Los alumnos van compartiendo sus experiencias.

Fuente: Elaboración propia

Estas actividades generalmente se dividen en dos partes. En la primera parte, el docente introduce el tema que se va a llevar a cabo durante la sesión. Esta generalmente se inicia con un diálogo basado en preguntas. La segunda parte, es el desarrollo de la sesión, para la cual se utilizan distintos recursos como PPT y cuentos que permiten lograr un aprendizaje divertido y significativo para los alumnos.

2.3. Estrategias pedagógicas para las actividades de educación emocional

Existen diversas estrategias que tanto los docentes como los padres de familia pueden utilizar para desarrollar actividades pedagógicas relacionadas a la educación emocional en la modalidad virtual. Como fue mencionado en el Capítulo 1, la educación emocional es esencial, especialmente en la etapa de inicial.

A continuación, se van a considerar tres estrategias para llevar a cabo las emociones en la etapa de inicial. Es esencial que cada estrategia permita que los alumnos tengan un aprendizaje significativo. Estas estrategias son: la narración y dramatización de cuentos, el mindfulness y la expresión artística.

2.3.1. Narración y dramatización de cuentos.

La primera estrategia a tomar en cuenta es la narración y dramatización de cuentos. Esta es una gran estrategia para realizar actividades relacionadas a la educación emocional, dado que por su diversidad permiten llevar a cabo cualquier contenido en la etapa de inicial. Es una estrategia de fácil acceso, adecuada y apta para los niños. A través de la narración y dramatización de cuentos, los alumnos reconocen y gestionan sus propias emociones y las de los demás. Estos conllevan a

que los alumnos piensen, reflexionen y desarrollen la imaginación y creatividad. Asimismo, esta es una estrategia que ayuda a que los infantes compartan experiencias propias. Esto se debe a que, muchas veces los alumnos se sienten identificados con los personajes del cuento y con lo que les sucede. Ellos, también reconocen situaciones y sentimientos similares no necesariamente vividas por ellos mismos, sino, por alguien cercano a ellos (Buj, 2017).

Según Martínez (2017), esta es una estrategia muy relevante, debido a que transmite valores de manera lúdica y didáctica, los niños disfrutan mucho de dicha actividad y al mismo tiempo promueve su creatividad e imaginación. A través de esta, los infantes conocen y reflexionan acerca de situaciones y problemas que surgen en el día a día.

Al utilizar la narración y dramatización de cuentos como estrategia didáctica, generalmente estos se acompañan de una actividad posterior para concretar los aprendizajes y ponerlos en práctica. Esta actividad puede realizarse a través de un diálogo con preguntas, a través de manualidades, expresión corporal etc. Algunos de los cuentos utilizados para abordar las emociones son: “El monstruo de colores”, “Cuando estoy...”, “Monstruo Triste, Monstruo Feliz”, “El pez arcoíris”, etc. Todos estos cuentos permiten que los niños identifiquen y reconozcan sus emociones y las de los demás. Adicionalmente, estos cuentos plantean situaciones familiares para los niños y a través de la identificación personal desarrollen la empatía (Martínez, 2017).

Asimismo, existen diversas plataformas en internet, en las cuales se brindan una gran variedad de cuentos virtuales; de esta manera, los docentes pueden utilizar estas herramientas para continuar con las actividades virtualmente. Al ser las sesiones de clases virtuales, las actividades deben ser aún más dinámicas y participativas, debido a que los niños al estar escuchando el cuento frente a una computadora, su tiempo de atención va a ser menor que si la clase se diera en un aula de forma presencial.

2.3.2. Mindfulness.

El segundo de los recursos antes mencionados es “Mindfulness”. La modalidad virtual ha implicado varios cambios en las rutinas y estilos de vida de los alumnos. Para las alumnas, ha sido un cambio radical el tener que adaptarse a una modalidad virtual a tan corta edad. Han surgido varias emociones ocultas y muchas veces se

quedan atrapadas al no saber cómo expresarlas o qué hacer con estas. Un recurso muy poderoso para poder regular las emociones es el “Mindfulness”. Esta desarrolla la capacidad de estar consciente de cada momento de tu vida y prestar atención a todo lo que pasa en tu entorno y en tu interior. Cuando los niños empiezan a practicar mindfulness, baja su nivel de angustia, el estrés, los comportamientos negativos, duermen mejor, mejoran su autoestima y les permite regular sus emociones (Weare, 2012).

Según Salcido (2014), la regulación emocional es fundamental en el mindfulness. Una práctica continua de mindfulness va a ayudar con la regulación de los estados emocionales. Además, todos los seres humanos experimentamos emociones difíciles que nos causan dolor y sufrimiento, ello nos puede conducir a tomar acciones o conductas inapropiadas o llevarnos a situaciones de conflicto en las relaciones con los demás.

Los seres humanos pueden tratar de suprimir y guardar emociones que les causa algún malestar al no saber cómo expresarlas, esto ocasiona a que empeore la situación, ya que los sentimientos y emociones saldrán a flote nuevamente y quizás con más fuerza. Sin embargo, cuando estas emociones son abordadas con una actitud de “mindfulness”, las personas van a ser capaces de permanecer presentes, reconocerlas y aceptarlas. Esto va a posibilitar que frente a una emoción de desagrado, los niños puedan reconocer, aceptar y regular la emoción y ello lo llevará a tomar acciones de una manera más asertiva. Ello le permitirá entablar relaciones más saludables con los demás, tanto con sus pares como con los adultos.

Existen diversas formas de realizar actividades relacionadas al mindfulness en inicial, Bisquerra (2020) propone algunas maneras de cómo realizar actividades orientadas a mindfulness. En un comienzo, los niños necesitan ir prestando atención a su respiración, cerrar los ojos y concentrarse en el ritmo de su propia respiración mientras el docente va guiando la actividad. Al comienzo los niños no van a poder mantener la atención sin hablar y con los ojos cerrados por mucho tiempo; es por ello, que se debe iniciar la actividad con una duración de entre 1-2 minutos e ir aumentando el tiempo progresivamente. Luego, el docente puede realizar preguntas como: ¿Te ha sido difícil mantener la atención en tu respiración? ¿Cuántas veces has estado pensando en otras cosas?

Es esencial, realizar ciertas adaptaciones para la modalidad virtual. Esto se debe al hecho que cada alumno va a estar en un ambiente distinto y se debe anticipar la actividad para que los padres de familia encuentren un lugar apropiado y calmado en casa para así evitar distracciones.

2.3.3. La expresión artística.

La tercera estrategia es la expresión artística. Esta es una manera espontánea y creativa para expresar las emociones. Considerando que los niños aún no tienen el lenguaje apropiado para expresar lo que realmente sienten, la expresión artística, es una manera de expresar las emociones de manera no verbal. Existen diversas maneras de utilizar esta estrategia en las actividades relacionadas a la educación emocional. Estos son: la música, las actividades gráfico-plásticas y el movimiento corporal (Paños, 2016). El arte es uno de los instrumentos más poderosos para que los alumnos expresen sus emociones de una manera abierta y lúdica.

Existen muchas maneras de llevar a cabo las actividades relacionadas con la música y el movimiento corporal. Según Uñó (2013), la música se emplea para poder conectar las emociones, esta es un medio de comunicación que permite que los alumnos se expresen libremente. Esta es un lenguaje que produce distintas emociones como: tristeza, felicidad, miedo, sorpresa, etc. La música es una forma de comunicación que está presente en la vida de los alumnos, a partir de actividades en las que se trabaja la música y las emociones, los niños van a poder reconocer e identificar sus emociones.

Una forma de hacerlo es creando un diálogo en el cual los alumnos y el docente crean juntos un movimiento distinto para expresar cada emoción. Esto va a permitir que los alumnos verbalicen sus emociones y expresen en qué circunstancias se sienten de esa manera y luego utilizan su cuerpo para expresarlo de una manera lúdica y divertida. La música es muy útil, se pueden utilizar ritmos variados para que los niños se muevan de acuerdo al ritmo de la música y comenten con qué emoción relacionan ese ritmo o canción. Esto va a permitir, poder identificar ciertas emociones, ya que las van a verbalizar y explicar por qué consideran que ese ritmo se relaciona con tal emoción; de esta manera los niños comentarán acerca de sus propias experiencias con ciertas emociones.

En cuanto a las actividades gráfico-plásticas, estas favorecen la exploración y expresión de emociones, debido a que son una forma de comunicación no verbal (Duncan, 2007). De esta manera, también ayudan en cuanto al desarrollo personal y emocional de las personas. Las personas, muchas veces clasifican las emociones por colores, al momento de realizar actividades gráfico plásticas, van a representar sus emociones a través de los diversos colores que utilizan.

Asimismo, estas actividades también se pueden desarrollar luego de leer un cuento. En este caso, se realizan preguntas sobre el cuento cómo por ejemplo: ¿Cómo te sientes luego de leer el cuento?, ¿Cómo crees que se siente el personaje principal?, ¿Cómo se hubiera sentido si las cosas habrían sido distintas?, etc. A continuación, brindaré algunas opciones para realizar con los alumnos luego de este diálogo que se lleva a cabo en el aula. Los alumnos, a partir de este diálogo harán un dibujo utilizando colores. Se les puede dar opciones para que dibujen, una puede ser de cómo se sienten cuando están en la misma situación que el personaje principal o cómo se sienten en este momento después de haber leído el cuento. Además, los niños pueden actuar cómo se sienten a partir de haber leído este cuento y sus compañeros adivinan qué es lo que están sintiendo. Existen diversas maneras para llevar a cabo actividades relacionadas a la educación emocional utilizando la estrategia de la expresión artística, es de suma importancia que el docente encuentre la actividad más adecuada en relación a las características y necesidades de los alumnos.

La modalidad virtual implica varias adaptaciones a estas alternativas, en el caso de las actividades corporales, el docente puede grabar un video en el cual ella propone los movimientos según la emoción y los niños la imitan. En el caso que se conecten a través de una plataforma digital, todos los alumnos deben prender sus cámaras y el docente debe poner la música para que ellos realicen distintos movimientos por turnos. Asimismo, la actividad gráfico-plástica, se puede realizar a través de una plataforma que permita que los alumnos dibujen en las pantallas o en un papel y compartir sus dibujos con el docente y sus pares.

A partir de la modalidad virtual, se pueden utilizar diversas estrategias para desarrollar las emociones con los alumnos de educación inicial, pero para ello es importante realizar las adaptaciones al contexto actual, lo que posiblemente va llevar a variaciones en las actividades. Sin embargo, las actividades deben responder a los objetivos elegidos en la planificación bimestral

2.4. Rol del docente en la educación emocional

El docente tiene un rol primordial en cuanto al desarrollo de las actividades relacionadas a la educación emocional. Según Gélves, Ipia y Paternina (2016), el maestro debe identificar las emociones de los estudiantes, se debe comprometer a llevar a cabo actividades que sean pertinentes a la edad de los alumnos y que vayan de acuerdo con sus necesidades. Por otro lado, debe promover un diálogo continuo con los estudiantes para que de esta manera, ellos reflexionen acerca de lo que aprenden.

Además, los docentes deben promover actividades que permitan a los alumnos desarrollar competencias emocionales; de esta manera, ellos van a comprender sus emociones y van a poder expresarlas de manera adecuada y pertinente. Para aquello, es necesario que el profesor lleve a cabo sesiones lúdicas y creativas y que estas vayan acompañadas con recursos adecuados, para que los niños se sientan cómodos de poder verbalizar sus emociones y expresarlas (De Celis, 2017).

En el desarrollo emocional de los infantes, el docente cumple un rol de formador y modelador. Si se presenta una situación en el aula en el cual los alumnos deban expresar sus emociones el profesor debe hacer un manejo de emociones adecuado, teniendo en cuenta las características de sus estudiantes. En este tipo de situaciones, el rol que asuma el docente es primordial, debido a que debe fomentar un ambiente seguro y de confianza para que los alumnos puedan expresar sus emociones sin temor (Calderón, González, Salazar y Washburn, 2014).

Es esencial que las actividades que desarrollan los docentes, sean dinámicas y creativas y que el docente tome en cuenta las necesidades de los alumnos. Según Aresté (2015), las actividades que se llevan a cabo deben ser atractivas para los niños y al ejecutarlas se debe respetar las individualidades de cada uno y si es necesario se debe adaptar la actividad. Además, debe haber un clima de confianza y acogedor y en el aula para lo cual es imprescindible promover relaciones sanas y positivas y actitudes de respeto y tolerancia entre los alumnos.

Según Medina (2017), los docentes, especialmente en la etapa de inicial, deben aplicar actividades a partir de situaciones cotidianas que obtengan competencias emocionales en los niños. Es de suma importancia incluir estrategias para ayudar a que los alumnos tengan alguna necesidad emocional y proponer espacios adecuados para que puedan compartir y liberar todas sus preocupaciones, temores o fastidios.

Los docentes son los que pasan mayor parte del tiempo con los alumnos, están presentes en diversas situaciones que suceden en el día a día en el cual los estudiantes expresan sus emociones. Es por ello, que el maestro es un modelo a seguir y puede modificar la conducta de sus alumnos a través de ejemplos. El profesor es un guía, los alumnos las fuentes consideradas son los estudiantes y docente de una sección de 5 años muchas veces van a imitar sus comportamientos y manera de actuar, es su deber formar a personas integrales y con valores (Calderón, et al. 2012).

2.5. Beneficios de las actividades pedagógicas basadas en Educación Emocional en la modalidad virtual

Las actividades pedagógicas relacionadas a la educación emocional permiten que los niños comprendan, reconozcan y expresen sus emociones. Para muchos niños, es difícil poder verbalizar lo que sienten; sin embargo, a través de las actividades pedagógicas los estudiantes expresan con facilidad y naturalidad sus emociones. Es fundamental explicarles que cada persona tiene emociones distintas y eso está bien. Muchas veces las emociones quedan atrapadas por no saber de qué manera expresarlas ni cómo manejarlas. Según Merino (2017), los objetivos de estas actividades son: brindar conocimientos y estrategias necesarias a los alumnos para que expresen sus emociones de manera adecuada y que los alumnos respeten los sentimientos de los demás. En este caso, se desarrolla la empatía, el respeto, la tolerancia y el aprender a escuchar; cualidades claves para su desarrollo. Asimismo, crea un clima de confianza y promueve un ambiente positivo y acogedor en el aula.

Además, al desarrollar actividades relacionadas a la educación emocional, se desarrolla la conciencia emocional. Ello implica ser consciente de las emociones propias y la de los demás. Asimismo, se promueve la regulación emocional que permite desarrollar estrategias para autorregular las emociones, la autonomía emocional que se basa en tener una autoestima positiva, las habilidades sociales que posibilitan tener una mejor relación con los demás y las competencias para la vida y el bienestar (Merino, 2017).

En las actividades pedagógicas que se llevan a cabo, se consideran los temas a abordar. En cuanto a la metodología, esta también se adapta a las características y necesidades según la edad y el nivel de madurez del infante (Sanjuán, 2014). Los

materiales y recursos utilizados deben ser didácticos para que los alumnos aprendan de manera lúdica y dinámica. Esto va a permitir que los niños logren un aprendizaje significativo y un desarrollo integral óptimo.

De esta forma, el reto principal consiste en que los docentes deben estar capacitados para llevar a cabo actividades que promuevan el desarrollo integral y el crecimiento emocional de los alumnos. Además, para que las actividades sean efectivas, no se deben realizar de forma aislada, estas deben estar integradas como parte de la currícula y deben estar articuladas con las otras actividades que se llevan a cabo en el aula. Esto va a permitir que los alumnos tengan un aprendizaje significativo y articulado dado que las actividades estarán orientadas a sus características individuales y necesidades.

La educación emocional va a permitir que los seres humanos tengan un mejor conocimiento de uno mismo. A través de las actividades pedagógicas los alumnos comprenden mejor sus emociones y van a adquirir un mayor control de cómo regularlas. (Ortega, 2010). Las actividades pedagógicas que se llevan a cabo relacionadas a este tema, van a permitir que los alumnos adquieran competencias emocionales y de esta manera logren autorregular sus propias emociones.

Al desarrollar sesiones de clase relacionadas a las emociones los estudiantes se van a apropiar del vocabulario adecuado para describir y expresar cómo se sienten. De esta manera, van a nombrar sus emociones “hoy me siento...” y no las van a reprimir. Además, a través de estas actividades, los alumnos van a regular de una manera más adecuada sus respuestas o comportamientos impulsivos, debido a las diversas estrategias que brinda el docente. En situaciones de conflicto, los alumnos van a aprender a tolerar la frustración y el enojo, y comprender que hay situaciones que suceden; sin embargo, lo importante es de qué manera actuamos luego y qué soluciones encontramos (López, 2005).

Según el World Economic Forum (2016), las actividades que se llevan a cabo en las escuelas relacionadas a las emociones tienen diversos beneficios. Estas actividades permiten que los alumnos no únicamente se enfoquen en lo académico, si no, colaboren entre ellos y aprendan a comunicarse entre sí. Las habilidades sociales y emocionales que los estudiantes desarrollan en estas actividades los preparan para las demandas del mundo laboral y de la sociedad. Algunas de las habilidades que se desarrollan a través de la educación emocional son las siguientes:

el pensamiento crítico, poder solucionar problemas, creatividad, comunicación, colaboración, adaptabilidad, liderazgo, iniciativa, curiosidad y conciencia social y cultural. Todas estas habilidades son de suma importancia para las futuras generaciones y para poder adaptarse en la sociedad en la que vivimos.

Teniendo en cuenta todos los aspectos positivos que implican las actividades pedagógicas relacionadas a la educación emocional, es primordial que se apliquen en las escuelas y durante todo el año escolar sin excepciones. A partir de estas actividades, los alumnos aprenden a desarrollar competencias emocionales, las cuales permiten que puedan expresar sus emociones adecuadamente y puedan autorregularse. Las actividades que se llevan a cabo deben ser dinámicas, motivadoras y funcionales (Hurtado, 2015).

Es aún más esencial que se lleven a cabo actividades de educación emocional dado el contexto actual por el que estamos atravesando, ya que dada la modalidad virtual, se están perdiendo muchos aspectos de vital importancia para el desarrollo integral de los alumnos, como lo son: la socialización, la exploración, el contacto con sus pares, etc.

En resumen, las actividades pedagógicas de educación emocional, son una forma dinámica para que los niños puedan expresarse, expresar espontáneamente sus molestias, sus miedos o cualquier otro sentimiento que los agobie y comprendan que no está mal sentirse así y que no son los únicos que se están sintiendo así. Es primordial dialogar acerca de estas emociones para que los docentes propongan estrategias y actividades de acuerdo a las necesidades de los niños con el objetivo ayudarlos a reconocer, comprender y regular sus emociones.

PARTE II: INVESTIGACIÓN

CAPÍTULO 3: DISEÑO METODOLÓGICO

3.1. Tipo de investigación

El enfoque metodológico utilizado para esta investigación es cualitativo. Como lo menciona Mesías (2010), el enfoque cualitativo es aquel que estudia las actividades de las personas. De esta manera, se le otorga gran importancia al contexto y al significado del comportamiento de las personas. Se observa la realidad como realmente es, con las ideas, actos y sentimientos de las personas. El enfoque cualitativo va a depender de los datos que el investigador obtenga y las observaciones que se puedan interpretar objetivamente. Asimismo, la información que se encuentra debe ser únicamente de la observación directa, de la comprobación y la experiencia que tenga el investigador. El conocimiento de esta observación, debe basarse en el análisis de los hechos reales de los cuáles a partir de ello, se debe realizar una descripción objetiva, clara y completa de manera objetiva.

El nivel de investigación es descriptivo, lo cual consiste en conocer la situación que uno observa, analizar las costumbres y actitudes a partir de una descripción exacta y precisa acerca de estas actividades o personas. Asimismo, el investigador caracteriza una situación concreta describiendo cada aspecto a detalle. En este caso, los investigadores, deben recoger los datos a partir de la hipótesis planteada y estos datos luego son analizados para llegar a los resultados (Morales, 2010). Por otro lado, Rojas (2015), menciona que la investigación descriptiva tiene como objetivo describir los hechos de una situación. El investigador observa, se pregunta y registra; de esta

manera, describe el hecho sin modificar lo que observa. Esta permite describir la situación real que va a ser utilizada posteriormente para realizar un análisis.

El método utilizado en esta investigación es un estudio de caso que se llevará a cabo en una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores. Un estudio de caso se basa en conocer y comprender la particularidad de una situación concreta. El investigador conoce una realidad o un caso, este pretende identificar y describir los distintos factores que tienen influencia en el caso estudiado (López, 2013). Para esta investigación se utilizó un estudio de caso para poder describir las actividades pedagógicas orientadas a la educación emocional en la modalidad virtual. De esta manera, se registró toda la información que sea relevante para el desarrollo de la investigación.

Es primordial investigar y enfatizar este tema, debido a que la educación bajo la modalidad virtual se ha convertido en una nueva realidad. Ahora más que nunca tienen la necesidad de expresar, entender y procesar sus emociones. Las participantes de esta investigación son de género femenino, conformado por las alumnas de una sección de 5 años de una I.E. particular del distrito de Miraflores y la docente colaboradora de esta misma sección.

3.2. Objetivos

La pregunta que guía esta investigación es: ¿Cuál es el impacto de la aplicación de actividades pedagógicas de educación emocional en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores? El objetivo general es analizar la implementación de actividades pedagógicas orientadas a educación emocional en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores. Asimismo, se elaboraron dos objetivos específicos de acuerdo a este. El primero, es identificar la importancia de la educación emocional en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores. El segundo, es describir las actividades pedagógicas orientadas a la educación emocional que se realizan en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores.

3.3. Definición de categorías o variables

Se elaboraron dos categorías a partir de los objetivos planteados. La primera categoría es la “Educación emocional”, la cual abarca conceptos y definiciones acerca de las emociones y la educación emocional. La segunda categoría es “Actividades pedagógicas basadas en la educación emocional”, la cual incluye la organización y contenidos de estas actividades, como también el rol del docente y los beneficios de estas actividades. A continuación, se presentará una tabla con las categorías y subcategorías:

Tabla N ° 5. División de las categorías

Categorías	Subcategorías
Educación emocional	<ul style="list-style-type: none">- La conceptualización de las emociones y la educación emocional- Clasificación y expresión de emociones- Importancia de la educación emocional
Actividades pedagógicas basadas en la educación emocional	<ul style="list-style-type: none">- La aplicación de actividades pedagógicas- Educación virtual

Fuente: Elaboración propia

3.4. Metodología

3.4.1. Fuentes e informantes. Para el presente estudio, las fuentes consideradas son los estudiantes y docente de una sección de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores. La informante es la docente de la sección. Esta fue seleccionada, ya que es la tutora de la sección y es quien lleva a cabo actividades relacionadas a la educación emocional en la modalidad virtual.

3.4.2. Técnicas e instrumentos. Las técnicas utilizadas en esta investigación son la observación y la entrevista. La observación se realizó durante las sesiones de los días miércoles en las cuales se llevan a cabo actividades orientadas a la educación emocional. Esta, nos permite recalcar las características fundamentales de la información recogida y a partir de este método se establece una relación entre el investigador y la situación que se observa, de la cual se extrae la información para el desarrollo de la investigación. De esta manera, los sucesos que se observaron deben

ser seleccionados y anotados previo a aplicar la técnica para así, registrar la información más relevante (Pulido, 2015).

Por otro lado, la entrevista se realizó a la docente colaboradora de la sección que es motivo de estudio. Esta, es una herramienta que permite recolectar datos, se define como una conversación para obtener información deseada. Además, la información que se obtiene es más completa y profunda, a través de este instrumento se pueden aclarar dudas que surgen y esto asegura tener respuestas más útiles. Asimismo, los instrumentos que se utilizaron para recoger la información son una lista de cotejo y una guía de entrevista, para registrar organizadamente toda la información relevante para el desarrollo de la investigación. La informante de esta investigación es la docente colaboradora.

Para diseñar ambos instrumentos, lista de cotejo (anexo 5) y guía de entrevista (anexo 6), he tomado en cuenta el problema de investigación que es “¿Cómo se implementa un programa de educación emocional en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores?” y los objetivos presentados. En el caso de la validación de instrumentos fue a partir de un juicio de expertos, se le solicitó una carta pidiendo permiso en la cual se explica el problema de investigación, los objetivos y de qué manera se va a aplicar cada instrumento. Luego, la experta envió la retroalimentación y cambios y estos fueron incorporados a la lista de cotejo y guía de entrevista, para que de esta manera se realice un análisis más profundo y obtener mayor información.

4.4.3. Procesamiento de datos. La primera técnica empleada para organizar y analizar la información recogida es una matriz (Anexo 7), la cual me ayudó a organizar la información de las sesiones de clase de la lista de cotejo. De esta manera, voy a poder evidenciar con qué criterios cumplió la docente en cada una de las sesiones. La segunda técnica para recoger la información a partir de la entrevista es una tabla de doble entrada (Anexo 8). De esta manera va a ayudar a organizar de una manera más adecuada las respuestas de la entrevista y verificar que las preguntas planteadas, vayan de acuerdo a las subcategorías establecidas.

4.5. Principios éticos

Los principios éticos que se tuvieron en cuenta para esta investigación son: el respeto por las personas, la integridad científica, la objetividad, el comportamiento profesional, la confidencialidad y la responsabilidad para que se pueda llevar a cabo de manera exitosa. Debe haber un respeto por todas las personas involucradas en la investigación, se debe proteger su identidad y tomar en cuenta sus derechos; así como también es importante que dichas personas participen de manera voluntaria en esta investigación.

Como investigadora, he ejercido un juicio razonable y he sido justa con las personas involucradas y los he tratado de manera igualitaria. Además, he tenido un comportamiento profesional, he sido objetiva y he mantenido la confidencialidad en la investigación para que esta sea transparente y las ideas transmitidas sean las correctas. Como investigadora, he sido responsable frente a la sociedad, ya que he considerado las consecuencias que la investigación implica para todos los que participan de ella.

He seguido ciertos protocolos para asegurar la ética de la investigación. Ha sido necesario elaborar los protocolos de consentimiento informado a las personas que van a ser parte de esta investigación. Para ello, redacté 3 cartas, para la directora, la docente colaboradora y al experto evaluador. Estos protocolos permiten que las personas sepan en qué investigación van a participar y cuál va a ser su rol, es esencial tener su consentimiento y sepan los pasos que se van a llevar a cabo.

CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

En el presente capítulo se presenta el análisis de los resultados obtenidos de la aplicación de los dos instrumentos: la guía de entrevista y la lista de cotejo. A partir de la aplicación de ambos instrumentos se hizo un vaciado de información a una matriz para analizar e interpretar los resultados obtenidos en base al marco teórico de esta tesis. El objetivo principal de esta investigación es analizar la implementación de actividades pedagógicas orientadas a educación emocional en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores. A partir de este objetivo se elaboraron dos categorías, la primera categoría es la educación emocional y la segunda está basada en las actividades pedagógicas orientadas a la educación emocional. Los instrumentos señalados se llevaron a cabo con la finalidad de analizar e interpretar el impacto que tiene la aplicación de actividades pedagógicas orientadas a la educación emocional en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores.

4.1. Categoría 1: Educación Emocional

La primera categoría cuenta con tres subcategorías, estas son: la conceptualización de las emociones y la educación emocional, la clasificación y expresión de emociones y la importancia de la educación emocional. Para poder analizar esta categoría se realizó una entrevista a la docente de la sección de 5 años en base a 11 preguntas. Se utilizó una guía de entrevista y luego una matriz de doble entrada para vaciar la información. Se presentan los resultados obtenidos a partir de las tres subcategorías mencionadas.

A continuación, se presenta la tabla N°6, con las preguntas que se realizaron a la docente en la entrevista acerca de la educación emocional.

Tabla N ° 6. Preguntas de las entrevistas

Nivel: Inicial Sexo: Femenino Tiempo a cargo: 18 años	
E01	¿Qué es para ti la educación emocional?
E02	¿Consideras importante que los niños aprendan a clasificar y reconocer sus emociones? ¿Por qué?
E03	Al clasificar las emociones, ¿Cómo se denominan cada una de ellas?
E04	¿Qué comprende la educación emocional en educación inicial?
E05	¿Qué emociones observas en el aula y de qué manera lo manifiestan las alumnas?
E06	¿Consideras importante realizar actividades relacionadas a la educación emocional? ¿Por qué?
E07	¿Cuáles son los beneficios de las actividades basadas en educación emocional?
E08	¿Qué esperas que las alumnas logren luego de realizar las actividades de educación emocional?
E09	¿Qué criterios se consideran para la planificación de estas actividades?
E10	¿Qué estrategias crees que son esenciales para llevar a cabo estas actividades en la modalidad virtual?
E11	¿Cuál es el rol del docente en la educación emocional?

Fuente: Elaboración propia

4.1.1. Subcategoría 1: La conceptualización de las emociones y la educación emocional.

Como se ha mencionado anteriormente, la educación emocional permite desarrollar conocimientos y habilidades acerca del manejo de las emociones para que los seres humanos puedan afrontar diversas situaciones de la mejor manera; teniendo en cuenta su bienestar personal y el de los demás (Calderón et al., 2012). A partir de la educación emocional los alumnos van a poder autorregular sus emociones y tomar decisiones adecuadas en cuanto a acontecimientos en su vida diaria. De esta manera, Gershon y Pellitteri (2018) mencionan que los niños también van a tener relaciones más sanas y positivas con sus pares y adultos creando un vínculo más significativo.

En cuanto a la conceptualización de las emociones y la educación emocional, Fernández-Abascal y Palmero (citado por De los Ríos, 2014, p.4) describen las

emociones como “un proceso que se activa cuando el organismo detecta algún peligro, amenaza o desequilibrio con el fin de poner en marcha los recursos a su alcance para controlar la situación”. Como se ha mencionado anteriormente, la educación emocional da respuestas a las necesidades sociales de las personas; es un proceso continuo en el cual los seres humanos aprenden a reconocer e identificar sus emociones y las de los demás (Bisquerra, 2011). Esta permite encontrar el bienestar en los seres humanos y que puedan desarrollar competencias emocionales, lo cual posibilita a las personas a adaptarse a un contexto y a las situaciones que surgen en su vida cotidiana. Al respecto, la docente entrevistada afirma que la educación emocional:

Ayuda a los niños a enfrentar diferentes situaciones en la vida. Creo que les ayuda a construir mejores relaciones y resiliencia, ayuda a que los niños puedan lidiar con situaciones de la vida de una mejor manera que quizás no puedan lidiar en casa o en un contexto seguro. (E01)

En ese sentido, en la definición del autor y de la docente, se puede evidenciar que la educación emocional permite que las personas se adapten a diversas situaciones y puedan afrontarlas de una manera más positiva y empática pensando en su bienestar y en el de los demás. Adicionalmente, otro aspecto primordial es que el desarrollar competencias emocionales, va a permitir mejorar la relación consigo mismo y con los demás, ya que se fomentan valores como la resiliencia, la empatía y el respeto entre otros. Esto se debería a la experiencia que la docente entrevistada ha tenido durante las sesiones de clase relacionadas a la educación emocional y ha podido evidenciar qué habilidades han desarrollado sus alumnos a partir de estas actividades. Esto también se debería a la importancia que le da la docente entrevistada a la educación emocional en la planificación de las actividades en el aula, ello debido a la evidencia que ha visto en sus alumnos en el desarrollo de habilidades emocionales y en el manejo de situaciones por parte de los niños en el aula.

La docente entrevistada menciona la resiliencia como una habilidad que los niños desarrollan en la educación emocional. En este sentido, la resiliencia es la capacidad de una persona de reaccionar de manera positiva ante una situación adversa (Cruz, 2012). Es esencial destacar que la resiliencia es un aspecto que también se trabaja desde casa y para lograr que un alumno desarrolle esta habilidad, tanto la familia como la escuela deben de trabajar de manera conjunta.

4.1.2. Subcategoría 2: Clasificación y expresión de emociones. Respecto a la clasificación y expresión de emociones, los autores plantean distintas maneras de cómo clasificarlas. Cada uno considera la manera más apropiada y explicativa según su criterio y estudio. Es importante que para que los seres humanos puedan identificar y reconocer sus emociones y las de los demás, primero deben clasificarlas. La manera más apropiada de clasificar las emociones es en tres categorías: las emociones primarias, las emociones secundarias y las emociones sociales. En la entrevista se le preguntó a la docente cómo ella clasificaba las emociones, ante ello respondió: “En mi caso no clasifico las emociones. En general se ven las emociones más comunes por decirlo así pero no conozco una manera en específico” (E03).

Como se puede apreciar, la docente entrevistada no se guía de un modelo específico de clasificación de emociones. Esto puede ser debido a que la I.E. no cuenta con una manera específica de clasificación y trabajan las emociones de una manera más general sin tomar en consideración un criterio específico. La docente menciona que trabajan las emociones más comunes, esto se debería a que en el aula, se llevan a cabo las emociones que surgen en el día a día de las alumnas. Es importante aludir que al no clasificar las emociones de una manera específica, es más difícil para los alumnas poder identificarlas y reconocerlas, ya que ellos no cuentan con una guía.

Además, para los docentes también puede resultar confuso no seguir un modelo de clasificación de emociones ya que, al momento de planificar y realizar las sesiones de aprendizaje relacionadas a la educación emocional, no van a contar con un criterio claro de clasificación. El contar con un criterio de clasificación, va a permitir que la planificación de las actividades relacionadas a la educación emocional sea más organizada, que estén estructuradas y enfocadas a las emociones que se quieren trabajar a partir del criterio de clasificación.

Asimismo, se le preguntó a la docente si consideraba importante que los alumnos clasifiquen sus emociones, ella mencionó: “Sí, porque es la única forma en que van a poder manejar las emociones, si no saben lo que es, no podrán reconocerlos y no tendrán estrategias para manejarlos” (E02).

La docente entrevistada consideró esencial que los niños clasifiquen sus emociones; sin embargo, esto resulta contradictorio, ya que en la relación a la pregunta anterior, ella respondió que no clasificaba las emociones de acuerdo a un

criterio en específico. Esto se debería, a que la docente entrevistada comprende acerca de la importancia de clasificar las emociones, ya que sin una clasificación, los estudiantes no van a poder tener estrategias para manejar las emociones; sin embargo, no lo aplica en el aula.

La docente entrevistada no utiliza un modelo de clasificación, considero que ello se debe a que en la I.E. no cuentan con uno. Además, como ella señaló anteriormente, aborda las emociones más comunes. Por su respuesta a la pregunta, ella podría considerar que es necesario que los alumnos conozcan las emociones comunes o las que surgen en clase.

Es importante señalar que los alumnos van a clasificar las emociones según lo haga la docente. El clasificar las emociones es de suma importancia, ya que permite describir de qué manera los seres humanos identifican y reconocen sus propias emociones y las de los demás. A partir de ello, la docente debería escoger uno de los modelos que plantean los distintos autores para clasificar las emociones. Para que de esta manera, los alumnos tengan un modelo guía de clasificación para que ellos puedan identificar, reconocer y manejar sus emociones fácilmente.

Además, sería conveniente que la I.E se guíe por un modelo de clasificación de emociones, que responda a las características y necesidades de los alumnos. Es esencial, que haya una capacitación a través de talleres acerca del modelo seleccionado y les permite comprender cómo llevar a cabo actividades de educación emocional de una manera adecuada y significativa para trabajar en la educación emocional en los niños desde la primera infancia.

4.1.3. Subcategoría 3: Importancia de la educación emocional. La educación emocional permite desarrollar habilidades socio-emocionales y mejorar las relaciones intrapersonales e interpersonales. Además, los seres humanos aprenden a reconocer y manejar las emociones y a resolver de una manera más asertiva las situaciones que se les presente en la vida cotidiana. Como mencionado en páginas anteriores, según Valenzuela (2010), el objetivo principal de la educación emocional es brindar herramientas, recursos y estrategias a los alumnos que sean adecuados para que ellos de manera independiente, puedan manejar problemas o situaciones de una manera más adecuada y asertiva.

Se le preguntó a la docente entrevistada qué comprendía la educación emocional, ella brindó la siguiente respuesta:

En los años menores involucran más la educación emocional. A veces lo hacemos en el momento y no tanto como parte del currículo. En nursery y preschool era algo que se conversaba en cada “circle time” al comienzo del día, algo planificado. En nursery tienen “little feelings” y un “feeling chart” y cuando llegabas a la clase tenías que poner cómo te sentías. Las niñas podían elegir si lo quería hablar en clase en circle time. En el caso de Reception, no existe esto, depende de cada profesora o clase si ven las emociones. (E04)

Se puede evidenciar que la docente no contesta directamente a la pregunta y comentó acerca de cómo se abordaba la educación emocional en el primer ciclo de inicial. La docente enfatiza que la educación emocional es importante; sin embargo, ante la pregunta, no logra concretar qué aspectos comprende la educación emocional.

Por otro lado, es esencial que los docentes observen y estén atentos a las emociones que surgen en el aula para poder dialogar acerca de estas y que los alumnos puedan expresar de manera libre sus opiniones y sentimientos de manera espontánea. En relación a esto, se le preguntó a la docente acerca de las emociones que observaba en el aula, ella mencionó:

Puedo ver felicidad, orgullo, creo que lo que falta es un poco de empatía con las demás. Veo frustraciones, chicas que se frustran, se frustran con cosas sociales y no tienen las habilidades sociales para manejar estas situaciones o competencias internas. En el caso de tristeza, hemos visto el año pasado, las niñas son muy expresivas en ese sentido, hay niñas que venían con las emociones al borde, tenías que hablar de sus emociones antes de iniciar la clase. Las niñas expresan sus emociones todos los días en clase y generalmente a través de sus expresiones faciales (E05).

Se percibe en la respuesta, que la docente entrevistada observa atentamente diversas emociones en el aula e identifica que hay algunas emociones que a las alumnas se les hace difícil manejar. Ello se debería a que, en el caso de la frustración, a los estudiantes no necesariamente se les otorga las herramientas y estrategias necesarias para poder manejar esta emoción. Esta emoción se debería trabajar con mayor énfasis ya que se evidencia claramente en el aula. Esta emoción se debe trabajar desde la primera infancia y también desde el ambiente familiar ya que es una emoción recurrente y que se evidencia con mayor énfasis en los adolescentes de hoy, cuyo nivel de frustración es muy elevado y ello conlleva situaciones de conflicto y los lleva a tomar malas decisiones.

Como menciona la docente entrevistada, las alumnas no cuentan con las habilidades sociales para afrontar situaciones de frustración. Es por ello, que a través de las actividades de educación emocional, se debe tomar en cuenta en la planificación, de qué manera trabajar las emociones en situaciones difíciles o complejas con las alumnas, tomando en cuenta situaciones reales que surgen en el aula. Existen muchas situaciones en su vida cotidiana en la cual surgen emociones que les producen algún malestar como la frustración y las alumnas no necesariamente identifican y reconocen la emoción y no comprenden de qué manera abordar la problemática y qué estrategias deben utilizar.

Un aspecto que la docente señala es la falta de empatía de las alumnas, a pesar que no es una emoción, la empatía va en la misma línea de la educación emocional. La empatía es la habilidad de poder comprender cómo se siente el otro. Es importante señalar que en la planificación bimestral se evidencia que el tema a trabajar en el tercer bimestre es la empatía junto con el tema de la amistad. La falta de empatía se podría deber a que en las sesiones de educación emocional no necesariamente se aborda en profundidad este tema o puede ser un tema que recién se empieza a trabajar a partir del tercer bimestre. También se podría deber a que es un tema que se desarrolla paulatinamente con las niñas y en el que se seguirá trabajando en el siguiente bimestre en las actividades de educación emocional que se desarrollen en el aula.

Por otro lado, la docente entrevistada afirma que las alumnas son muy expresivas y que demuestran sus emociones a través de expresiones faciales. Esto permite que la docente pueda identificar las emociones en las niñas y a partir de ello pueda crear un diálogo entre las estudiantes y la docente para poder profundizar y analizar la mejor manera de manejar estas emociones.

4.2. Categoría 2: Actividades pedagógicas basadas en la educación emocional

En cuanto a la segunda categoría, está conformada por dos subcategorías. La primera es la aplicación de actividades pedagógicas basadas en la educación emocional y la segunda es la educación virtual. Para poder analizar la segunda categoría se utilizó una guía de entrevista, esta información fue vaciada en una tabla

de doble entrada. Además, se observaron cuatro sesiones de clase basadas en la educación emocional. Esta información fue vaciada en una lista de cotejo y una guía de entrevista y luego a una matriz para organizar la información. Se mostrarán los resultados obtenidos a partir de las dos subcategorías mencionadas anteriormente.

A continuación, se presenta la tabla N ° 7, con los respectivos indicadores que conformaron la lista de cotejo para realizar las observaciones de clase.

Tabla N ° 7. Indicadores de lista de cotejo

Bimestre: 2 y 3 Sesiones: 4	
Planificación de las actividades	
L01	El tema de la sesión de clase corresponde a la planificación bimestral.
L02	Los objetivos propuestos corresponden a la edad de los alumnos.
L03	Planifica objetivos de aprendizaje para la sesión de clase.
L04	Las actividades desarrolladas tienen objetivos de aprendizaje.
Rol del docente	
L05	Promueve la participación de los alumnos por medio de la expresión y comunicación oral.
L06	Emplea recursos digitales que propician la participación de los alumnos.
L07	Incluye espacios dentro de las actividades en los cuales los alumnos puedan expresar sus emociones de manera espontánea.
L08	Es mediadora para que los alumnos puedan identificar las emociones.
Estrategias	
L09	Utiliza la narración y dramatización de cuentos como estrategia para llevar a cabo la sesión de aprendizaje.
L10	Utiliza el mindfulness como estrategia para llevar a cabo la sesión de aprendizaje.
L11	Utiliza la expresión artística como estrategia para llevar a cabo la sesión de aprendizaje.

Fuente: Elaboración propia

4.2.1. Subcategoría 1: La aplicación de actividades pedagógicas. En cuanto a la aplicación de actividades pedagógicas de educación emocional, se observaron cuatro sesiones que se desarrollaron en el segundo y tercer bimestre del

año escolar en la modalidad virtual. A pesar que se puede apreciar que sí existe una planificación bimestral y semanal en relación a las actividades basadas en educación emocional, el tema de la sesión de clase no necesariamente cumple con esta planificación en todas las sesiones que se han observado. A comienzos del año escolar, se realizaban diversas actividades relacionadas a la educación emocional, al final del año, estas han dejado de tener importancia otorgándose mayor importancia al aspecto académico.

A continuación, se presenta la tabla N ° 8, en donde se identifican las cuatro sesiones que se observaron y los indicadores con los que cumplieron en cuanto a la planificación de las actividades.

Tabla N ° 8. Planificación de las actividades

Indicadores		Planificación de las actividades							
		Sesión 1		Sesión 2		Sesión 3		Sesión 4	
		Si	No	Si	No	Si	No	Si	No
L01	El tema de la sesión de clase corresponde a la planificación bimestral.		X	X		X		X	
L02	Los objetivos propuestos corresponden a la edad de los alumnos.	X		X		X		X	
L03	Planifica objetivos de aprendizaje para la sesión de clase.	X		X		X		X	
L04	Las actividades desarrolladas tienen objetivos de aprendizaje.		X	X		X		X	

Fuente: Elaboración propia

En esta tabla se puede apreciar que en cuanto al primer indicador (L01), este no se cumplió en la primera sesión; sin embargo, sí en las otras tres sesiones. Esto se debería a que en la primera sesión observada la docente desarrolló un tema distinto al que correspondía a la planificación bimestral. Esta era acerca de conocer sus

propias emociones y las de los demás. Ello podría ser debido a que la docente consideró esencial que las alumnas opinen acerca de las actividades virtuales que más disfrutaban y las que se les hacía más difícil para así, comprender sus intereses y puntos de vista y realizar las adaptaciones necesarias. Por este motivo, se desarrolló un tema distinto al planificado en esa sesión de clase.

Es importante que la docente desarrolle la sesión de clase teniendo en cuenta la planificación, ello va a permitir que se cumplan con los objetivos y también que todas las secciones de 5 años estén alineadas en cuanto a actividades de educación emocional. En las otras tres sesiones, la docente sí se siguió con la planificación bimestral y se realizaron las actividades de educación emocional.

En relación al segundo indicador (L02), se percibe que en las cuatro sesiones de clase se cumplió con tal indicador. Esto se debería a que en todas las planificaciones se le otorga mayor importancia a que las actividades realizadas sean pertinentes a la edad de los alumnos. Es por ello, que los objetivos elaborados para las actividades relacionadas a la educación emocional, corresponden a la edad de los alumnos. Esto es de suma importancia, ya que las actividades van a ser orientadas a las características y necesidades de los alumnos y de esta manera van a poder tener un impacto y un aprendizaje más significativo.

En cuanto al tercer indicador (L03), se puede afirmar que en las cuatro sesiones observadas se planifican los objetivos de aprendizaje para la sesión de clase. Esto se podría deber a que las docentes cuentan con una planificación bimestral la cual también involucra objetivos de aprendizaje pensados en las características y la edad de las alumnas.

Teniendo en cuenta el cuarto indicador (L04), se puede apreciar que en la primera sesión la actividad que se llevó a cabo no se cumplió con este. Esto se debería a que al igual que en la primera sesión, como mencionado anteriormente, la docente no siguió la planificación bimestral y realizó otra actividad. Se entiende que la actividad de la primera sesión no contó con los objetivos de aprendizaje. Las otras tres sesiones sí contaron con objetivos de aprendizaje. Estos son de gran importancia, debido a que van a guiar el proceso de enseñanza-aprendizaje de la alumna. Van a ayudar a que el docente pueda elegir los temas de la programación y se siga una estructura y, en el caso de evaluación, poder observar de qué manera los alumnos van progresando

en cuanto a su aprendizaje y los docentes poder guiarse de esto para proponerse metas a cumplir.

A la docente entrevistada se le preguntó acerca de los criterios que considera en la planificación, ella contestó:

Lo que aplica ahora es lo que pasa en el momento. Cuando hubo la pandemia se habla, si fallece alguien, se habla. Es más una necesidad de saber, algo del momento no algo que se trabaja. Pero creo que tienes que empezar a exponer a los niños a cosas como el lenguaje infantil para que se preparen para un problema mayor. Eso es lo que está fallando en la escuela, a veces siento que es parte del currículo pero de manera intrínseca, depende del maestro, lo haces de la manera que crees que es apropiado. Lo hago en la hora del círculo, no sé si todos los profesores lo hacen (E09).

Teniendo en cuenta la respuesta dada por la docente, se puede afirmar que en la escuela se trabaja este tema cuando surge alguna necesidad. Como se evidencia anteriormente, sí existe una planificación en relación a la educación emocional; sin embargo, esta es flexible. Ella menciona que este es un tema que está fallando en la escuela y da a entender que las actividades de educación emocional deben ser planificadas de una manera más adecuada y se debe seguir con esta planificación; no debería depender de cada docente. Si este fuera el caso, en el que dependiera de cada docente, no necesariamente todas involucrarían actividades de educación emocional en la planificación de las sesiones y si lo hicieran, no necesariamente lo harían de la misma manera siguiendo un patrón.

Es esencial que todas las docentes involucren estas actividades en la planificación para que los alumnos desarrollen competencias emocionales y tengan una mejor relación con sus pares y adultos. En este aspecto, cabe resaltar la importancia de la capacitación a las docentes en actividades a realizar y herramientas a utilizar en educación inicial.

Las actividades de educación emocional van a permitir que los seres humanos puedan identificar sus propias emociones y las de los demás y finalmente poder autorregularlas. De esta manera, frente a una situación adversa o de conflicto, podrán enfrentarla de una manera más positiva y tomar una decisión adecuada tomando en cuenta su bienestar y el de los demás. Cabe resaltar que las personas que tienen la habilidad de autorregular sus emociones, construyen relaciones positivas y más saludables (Gershon y Pellitteri, 2018). En este sentido, a la docente entrevistada se

le preguntó si consideraba importante realizar actividades relacionadas a la educación emocional, ella mencionó:

Sí, creo que nos falta un montón, porque es importante para nuestros alumnos, pero se pierde mucho en el currículo. Antes, estaba más involucrado en el colegio, antes las psicólogas entraban a las clases y realizaban actividades relacionadas a la educación emocional. Esto era de manera semanal, les permite a los niños hablar sobre algo que no es académico y verse a sí mismos en otro contexto y los niños necesitan saber que no son los únicos por los que pasan este tipo de situaciones. Las chicas son conscientes que no son las únicas y que a todos les pasa, al abrirse se dan cuenta que no son las únicas. Entre ellas se auto controlan, se calmaban. Hay niñas que saben verbalizar sus emociones, hay otras que les cuesta más (E06).

Se percibe en la respuesta de la docente, que las actividades relacionadas a la educación emocional ya no están involucradas en el currículo como en años anteriores. Considero que debe trabajar este tema de manera transversal y que sea parte de la planificación semanal. Esto se podría deber a que existe una planificación en relación a estas actividades; sin embargo, no se trabaja con consistencia y no hay un seguimiento en relación a los alcances y resultados de las actividades. Estas, si bien se trabajan a lo largo del año escolar, no necesariamente se realizan de forma semanal o con la frecuencia deseada. Es importante ser consistentes y realizar estas actividades con una planificación adecuada para que los alumnos puedan identificar y comprender las emociones y los ayuden a canalizar las mismas a través de diversas estrategias.

La docente, considera que es de suma importancia que sí se lleven a cabo estas actividades, debido a que permite a los alumnos expresar sus emociones. Esto se podría deber a que estas actividades ayudan a los niños a comprender que no son los únicos que se sienten de esta u otra manera y poco a poco van a poder verbalizar sus emociones al ver que sus compañeros comparten sus sentimientos o al darse cuenta que ellos también han pasado por las mismas situaciones.

Existen diversos beneficios de las actividades pedagógicas basadas en la educación emocional. Los estudiantes aprenden a verbalizar y expresar sus emociones de diferentes maneras, ya que muchas veces las emociones pueden quedar atrapadas si es que los alumnos no saben cómo expresarlas y no cuentan con un espacio donde se sientan seguros para hacerlo. Es por ello, que a partir de las actividades de educación emocional, los estudiantes van a conocer diversas

estrategias para manejar sus emociones y respetar las emociones de los demás. Según Merino (2017), a partir de estas actividades, los estudiantes van a desarrollar diversas habilidades y competencias como la empatía, el respeto, la tolerancia, etc lo cual ayudará a tener mejores relaciones interpersonales e intrapersonales además de adaptarse a las situaciones que surgen en su contexto.

Por otro lado, la docente también menciona que el diálogo surge en las actividades de educación emocional. A partir de este diálogo, los alumnos comprenden que no son los únicos que tienen estas emociones o que se sienten de una determinada manera. Al ser conscientes de ello, expresan con mayor facilidad sus emociones y ello permite a los docentes iniciar un diálogo y a partir de este orientarlos en las estrategias que los alumnos pueden utilizar para afrontar ciertas situaciones.

A la docente en la entrevista se le preguntó cuáles eran los beneficios de la educación emocional y ella mencionó:

Uno es tomar conciencia de que otros niños y personas lo atraviesan, comprender sus emociones y saber cómo lidiar con ellas construye una resiliencia en ellos. Que si no entienden cómo se sienten o cómo pueden ayudarse mutuamente o verse a sí mismos o reflejarse en otra persona, es difícil para ellos enfrentarse al mundo exterior. La educación emocional, es una habilidad social, es poder tratar con los demás, ponerse en el lugar de alguien y entender cómo se siente (E07).

En este caso se evidencia que los beneficios que se destacan en la respuesta de la docente coinciden con los autores señalados anteriormente. En estas actividades, los alumnos comprenden sus emociones y aprenden a cómo manejarlas de la manera más adecuada teniendo en cuenta su bienestar personal y el de los demás. Además, en la respuesta de la docente, ella habla acerca de la empatía refiriéndose a la importancia que los estudiantes se puedan poner en el lugar de sus pares y comprendan cómo se sienten para poder enfrentarse al mundo exterior. De esta manera, Merino (2017), también hace referencia a que a través de estas actividades los estudiantes desarrollan la empatía, el respeto, la tolerancia y el aprender a escuchar a los demás.

Esto resulta contradictorio, debido a que en las respuestas anteriores, la docente entrevistada menciona que a las alumnas aún les falta desarrollar la empatía y la resiliencia. Sin embargo, en esta respuesta se evidencia acerca de cómo estas actividades permiten desarrollar estas habilidades. Esto sucede porque en el caso de

las alumnas, están aún en proceso de desarrollar estas habilidades y por ello, se deben seguir trabajando a través de las actividades de la educación emocional.

Se le preguntó a la docente qué esperaba que las alumnas logren luego de realizar estas actividades, ella resaltó:

Que las identifique y reconozcan y que se den cuenta que no son las únicas, eso es algo que creo que las frena mucho, al pensar que solo soy yo y no se habla acerca del tema. Mientras más hables de las emociones, más las entiendes y comprendes que no pasa nada. Creo que se pierde mucho la empatía hacia los demás y ser resiliente. Al aprender cómo lidiar con las emociones y cómo lo hacen los demás, se ponen en el lugar de ellos (E08).

Es importante, como menciona la entrevistada, que a partir de las actividades basadas en educación emocional, los estudiantes puedan identificar y reconocer sus emociones. Esto también permite que tengan mayor confianza para dialogar acerca de cómo se sienten porque aprenden que sus compañeros también pasan por este tipo de situaciones o problemas, comprenden que no son los únicos. Además, es importante que los alumnos se sientan en libertad para expresar sus emociones y sentimientos y que no se sientan reprimidos. Dialogar acerca de cómo uno mismo se siente permite canalizar tus emociones y ayuda a sentirte mejor, ya que expresas tus emociones, no las reprimas.

En relación a la empatía, la docente resalta que esta no se evidencia. Como se ha señalado en líneas anteriores, se evidencia en la planificación del tercer bimestre la empatía y la amistad como el tema a desarrollarse. Esto se podría deber a que en las sesiones de clase, se trabaja la empatía de manera general y únicamente en el 3er bimestre. Sin embargo, este es un tema de suma importancia ya que permite a los estudiantes comprender los sentimientos y la perspectiva de los demás, beneficiando así al crear una sociedad más armoniosa. Según Campos (2017), la empatía ayuda a la tolerancia y a la capacidad de compartir. Las personas que son empáticas, tienen mayor probabilidad de encontrar la felicidad en sí mismos. En ese sentido, en las actividades que se desarrollan en la educación emocional, se deben trabajar temas relacionados a la empatía para que los alumnos puedan ser personas más empáticas y así crear una sociedad más tolerante y justa.

4.2.2. Subcategoría 2: Educación virtual. En relación a la educación virtual, se han tenido que realizar diversas adaptaciones en las sesiones de clase para que

los estudiantes sigan aprendiendo a distancia dada la emergencia sanitaria por el COVID-19. En este sentido, el docente cumple un rol fundamental en estas adaptaciones, ya que es un guía en el proceso de enseñanza-aprendizaje de sus estudiantes. Según Calderón, González, Salazar y Washburn (2014), el docente cumple un rol de formador y guía en el desarrollo emocional de sus estudiantes, fomenta un ambiente seguro y de confianza para que los estudiantes dialoguen acerca de sus emociones de manera espontánea.

En las actividades relacionadas a la educación emocional en la modalidad virtual es importante que los docentes utilicen distintas estrategias para promover la participación de los estudiantes y cree un espacio seguro y de confianza para aprender acerca de las emociones.

A partir de los autores revisados, se consideraron tres estrategias en la lista de cotejo para utilizar en las sesiones de clase de educación emocional, estas son: la narración y dramatización de cuentos, el mindfulness y la expresión artística. En las cuatro sesiones observadas de educación emocional se incluyeron estas tres estrategias como indicadores de la lista de cotejo. A continuación, se presenta la tabla N ° 9, en donde se muestran las estrategias empleadas.

Tabla N ° 9. Estrategias

Indicadores		Estrategias							
		Sesión 1		Sesión 2		Sesión 3		Sesión 4	
		Si	No	Si	No	Si	No	Si	No
L09	Utiliza la narración y dramatización de cuentos como estrategia para llevar a cabo la sesión de aprendizaje.		X	X			X	X	
L010	Utiliza el mindfulness como estrategia para llevar a cabo la sesión de aprendizaje.		X		X		X	X	
L011	Utiliza la expresión artística como estrategia para llevar a cabo la sesión de aprendizaje.		X		X		X		X

Fuente: Elaboración propia

En respuesta al primer indicador (L09), se percibe que se cumplió con este en dos de las cuatro sesiones de aprendizaje. Las sesiones en las que no se utilizaron la narración y dramatización de cuentos, estuvieron basadas en el diálogo y en la presentación de diapositivas acerca de las emociones. Esto se debe, a que la docente ha utilizado otras estrategias y recursos en las actividades basadas en la educación emocional para que estas sean más dinámicas para los estudiantes. Por ello, únicamente ha utilizado esta estrategia en dos de las cuatro sesiones observadas. Cabe resaltar que la narración y dramatización de cuentos fue la estrategia más utilizada a pesar que fue utilizada en dos de las cuatro sesiones ya que, a partir de la modalidad virtual, esta es una estrategia que se adapta a esta nueva realidad fácilmente ya que existen muchas plataformas digitales para promover esta estrategia; es por ello que ha sido la estrategia más utilizada.

Es esencial aplicar esta estrategia en las actividades pedagógicas debido a que, los estudiantes aprenden a reconocer sus propias emociones y la de sus compañeros. Los invita a pensar y reflexionar acerca de la situación presentada en el cuento y de qué manera esta se relaciona con su vida cotidiana. Según Martínez (2017), esta es una estrategia muy asertiva, debido a que a través de los cuentos se transmiten valores y cualidades y también se presentan situaciones similares a las que los alumnos viven diariamente y con las que les es fácil identificarse.

En relación al segundo indicador (L10), se evidencia que la docente utilizó la estrategia del mindfulness en una de las sesiones observadas. En esta se pudo apreciar que la docente utilizó una música calmada de fondo y les enseñó a las alumnas un video para que ellas puedan imitar las figuras que se mostraban como por ejemplo; la figura de la abeja. Además, en esta sesión la docente utilizó nombres de animales para que las alumnas se familiaricen con los movimientos y se enfoquen en todo momento en ese animal a través de los sentidos. Debido a que, para la mayoría de las alumnas era la primera vez que realizaban este tipo de dinámicas y era importante que se centren en un solo aspecto para poder llegar a la meditación.

Esta estrategia es primordial para regular las emociones y que los alumnos tengan un momento para conectarse con ellos mismos y relajarse. Según Weare (2012), el mindfulness cuenta con diversos beneficios como por ejemplo; disminuir el

nivel de angustia y estrés en las personas, mejorar su autoestima y regular de una manera calmada las emociones. Es por ello, que esta estrategia es de suma importancia, especialmente en la modalidad virtual, debido a que los niños al no haber podido salir de sus casas en varios meses debido a las disposiciones del distanciamiento social, por lo cual necesitan más que nunca canalizar su ansiedad y estrés de una manera saludable.

En cuanto al tercer indicador (L11), no se utilizó la estrategia de la expresión artística en las sesiones observadas. Esto se podría deber a que, de las estrategias señaladas en los indicadores, esta se podría considerar la más difícil para adaptar a la modalidad virtual utilizando la plataforma de Zoom. Debido a que, no existen muchos recursos que se puedan utilizar en esta plataforma que fomente la expresión artística en los alumnos.

Es importante mencionar que a pesar de ser la estrategia más difícil de adaptar, sí puede ser utilizada en esta modalidad. La expresión verbal tanto como la artística son igualmente valiosas, tienen un rol importante en el manejo y expresión de las emociones. Considerando que los niños aún no tienen el lenguaje apropiado y el manejo de conceptos para expresar lo que realmente sienten, el lenguaje artístico es una forma de expresar espontáneamente sus emociones a través del arte, de manera no verbal (Duncan, 2007).

Se le preguntó a la docente entrevistada acerca de las estrategias que consideraba para estas actividades, ella respondió:

Como profesora, necesitas una formación adecuada, creo que eso es lo primero. Creo que hay profesores que les cuesta trabajar este tema y no saben cómo enseñarlo. Creo que en los años menores puedes trabajarlo a través de canciones, juegos, libros y más. En los años mayores, podrías trabajar a través de estudios de casos para que relacionen situaciones de la vida cotidiana con estos casos. Lo que realmente es importante es que los maestros escuchen a los alumnos, no pueden reaccionar de una manera negativa. Hay temas que yo hablaría en clase pero no necesariamente daría la opción a que todos tenga que contestar a la respuesta, hay temas que es mejor hablar sola con la profesora (E10).

En este sentido, se puede evidenciar que la docente consideró como estrategias esenciales para las actividades relacionadas a la educación emocional las canciones, los juegos y la narración de cuentos. Sin embargo, utiliza algunas de las estrategias en las actividades relacionadas a la educación emocional, como se ha evidenciado anteriormente. Esto puede ser debido a que, la docente sabe que utilizar

estrategias es importante para que los alumnos comprendan acerca de sus emociones; sin embargo, es difícil adaptarlo a la modalidad virtual. Es por ello, que el recurso que más ha utilizado es la narración y dramatización de cuentos, ya que esta se adapta fácilmente a la modalidad virtual.

Además, enfatiza la capacitación docente a pesar que no es considerado una estrategia; sin embargo, es de suma importancia considerarla para que los docentes sepan de qué manera planificar y llevar a cabo actividades de educación emocional, teniendo en cuenta las características y necesidades de los alumnos. Cada aula tiene sus propias particularidades y es necesario adaptar las actividades de acuerdo a lo que los niños necesitan en ese determinado momento y de acuerdo a las circunstancias por las que atraviesan.

Como mencionado anteriormente, la educación virtual ha involucrado diversos cambios y adaptaciones en las sesiones de aprendizaje de los alumnos para que ellos puedan seguir aprendiendo bajo este nuevo contexto. Asimismo, de las situaciones o problemas que surgen en clase, el profesor debe tener un manejo adecuado prestando especial atención a las emociones de sus estudiantes. Los docentes deben fomentar un ambiente confiable y seguro para que sus alumnos se puedan expresar libremente.

Además, los docentes deben llevar a cabo actividades que sean atractivas para los estudiantes para así despertar su interés y que les permita participar activamente, logrando identificar y expresar sus emociones abiertamente y de manera espontánea. Se puede afirmar que es importante la actitud que el docente manifiesta para posibilitar lo mencionado; ello va a permitir que haya un ambiente de confianza y respeto y las actividades que se desarrollen van a estar orientadas a las necesidades y características de los alumnos. En las cuatro sesiones observadas se observó el rol del docente en las actividades de educación emocional. A continuación, se presenta la tabla N ° 10 en el cual se identificaron cuatro indicadores acerca del rol que tiene el docente en la modalidad virtual.

Tabla N ° 10. Rol del docente

Rol Docente

Indicadores	Sesión 1		Sesión 2		Sesión 3		Sesión 4	
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No
L05 Promueve la participación de los alumnos por medio de la expresión y comunicación oral.	X		X		X		X	
L06 Emplea recursos digitales que propician la participación de los alumnos.		X	X		X		X	
L07 Incluye espacios dentro de las actividades en los cuales los alumnos puedan expresar sus emociones de manera espontánea.	X		X		X		X	
L08 Es mediadora para que los alumnos puedan identificar las emociones.		X		X	X		X	

Fuente: Elaboración propia

En esta tabla se percibe que en cuanto al primer indicador (L05), en todas las sesiones la docente promueve la participación de todos los alumnos. Ello puede ser debido a que la docente considera importante que los alumnos sean partícipes de su proceso de enseñanza-aprendizaje y tengan un rol principal en el. Es primordial que todos los alumnos participen de manera activa para así poder identificar las emociones en las que cada niño debe seguir trabajando a través de las estrategias que emplea la docente.

Como se puede apreciar, en el segundo indicador (L06), no se cumplió únicamente en la primera sesión, debido a que esta sesión se basó en el diálogo entre las alumnas y la docente por lo que no se recurrió a la utilización de recursos digitales. En las otras tres sesiones la docente sí utilizó recursos digitales para promover la participación de las alumnas como por ejemplo; los cuentos infantiles. Esto se podría deber a que estos recursos permiten que los estudiantes tengan un aprendizaje más dinámico y significativo, es por ello que la docente consideró importante incorporarlos en las sesiones de clase.

En respuesta al tercer indicador (L07), se aprecia que en las cuatro sesiones observadas de educación emocional la docente cumple con este indicador. Esto se debería a que, la docente comprende la importancia de que los alumnos expresen sus emociones libremente. Al expresar sus emociones y dialogar acerca de ellas, las van a reconocer y comprender fácilmente. Es rol del docente poder incluir espacios dentro de las actividades de educación emocional que permitan que los niños expresen sus emociones utilizando diversas estrategias. Es importante mencionar que hay estudiantes a los que les cuesta expresar y dialogar acerca de sus propias emociones. Es por ello, que la docente debe cumplir un rol de mediador y guía para promover espacios que inviten a los alumnos a dialogar acerca de cómo se sienten y qué situaciones han surgido para que se sientan de determinada manera.

En relación al cuarto indicador (L08), la docente cumple con este indicador en dos de las cuatro sesiones que se observaron. En las primeras dos sesiones no cumplió con este indicador, ello se podría deber a que en las actividades realizadas, durante el diálogo, no surgió naturalmente el tema de las emociones entre los alumnos y la docente tampoco impulsó para que los alumnos dialoguen acerca de cómo se sentían. Se podría decir que no se facilitó un espacio para que las alumnas puedan identificar sus emociones. Es esencial que a partir de las actividades de educación emocional, los estudiantes puedan identificar sus emociones para que luego las expresen y a partir de ello se cree un diálogo con la docente y sus pares para encontrar estrategias para manejarlas de la mejor manera posible.

A la docente entrevistada, se le preguntó acerca del rol del docente en estas actividades, ella contestó lo siguiente:

Un poco lo que te estaba diciendo antes, tienes que respetar, no puedes dar opiniones, tienes que estar ahí, tienes que contenerlas pero a veces las misses sienten que las chicas son suyas y no dejan que sus alumnas vayan a hablar con otras profesoras. Todas las profesoras son responsables de todos los niños, si algo le pasa a algún niño y tú estás ahí presente, debes tener la habilidad de escuchar y no juzgar. Las profesoras necesitan ser más abiertas (E11).

En esta respuesta, se puede evidenciar que para la docente entrevistada, el rol del maestro es escuchar a sus alumnas, estar presente y atenta y abierta en caso surja una situación en la que algún estudiante quiera o necesite dialogar acerca de sus emociones o quiera compartir alguna situación adversa o problema que haya tenido. Ello se podría deber a que la docente comprende que es esencial brindar

seguridad y confianza a los estudiantes, que se sientan escuchados para que de esta manera estén más abiertos a compartir sus sentimientos y emociones y porque creen que se sienten de determinada manera. Los alumnos se van a sentir en confianza de expresar sus emociones libremente a través del diálogo y la reflexión y van a lograr manejar sus emociones adecuadamente.

A partir del análisis realizado, he podido profundizar y conocer acerca de las actividades pedagógicas orientadas a educación emocional en la modalidad virtual.



CONCLUSIONES

1. En las actividades pedagógicas de educación emocional que se implementan en el aula que es motivo del presente estudio, se evidencia que la docente no utiliza diversos recursos como la expresión artística y el mindfulness en tres de las cuatro sesiones observadas. Los recursos en estas sesiones son esenciales para que las alumnas puedan tener un aprendizaje significativo. Además, tampoco se evidencia que se cuenta con un modelo de clasificación de emociones como referencia para llevar a cabo las sesiones de educación emocional. Sin embargo, los objetivos seleccionados para las actividades de educación emocional, responden a la edad de las alumnas.
2. La educación emocional permite que las alumnas refuercen la escucha activa y generen un pensamiento reflexivo respecto a cómo se siente el otro. Además, abordan problemas o situaciones que se asemejan a aquellas que surgen en la vida cotidiana. A través de las actividades de educación emocional, las alumnas desarrollan habilidades sociales y emocionales como también mejoran sus relaciones interpersonales e intrapersonales.
3. Entre las actividades pedagógicas llevadas a cabo en la sección de 5 años, se ha observado que la docente no utiliza diversos recursos para estas sesiones de aprendizaje, el recurso más utilizado es el cuento. Además, se evidencia que la docente cumple un rol de mediadora, brindando espacios dentro de las actividades para que los alumnos puedan expresar sus emociones.
4. La clasificación de emociones en las actividades de educación emocional en inicial es importante puesto que permite a los estudiantes describir de qué manera los seres humanos identifican y reconocen sus propias emociones y las de los demás. Es por ello, que teniendo de referencia un modelo de

clasificación, van a comprender sus reacciones y como afrontar cada situación o problema, además de identificar y reconocer sus emociones. Sin embargo, las actividades que se realizan en la I.E. no cuentan con un modelo de clasificación, por lo que no se implementa en las sesiones de clase.

5. En la modalidad virtual, la estrategia pedagógica más utilizada por la docente fue la narración y dramatización de cuentos; propiciando que las alumnas puedan identificarse con los personajes y situaciones que surgen en el cuento. De esta manera, se crea un diálogo que permite que las estudiantes puedan expresar sus emociones libremente en las sesiones de clase.
6. La docente también empleó dos otras estrategias en las actividades pedagógicas. Se utilizó la estrategia del mindfulness en una de las actividades, esta estrategia permite disminuir el nivel de angustia y estrés en las niñas. Por otro lado, no se evidencia el uso de la estrategia de la expresión artística en estas actividades, esto se podría deber a la modalidad virtual. Las estrategias pedagógicas logran que las sesiones de clase sean más dinámicas y que los estudiantes logren un aprendizaje significativo.
7. En las actividades de educación emocional que se realizan en la modalidad virtual, la docente mantiene un rol activo dentro de estas, ya que promueve la participación de las alumnas, emplea algunos recursos que les permiten comprender mejor sus emociones. Así también, se generan oportunidades de diálogo y espacios para que las alumnas expresen sus emociones; sin embargo, se observa que no ha sido mediadora para que las alumnas puedan identificar sus emociones.

RECOMENDACIONES

1. Es esencial que los niños de 5 años puedan reconocer, identificar y clasificar las emociones. En este sentido, se sugiere que la Institución Educativa cuente con un modelo de clasificación de emociones, tomando en cuenta las características y necesidades de los estudiantes. Ello, va a permitir que la planificación de sesiones relacionadas a la educación emocional, sea más estructurada y cumpla con los objetivos planteados.
2. Para la planificación de las actividades orientadas a la educación emocional es importante plantear objetivos que respondan a la edad de los alumnos y a sus características. Como también, el tema de la sesión de clase debe corresponder a la planificación bimestral.
3. Se sugiere que los docentes apliquen diversas estrategias que permitan a los alumnos a expresar y dialogar acerca de sus emociones. Si bien en cierta medida, pareciera que ello se ve limitado en la modalidad virtual; sin embargo, los docentes pueden utilizar de manera creativa estrategias como la narración de cuentos, el mindfulness y la expresión artística en las sesiones de clase, para que sean lúdicas y significativas.
4. El rol que cumple la docente es primordial para que los estudiantes puedan expresar y reconocer sus emociones, esto se lleva a cabo a partir de las estrategias que la docente utiliza en la modalidad virtual. Se debe promover un diálogo continuo con los estudiantes para que reflexionen acerca de sus propias emociones y las de los demás. Para que los alumnos se expresen libremente, la docente debe fomentar un ambiente seguro y de confianza, teniendo en cuenta las necesidades que tiene cada uno.

5. Es fundamental que las Instituciones Educativas impulsen capacitaciones relacionadas a la educación emocional. Del mismo modo, en cuanto a la planificación curricular, darle la importancia que el área merece en la formación integral de los estudiantes, de modo tal que, a nivel institucional se cuente con una propuesta a seguir.
6. Las actividades de educación emocional cuentan con diversos beneficios, es por ello que, los docentes deben ser guías en el proceso emocional de los estudiantes. Esto permite que se promuevan actividades lúdicas y atractivas, pensadas en las características y necesidades de los estudiantes, que les permita comprender sus propias emociones y expresarlas de manera adecuada.



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alcoser-Grijalva, R., Moreno-Ronquillo, B., y León-García, M. (2019). La educación emocional y su incidencia en el aprendizaje de la convivencia en inicial 2. *Revista Ciencia UNEMI*, 12(31), 102-115. Recuperado de <http://ojs.unemi.edu.ec/index.php/cienciaunemi/article/view/879>
- Sanjuán, M. (2014). Leer para sentir. La dimensión emocional de la educación literaria. *Impossibilia*, 4, 155-178. Recuperado de <https://digibug.ugr.es/flexpaper/handle/10481/45256/M%209%20-%20Sanjuan.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Aresté, J. (2015). *Las emociones en Educación Infantil: sentir, reconocer y expresar* (Tesis de grado). Universidad Internacional de la Rioja, Barcelona, España. Recuperada de <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/3212/ARESTE%20GRAU%20C%20JUDIT.pdf?sequence=1>
- Bierman, K. y Motamedi, M. (2015). Social and emotional learning programs for preschool children. *Handbook of social and emotional learning: Research and practice*, 135-151. Recuperado de <https://cpb-us-e1.wpmucdn.com/sites.psu.edu/dist/c/29653/files/2015/08/bierman-preschool-in-press.pdf>
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid, España: Síntesis. Recuperado de <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Psicopedagogia%20de%20las%20emociones%20-%20Rafael%20Bisquerra%20Alzina-1.pdf>
- Bisquerra, R. (2011). *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*. Bilbao, España: Desclée de Brouwer. Recuperado de <http://otrasvoceseneducacion.org/wp-content/uploads/2019/04/Educaci%C3%B3n-Emocional.-Propuestas-para-educadores-y-familias-Rafael-Bisquerra-Alzina-2.pdf>
- Bisquerra, R. (2020). Módulo 6: Estrategias para el Desarrollo de Competencias Emocionales. En Diplomatura de especialización en Educación Emocional para una Ciudadanía Responsable. *Letras de Deusto*, 32(95), 45-74.
- Bisquerra, R. y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61-82. Recuperado de <http://e->

spacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:EducacionXXI-2007numero10-823/Documento.pdf

Bisquerra, R. y Pérez, N. (2012). Educación emocional: estrategias para su puesta en práctica. *Avances en supervisión educativa*, (16), 1-11. Recuperado de <https://avances.adide.org/index.php/ase/article/view/502>

Buj, M. (2017). *Cuentos para trabajar las emociones. Gestión emocional para niños y niñas de 3 a 9 años*. Barcelona, España: Horsori.

Calderón, M., González, G., Salazar, P., y Washburn, S. (2012). *Aprendiendo sobre las emociones: manual de educación emocional*. San José, Costa Rica: Coordinación Educativa y Cultural Centroamericana. Recuperado de <https://ceccsica.info/sites/default/files/docs/Aprendiendo-emociones-manual.pdf>

Calderón, M., González, G., Salazar, P., y Washburn, S. (2014). El papel docente ante las emociones de niñas y niños de tercer grado. *Actualidades Investigativas en Educación*, 14(1), 1-23. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/447/44729876009.pdf>

Campos, C. (2017). *Empatía y habilidades sociales*. (Tesis de grado). Universidad Rafael Landívar, Ciudad de Guatemala, Guatemala. Recuperada de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/42/Campos-Carmen.pdf>

Chóliz, M. (2005). *Psicología de la emoción: El proceso emocional*. Valencia, España: Universidad de Valencia. Recuperado de <https://www.uv.es/choliz/Proceso%20emocional.pdf>

Cruz, C. (2012). *Resiliencia en las docentes de educación inicial de instituciones públicas del Callao y Ventanilla*. (Tesis de máster). Universidad San Ignacio de Loyola, Lima, Perú. Recuperado de http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/123456789/1225/1/2012_Mundaca_Resiliencia%20en%20las%20docentes%20de%20educaci%C3%B3n%20inicial%20de%20instituciones%20p%C3%ABlicas%20del%20Callao%20y%20Ventanilla.pdf

Committee for Children (2012). What is Social-Emotional learning? *Committee for Children*. Recuperado de <https://www.cfchildren.org/wp-content/uploads/policy-advocacy/what-and-why-one-pager.pdf>

De Celis, R. (2017). *La Educación Emocional: un reto educativo*. (Tesis de grado). Universidad de Islas Baleares, Majorca, España. Recuperado de https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/3964/de_Celis_Gallego_Rebeca.pdf?sequence=1&isAllowed=y

De los Ríos, A. (2014). Las emociones comprenderlas para vivir mejor. *Asociación Española Contra el Cáncer*, 1-24. Recuperado de <http://sauce.pntic.mec.es/falcon/emociones.pdf>

- Duncan, N. (2007). Trabajar con las Emociones en arteterapia. *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 2, 39-49.
- G Ivez, D., Ipia, I. y Paternina, S. (2016). *El rol del docente para fortalecer el aprendizaje emocional en población en situación del posconflicto* (Tesis de grado). Corporación Universitaria Adventista, Medellín, Colombia. Recuperada de <http://repository.unac.edu.co/bitstream/handle/11254/292/Trabajo%20de%20grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- García, J. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista educación de la Universidad de Costa Rica*, 36(1), 97-109. Recuperado de <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/view/455/9906>
- Gershon, P., y Pellitteri, J. (2018). Promoting Emotional Intelligence in Preschool Education: A Review of Programs. *International Journal of Emotional Education*, 10(2), 26-41. Recuperado de <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1197563.pdf>
- Housman, D. (2017). The importance of emotional competence and self-regulation from birth: A case for the evidence-based emotional cognitive social early learning approach. *International Journal of Child Care and Education Policy*, 11(1), 1-19. Recuperado de <https://link.springer.com/content/pdf/10.1186/s40723-017-0038-6.pdf>
- Hurtado, M. (2015). *Educación emocional, programa y guía de desarrollo didáctico*. Murcia, España: Región de Murcia.
- Jones, S., y Bouffard, S. (2012). Social and emotional learning in schools: from programs to strategies and commentaries. *Social policy report*, 26(4), 1-33. Recuperado de <https://srcd.onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1002/j.2379-3988.2012.tb00073.x>
- López, E. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 153-167. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927009.pdf>
- López W. (2013). El estudio de casos: una vertiente para la investigación educativa. *Educere*, 17(56), 139-144. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/356/35630150004.pdf>
- Martínez, L. (2017). *El cuento como herramienta para trabajar la educación emocional*. (Tesis de grado). Universidad de Valladolid, España. Recuperada de <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/24164/TFG-B.1008.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Marulanda, Z. (2010). *Social and Emotional Learning Strategies to Support Students in Challenging Schools*. (Tesis de máster). Dominican University of California,

California, Estados Unidos. Recuperada de <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED509463.pdf>

Medina, A. (2017). *La importancia del Desarrollo Emocional en el Aula* (Tesis de grado). Corporación Universitaria Lasallista, Antioquia, Colombia. Recuperada de http://repository.lasallista.edu.co/dspace/bitstream/10567/2177/1/Importancia_De_desarrollo_Emocional_Aula.pdf

Merino, S. (2017). *La carpeta de las emociones: Proyecto didáctico para segundo ciclo de Educación Infantil* (Tesis de grado). Universidad Internacional de la Rioja, Barcelona, España. Recuperada de <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/La%20carpeta%20de%20las%20emociones%20.%20Proyecto%20Did%C3%A1ctico.pdf>

Mesías, O. (2010). *La investigación cualitativa* (Trabajo de grado). Universidad Central de Venezuela, Caracas, Venezuela.

Ministerio de Educación. (2016). *Programa curricular de Educación Inicial*. Lima, Perú: Ministerio de Educación. Recuperado de <http://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/programa-curricular-educacion-inicial.pdf>

Morales, F. (2010). Conozca 3 tipos de investigación: Descriptiva, Exploratoria y Explicativa. *Hum 161*, 1-48. Recuperada de https://www.academia.edu/8101101/Conozca_3_tipos_de_investigacion

Muslera, M. (2016). *Educación Emocional en niños de 3 a 6 años* (Tesis de grado). Universidad de la República, Montevideo, Uruguay. Recuperada de <https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/7816/1/Muslera%2c%20Marcela.pdf>

Ortega, M. (2010). La educación emocional y sus implicaciones en la salud. *Revista Española de orientación y psicopedagogía*, 21(2), 462-470. Recuperado de <http://e-spacio.uned.es/fez/eserv.php?pid=bibliuned:revistaREOP-2010-21-2-5230&dsID=Documento.pdf>

Ortiz, R. (2017). *La importancia de la educación emocional en el desarrollo integral del alumno de primaria* (Tesis de grado). Universidad de Islas Baleares, Majorca, España. Recuperada de https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/3952/Ortiz_Lopez_Raquel.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Paños, S. (2016). *Trabajando las emociones en el aula de Educación Infantil a través del arte* (Tesis de grado). Universidad Internacional de la Rioja, Barcelona, España. Recuperada de <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/4487/PA%C3%91OS%20PA%C3%91OS%2C%20SANDRA.pdf?sequence=1>

- Payton, J., Weissberg, R., Durlak, J., Dymnicki, A., Taylor, R., Schellinger, K., y Pachan, M. (2008). The positive impact of social and emotional learning for kindergarten to eighth-grade students. *Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning*. Recuperado de <https://www.casel.org/wp-content/uploads/2016/08/PDF-4-the-positive-impact-of-social-and-emotional-learning-for-kindergarten-to-eighth-grade-students-executive-summary.pdf>
- Perera, C. (2017). *Conciencia Emocional y Regulación Emocional* (Tesis de máster). Universidad de Barcelona, España. Recuperada de <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/118533/7/TFP%20Cristina%20Pera.pdf>
- Pulido, M. (2015). Ceremonial y protocolo: métodos y técnicas de investigación científica. *Opción*, 31(1), 1137-1156. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/310/31043005061.pdf>
- Rojas, M. (2015). Tipos de Investigación científica: Una simplificación de la complicada incoherente nomenclatura y clasificación. *Redvet. Revista electrónica de veterinaria*, 16(1), 1-14. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/636/63638739004.pdf>
- Salcido, L. (2014). *Mindfulness para regular emociones: programa inteligencia emocional plena y su adaptación a una plataforma virtual* (Tesis doctoral). Universidad de Málaga, España. Recuperada de <https://riuma.uma.es/xmlui/handle/10630/8494>
- Saltali, N., y Deniz, M. (2010). The effects of an emotional education program on the emotional skills of six-year-old children attending preschool. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 10(4), 2123-2140. Recuperado de <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ919874.pdf>
- Sánchez, J. (2010). La competencia emocional en la escuela: una propuesta de organización dimensional y criterial. *Ensayos: Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, (25), 79-96. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3736521>
- Tomás, P. (2014). Reconociendo las emociones: ¿Qué son y para qué sirven? *UNED*. Recuperado de https://extension.uned.es/archivos_publicos/webex_actividades/5413/reconociendolasemocionesquesonyparaquesirven.pdf
- Uñó, A. (2013). *El arte: vehículo para la educación emocional. Una propuesta de intervención* (Tesis de grado). Universidad Internacional de La Rioja, Barcelona, España. Recuperado de https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/1837/2013_05_27_TFM_ES_TUDIO_DEL_TRABAJO.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Valenzuelo, A. (2010). La importancia de la educación emocional. *Pedagogía Magna*, (8), 52-56. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3627978>
- Vivas, M., Gallego, D. J., y González, b. (2007). *Educación de las emociones*. Mérida, Venezuela: Producciones Editoriales C. A. Recuperado de https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/40590131/libro_educar_emociones.pdf?1449100430=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DLibro_educar_emociones.pdf&Expires=1616625476&Signature=GzFC-2mR0SpueJpHozLuswvlhqaMo3FDEYGbRj0kRWcpDhf9x0MI9TIVr4McQt0IInEqyvclFsg7xbeCdD-aAKdLNQDskqj9gmmrf9vB~VVzYvkdmc-zTMOvSmoPd3mUSwt7ltWFYpQhaz4ADuRVqVJkn1xflhdhJKVpRfHArVJLW~6YY67w-idiPjYKWmLLWqXz59EpEdprhbC2i-ONSUS0XQn75b8bCdvEtIYfD-OyDxmG3NxBeR27LQYThxzznIWHIIIcnjli2oGC7G1r-B601zO5-e8QQaUFo-WYMGfYZjVR0p32mp2w2LFn4TeugwcGHFvzf3UDvCiTHejA &Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA
- Vudali, V. (2014). *The impact of emotional education on preschoolers' behaviours* (Tesis de máster). Eastern Mediterranean University, Famagusta, Turquía. Recuperada de <http://i-rep.emu.edu.tr:8080/jspui/bitstream/11129/1546/1/VudaliVictoria.pdf>
- Weare, K. (2012). Evidence for the impact of mindfulness on children and young people. *The Mindfulness in Schools Project, 1-12*. Recuperado de http://www.mindfulnessineducation.com/uploads/5/6/3/9/5639790/evidence_on_mindfulness_in_schools.pdf
- World Economic Forum. (2016). New vision for education: Fostering social and emotional learning through technology. *World Economic Forum*, 1-36. Recuperado de http://www3.weforum.org/docs/WEF_New_Vision_for_Education.pdf

ANEXOS

Anexo 1: Juicio de expertos

Estimada informante,

El presente protocolo, es para informar que actualmente yo, Valentina Ferreyros Ricketts, me encuentro realizando mi tesis para obtener el grado de Licenciatura en Educación Inicial de la Pontificia Universidad Católica del Perú; motivo por el cual solicito a usted que pueda validar los instrumentos que utilizaré para la recolección de datos.

La presente investigación se titula “La implementación de actividades pedagógicas orientadas a educación emocional en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores”. El problema que se ha identificado en las escuelas es la poca importancia que se le otorga a la educación emocional en la modalidad virtual. Considero primordial abarcar este tema, debido a que los alumnos pasan muchas horas frente a la computadora y las horas pedagógicas que tienen son netamente horas académicas. Es por ello, que es necesario otorgarle una mayor importancia al aspecto emocional de los alumnos. A partir de esto se formuló la siguiente pregunta: ¿Cuál es el impacto de la aplicación de actividades pedagógicas de educación emocional en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores? Para poder responder a la interrogación planteada, se propone como objetivo principal analizar la implementación de actividades pedagógicas orientadas a educación emocional en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores. Junto a este objetivo general, se plantearon dos objetivos específicos que son: identificar la importancia de la educación emocional en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores y describir las actividades pedagógicas orientadas a la educación emocional que se realizan en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores.

El enfoque de la investigación es cualitativo, de carácter descriptivo y siendo el método estudio de casos. Para ello, se seleccionó como técnica la entrevista y la observación. El objetivo es conocer las actividades pedagógicas que se llevan a cabo en relación a la educación emocional en una sección de 5 años de la IE, en esta nueva modalidad virtual. A continuación, adjunto los instrumentos elaborados.

Muchas gracias de antemano por su ayuda.

Saludos,

Valentina Ferreyros Ricketts

Anexo 2: Protocolo de consentimiento informado para la aplicación de instrumentos

Directora:

Estimada Directora,

Reciba un cordial saludo. Como es de su conocimiento, me encuentro realizando mi tesis para obtener el grado de Licenciatura, por lo que quisiera solicitarle su consentimiento para la aplicación de una entrevista a la docente de aula de Reception Green y registrar la observación de cuatro sesiones de clase de PSHE que se han realizado a través del año escolar.

La presente investigación se titula “La implementación de actividades pedagógicas orientadas a educación emocional en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores”, la cual es conducida por Valentina Ferreyros Ricketts, estudiante de la especialidad de Inicial de la Facultad de Educación de la Pontificia Universidad Católica del Perú, asesorada por la docente Irene Castillo Miyasaki. El propósito de la investigación es describir las actividades pedagógicas orientadas a la educación emocional.

El instrumento que se aplicará es una entrevista, acerca del tema presentado anteriormente. Esta entrevista será realizada a la docente de la sección de 5 años mediante zoom. Además se realizará la observación de cuatro sesiones de PSHE de las alumnas de Reception Green. Es importante recalcar que la información obtenida en la aplicación de estos instrumentos será utilizada únicamente para la elaboración de la investigación mencionada, siendo anónima y confidencial.

La participación de la docente en mención es totalmente voluntaria, quien puede denegar su participación en cualquier momento, sin que ello genere ningún perjuicio. Además, si tuviera alguna consulta sobre la investigación, puede formularla cuando lo estime conveniente, a fin de aclararla oportunamente.

Yo, _____, doy mi consentimiento para la aplicación de instrumentos a los docentes mencionados.

Firma

Fecha

Anexo 3: Protocolo de consentimiento informado para participantes

Docente colaboradora:

Estimada docente,

Le saluda *Valentina Ferreyros Ricketts*, estudiante de la especialidad de Inicial de la Facultad de Educación de la Pontificia Universidad Católica del Perú, asesorada por la docente *Irene Castillo*. La investigación, denominada “La implementación de actividades pedagógicas orientadas a educación emocional en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores”, la cual tiene como propósito describir las actividades pedagógicas orientadas a la educación emocional que se realizan en esta nueva modalidad virtual.

Si usted accede a participar en esta entrevista, se le solicitará responder unas preguntas sobre el tema antes mencionado, lo que tomará aproximadamente 20 minutos y se llevará a cabo mediante zoom. La información obtenida será únicamente utilizada para la elaboración de una tesis, además de ser confidencial y anónima. Al finalizar este periodo, la grabación será eliminada.

Su participación en la investigación es completamente voluntaria. Usted puede interrumpir la misma en cualquier momento, sin que ello genere ningún perjuicio. Además, si tuviera alguna consulta sobre la investigación, puede formularla cuando lo estime conveniente, a fin de clarificarla oportunamente.

Al concluir la investigación, si usted brinda su correo electrónico, le enviaremos un informe ejecutivo con los resultados de la tesis a su correo electrónico.

Yo, _____, doy mi consentimiento para participar en el estudio y autorizo que mi información se utilice en este.

Asimismo, estoy de acuerdo que mi identidad sea tratada de manera confidencial, es decir, que en la tesis no se hará ninguna referencia expresa de mi nombre y la tesista utilizará un código de identificación o pseudónimo.

Finalmente, entiendo que recibiré una copia de este protocolo de consentimiento informado.

Nombre completo de la participante	Firma	Fecha
Correo electrónico de participante: _____		
Valentina Ferreyros	Firma	6/10/20

Anexo 4: Matriz de consistencia

Problema de investigación	Objetivo general	Objetivos específicos	Categorías	Sub categorías
¿Cuál es el impacto de la aplicación de actividades pedagógicas de educación emocional en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores?	Analizar la implementación de actividades pedagógicas orientadas a educación emocional en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores	Identificar la importancia de la educación emocional en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores.	Educación emocional	La conceptualización de las emociones y la educación emocional
				Clasificación y expresión de emociones
				Importancia de la educación emocional
		Describir las actividades pedagógicas orientadas a la educación emocional que se realizan en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores.	Actividades pedagógicas basadas en la educación emocional	La aplicación de actividades pedagógicas
Educación virtual				

Anexo 5: Lista de cotejo

LISTA DE COTEJO PARA OBSERVAR LAS SESIONES DE CLASE BASADAS EN LA EDUCACIÓN EMOCIONAL DE UNA SECCIÓN DE 5 AÑOS

Bimestre:

Fecha de la sesión de clase:

LISTA DE COTEJO PARA OBSERVAR LAS SESIONES DE CLASE BASADAS EN LA EDUCACIÓN EMOCIONAL DE UNA SECCIÓN DE 5 AÑOS			
COD	INDICADORES	ESCALA	
		Si	No
PLANIFICACIÓN DE LAS ACTIVIDADES			
CO1	El tema de la sesión de clase corresponde a la planificación bimestral.		
CO2	Los objetivos propuestos corresponden a la edad de los alumnos.		
CO3	Planifica objetivos de aprendizaje para la sesión de clase.		
CO4	Las actividades desarrolladas tienen objetivos de aprendizaje.		
ROL DEL DOCENTE			
CO5	Promueve la participación de los alumnos por medio de la expresión y comunicación oral.		
CO6	Emplea recursos digitales que propician la participación de los alumnos.		
CO7	Incluye espacios dentro de las actividades en los cuales los alumnos puedan expresar sus emociones de manera espontánea.		
CO8	Es mediadora para que los alumnos puedan identificar las emociones.		
ESTRATEGIAS			
CO9	Utiliza la narración y dramatización de cuentos como estrategia para llevar a cabo la sesión de aprendizaje.		
CO10	Utiliza el mindfulness como estrategia para llevar a cabo la sesión de aprendizaje.		
CO11	Utiliza la expresión artística como estrategia para llevar a cabo la sesión de aprendizaje.		

Anexo 6: Guión de entrevista

II. Datos Generales

- Sexo: _____ Edad: _____
- Categoría laboral: Tiempo parcial _____ Tiempo completo _____
- Profesión: _____
- Tiempo de cargo docente en educación inicial: _____ (en años)
- Horas a la semana como docente: _____

Entrevista a la docente colaboradora:

- ¿Qué es para ti la educación emocional?
- ¿Qué comprende la educación emocional en educación inicial?
- ¿Qué emociones observas en el aula y de qué manera lo manifiestan las alumnas?
- ¿Consideras importante realizar actividades relacionadas a la educación emocional?
- ¿Por qué?
- ¿Consideras importante que los niños aprendan a clasificar y reconocer sus emociones? ¿Por qué?
- Al clasificar las emociones, ¿Cómo se denominan cada una de ellas?
- ¿Cuáles son los beneficios de las actividades basadas en educación emocional?
- ¿Qué criterios se consideran para la planificación de estas actividades?
- ¿Qué estrategias son esenciales para llevar a cabo estas actividades?
- ¿Cuál es el rol del docente en la educación emocional?

Anexo 7: Matriz de vaciado de información de la entrevista de lista de cotejo

Categoría: Actividades pedagógicas basadas en la educación emocional											
Subcategoría: La aplicación de actividades pedagógicas					Subcategoría: Educación virtual						
Sesiones	Planificación de las actividades				Rol del docente				Estrategias		
	El tema de la sesión de clase corresponde a la planificación bimestral.	Los objetivos propuestos corresponden a la edad de los alumnos.	Planifica objetivos de aprendizaje para la sesión de clase.	Las actividades desarrolladas tienen objetivos de aprendizaje.	Promueve la participación de los alumnos por medio de la expresión y comunicación oral.	Emplea recursos digitales que propician la participación de los alumnos.	Incluye espacios dentro de las actividades en los cuales los alumnos puedan expresar sus emociones de manera espontánea.	Es mediador para que los alumnos puedan identificar las emociones.	Utiliza la narración y dramatización de cuentos como estrategia para llevar a cabo la sesión de aprendizaje.	Utiliza el mindfulness como estrategia para llevar a cabo la sesión de aprendizaje.	Utiliza la expresión artística como estrategia para llevar a cabo la sesión de aprendizaje.
Sesión 1:		X	X		X		X				
Sesión 2:	X	X	X	X	X	X	X		X		
Sesión 3:	X	X	X	X	X	X	X	X			

Sesión 4:	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
TOTAL de 4:	3	4	4	3	4	3	4	2	2	1	0



Anexo 8: Cuadro de vaciado de información de la entrevista

Objetivo	Categorías	Subcategoría	Preguntas	Recojo de información
<p>Analizar la importancia de la educación emocional en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores.</p>	<p>Educación emocional</p>	<p>La conceptualización de las emociones y la educación emocional</p>	<p>¿Qué es para ti la educación emocional?</p>	<p>La educación emocional Ayuda a los niños a enfrentar diferentes situaciones en la vida. Creo que les ayuda a construir mejores relaciones y resiliencia, ayuda a que los niños puedan lidiar con situaciones de la vida de una mejor manera que quizás no puedan lidiar en casa o en un contexto seguro</p>
		<p>Clasificación/expressión de emociones.</p>	<p>¿Consideras importante que los niños aprendan a clasificar y reconocer sus emociones? ¿Por qué? Al clasificar las emociones, ¿Cómo se denominan cada una de ellas?</p>	<p>Sí, porque es la única forma en que van a poder manejar las emociones, si no saben lo que es, no podrán reconocerlos y no tendrán estrategias para manejarlos En mi caso no clasifico las emociones. En general se ven las emociones más comunes por decirlo así pero no conozco una manera en específico.</p>

Objetivo	Categorías	Subcategoría	Preguntas	Recojo de información
<p>Analizar la importancia de la educación emocional en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores.</p>	<p>Educación emocional</p>	<p>Importancia de la educación emocional</p>	<p>¿Qué comprende la educación emocional en educación inicial?</p> <p>¿Qué emociones observas en el aula y de qué manera lo manifiestan las alumnas?</p>	<p>En los años menores involucran más la educación emocional. A veces lo hacemos en el momento y no tanto como parte del curriculum. En nursery y preschool era algo que se conversaba en cada “circle time” al comienzo del día, algo planificado. En nursery tienen “little feelings” y un “feeling chart” y cuando llegabas a la clase tenías que poner cómo te sentías. Las niñas podían elegir si lo quería hablar en clase en circle time. En el caso de Reception, no existe esto, depende de cada profesora o clase si ven las emociones.</p> <p>Puedo ver felicidad, orgullo, creo que lo que falta es un poco de empatía con las demás. Veo frustraciones, chicas que se frustran, se frustran con cosas sociales y no tienen las habilidades sociales para manejar estas situaciones o competencias internas. En el caso de tristeza, hemos visto el año pasado, las niñas son muy expresivas en ese sentido, hay niñas que venían con las emociones al borde, tenías que hablar de sus emociones antes de iniciar la clase. Las niñas expresan sus emociones todos los días en clase y generalmente a través de sus expresiones faciales.</p>

Objetivo	Categorías	Subcategoría	Preguntas	Recojo de información
<p>Describir las actividades pedagógicas orientadas a la educación emocional que se realizan en la modalidad virtual en un aula de 5 años de una Institución Educativa particular del distrito de Miraflores.</p>	<p>Actividades pedagógicas basadas en la educación emocional</p>	<p>La aplicación de actividades pedagógicas</p>	<p>¿Consideras importante realizar actividades relacionadas a la educación emocional? ¿Por qué?</p> <p>¿Cuáles son los beneficios de las actividades basadas en educación emocional?</p>	<p>Sí, creo que nos falta un montón, porque es importante para nuestros alumnos, pero se pierde mucho en el currículo. Antes, estaba más involucrado en el colegio, antes las psicólogas entraban a las clases y realizaban actividades relacionadas a la educación emocional. Esto era de manera semanal, les permite a los niños hablar sobre algo que no es académico y verse a sí mismos en otro contexto y los niños necesitan saber que no son los únicos por los que pasan este tipo de situaciones. Las chicas son conscientes que no son las únicas y que a todos les pasa, al abrirse se dan cuenta que no son las únicas. Entre ellas se auto controlan, se calmaban. Hay niñas que saben verbalizar sus emociones, hay otras que les cuesta más.</p> <p>Uno es tomar conciencia de que otros niños y personas lo atraviesan, comprender sus emociones y saber cómo lidiar con ellas construye una resiliencia en ellos. Que si no entienden cómo se sienten o cómo pueden ayudarse mutuamente o verse a sí mismos o reflejarse en otra persona, es difícil para ellos enfrentarse al mundo exterior. La educación emocional, es una habilidad social, es poder tratar con los</p>

			<p>demás, ponerse en el lugar de alguien y entender cómo se siente.</p> <p>¿Qué esperas que las alumnas logren luego de realizar las actividades de educación emocional?</p> <p>Que las identifique y reconozcan y que se den cuenta que no son las únicas, eso es algo que creo que las frena mucho, al pensar que solo soy yo y no se habla acerca del tema. Mientras más hables de las emociones, más las entiendes y comprendes que no pasa nada. Creo que se pierde mucho la empatía hacia los demás y ser resiliente. Al aprender cómo lidiar con las emociones y cómo lo hacen los demás, se ponen en el lugar de ellos.</p> <p>¿Qué criterios se consideran para la planificación de estas actividades?</p> <p>Lo que aplica ahora es lo que pasa en el momento. Cuando hubo la pandemia se habla, si fallece alguien, se habla. Es más una necesidad de saber, algo del momento no algo que se trabaja. Pero creo que tienes que empezar a exponer a los niños a cosas como el lenguaje infantil para que se preparen para un problema mayor. Eso es lo que está fallando en la escuela, a veces siento que es parte del currículo pero de manera intrínseca, depende del maestro, lo haces de la manera que crees que es apropiado. Lo hago en la hora del círculo, no sé si todos los profesores lo hacen.</p>
--	--	--	---

		Educación virtual	<p>¿ Qué estrategias crees que son esenciales para llevar a cabo estas actividades?</p> <p>¿Cuál es el rol del docente en la educación emocional?</p>	<p>Como profesora, necesitas una formación adecuada, creo que eso es lo primero. Creo que hay profesores que les cuesta trabajar este tema y no saben cómo enseñarlo. Creo que en los años menores puedes trabajarlo a través de canciones, juegos, libros y más. En los años mayores, podrías trabajar a través de estudios de casos para que relacionen situaciones de la vida cotidiana con estos casos. Lo que realmente es importante es que los maestros escuchen a los alumnos, no pueden reaccionar de una manera negativa. Hay temas que yo hablaría en clase pero no necesariamente daría la opción a que todos tenga que contestar a la respuesta, hay temas que es mejor hablar sola con la profesora.</p> <p>Un poco lo que te estaba diciendo antes, tienes que respetar, no puedes dar opiniones, tienes que estar ahí, tienes que contenerlas pero veces las misas sienten que las chicas son suyas y no dejan que sus alumnas vayan a hablar con otras profesoras. Todas las profesoras son responsables de todos los niños, si algo le pasa a algún niño y tu estas ahí presente, debes tener la habilidad de escuchar y no juzgar. Las profesoras necesitan ser más abiertas.</p>
--	--	-------------------	---	--