

RECONOCIMIENTO Y CONTROL DE LAS EMOCIONES BÁSICAS EN NIÑOS Y
NIÑAS DE 4 A 5 AÑOS DEL HOGAR COMUNITARIO “SANTA MARIA”



AUTOR (A): INGRID YULIETH CERON GOMEZ

CORPORACION UNIVERSITARIA IBEROAMERICANA
FACULTAD CIENCIAS HUMANAS Y DE EDUCACION
PROGRAMA LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA INFANTIL

BOGOTÁ D.C

SEPTIEMBRE 2020

RECONOCIMIENTO Y CONTROL DE LAS EMOCIONES BÁSICAS EN NIÑOS Y
NIÑAS DE 4 A 5 AÑOS DEL HOGAR COMUNITARIO “SANTA MARIA”



AUTOR (A): INGRID YULIETH CERON GOMEZ

DOCENTE ASESOR (A): ALBA BEATRIZ CASALLAS BELLO.

CORPORACION UNIVERSITARIA IBEROAMERICANA
FACULTAD CIENCIAS HUMANAS Y DE EDUCACION
PROGRAMA LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA INFANTIL

BOGOTÁ D.C

SEPTIEMBRE 2020.

Tabla de contenido

Introducción.....	5
Capítulo 1. Descripción general del proyecto	6
1.1 Problema de investigación.	6
1.1.2.....	6
1.1.3. Pregunta Problema.	6
1.1.4. Subpreguntas de investigación:	7
1.2 Objetivos.....	7
1.2.1 Objetivo general.....	7
1.2.1.1 Objetivos específicos:.....	7
1.3 Justificación del problema de investigación.....	7
Capítulo 2. Marco de referencia	8
2.1. Antecedentes	8
2.2. Marco Teórico.....	10
2.2.1. Emociones, poder dominarlas camino al éxito.....	11
2.3. Marco conceptual.	19
2.3.1. Generalidades	19
Emoción. Existen algunas teorías de la emoción.....	22
Capítulo 3. Marco metodológico:	26
3.1. Tipo de estudio:	26
3.2. Población:	26
3.3. Procedimientos:	27
3.4. Técnicas para la recolección de la información.....	29
Capítulo 4. Análisis de Resultados.....	30
4.1 análisis de resultados (pretest, aplicación de actividades, postest)	30
4.1.1 Aplicación del Instrumento Cuestionario (Pretest).	30
4.1.2 Aplicación de las actividades.....	32
4.1.3 Aplicación del cuestionario (Postest).	32
4.2 Conclusiones	34

4.3. Recomendaciones	35
Referencias	36
Webgrafía	37
Anexos:	39
Cuestionario pretest y postest.	39
Fotografías de algunas de las actividades empleadas en la investigación.....	43

Introducción

En este trabajo es un proyecto de grado el cual ha recibido el nombre de “Reconocimiento y Control de las Emociones Básicas en Niños y Niñas de 4 a 5 Años del Hogar Comunitario Santa María”, ubicado en la vereda Tambo Alto en el municipio de Albán Nariño, que busca brindar herramientas de reconocimiento y control de las emociones básicas a este grupo de personitas, el proyecto se lleva a cabo debido a algunas dificultades identificadas con los niños y niñas del hogar comunitario y lo que se busca con este proyecto de investigación es poder solucionar en gran medida esta problemática identificada en estos niños y niñas y mejorar así poder mejorar su calidad de vida, por esta razón se realiza la búsqueda de unos autores que son los que en base a sus teorías se realiza el proyecto de investigación, creando así un constructo teórico, que es el que cimienta las bases para crear una metodología acorde a sus necesidades y dificultades, utilizando las técnicas e instrumentos que posibiliten obtener mejores resultados en beneficio de los niños y las niñas del hogar comunitario en la parte emocional y la importancia que tiene no solo en los niños y niñas sino también a nivel general, pero se enfoca directamente a la niñez.

Capítulo 1. Descripción general del proyecto

1.1 Problema de investigación.

1.1.2. Planteamiento del problema

Este proyecto de investigación, se realiza con el fin de que los niños y niñas del hogar comunitario “Santa María”, en edades de 4 a 5 años puedan reconocer y controlar sus emociones básicas; en un estudio realizado en un trabajo de campo, se ha podido evidenciar una necesidad que presentan algunos niños y niñas de este hogar comunitario, la cual ha sido que tienen dificultades para socializarse con las demás personas, entre ellos mismos. También se ha evidenciado que tienen un alto grado de inseguridad; son un poco agresivos, otros tienen un fuerte apego a sus padres, por lo cual se deduce que la mejor solución es brindar a estos niños y niñas herramientas de reconocimiento y control emocional, para que en un futuro gracias a la atención temprana de dicha problemática les sea posible expresar sus sentimientos, sus ideas y pensamientos. Es por esta razón y conociendo que las emociones básicas son una parte fundamental del desarrollo de todos los seres humanos y que determinan la manera de ser de los seres humanos, la manera de comportarse y de actuar ante diferentes situaciones, entre otras, que se ha determinado que son las emociones básicas las que se deben estimular, para solucionar esta problemática que afecta a estos niños y niñas, también se ha evidenciado que en su contexto social son niños y niñas que tienen un alto grado de apego con sus padres, en determinadas ocasiones, prefieren permanecer en sus casas y no socializar con otros niños o personas, estos niños y niñas son hijos de personas de bajos recursos económicos, y tiene acceso al hogar comunitario ya que viven en zonas aledañas a él; teniendo en cuenta lo antes mencionado, se ha decidido crear este proyecto con el fin de ayudar a mejorar la vida de estos niños y niñas y aportar a su buen desarrollo.

1.1.3.

Pregunta

Problema.

¿Cómo brindar herramientas de reconocimiento y control emocional a niños y niñas de 4 a 5 años de edad del hogar comunitario Santa María?

1.1.4. Subpreguntas de investigación:

- ¿Qué aspectos de las emociones básicas tienen más relevancia en niños y niñas de 4 a 5 años?
- ¿Porque es importante que los niños y niñas de 4 a 5 años reconozcan y controlen sus emociones básicas?

1.2 Objetivos.

1.2.1 Objetivo general

Implementar un proyecto de investigación que brinde herramientas para los niños y niñas de 4 a 5 años del hogar comunitario “Santa María” de reconocimiento y control emocional.

1.2.1.1 Objetivos específicos:

- Realizar a los niños y niñas una prueba diagnóstica para evaluar su nivel de desarrollo emocional a partir de un pretest.
- Definir que es el control emocional realizando una búsqueda teórica para tener más claridad sobre qué es lo que representa en la formación de los niños y las niñas.
- Brindar al niño y niña herramientas para que le sea posible reconocer sus emociones.
- Aplicar al niño y a la niña una prueba diagnóstica (postest) sobre el impacto que tuvo la aplicación del proyecto

1.3 Justificación del problema de investigación.

Es de gran importancia desarrollar las emociones básicas en los niños y niñas, ya que es una parte fundamental del desarrollo de todos los seres humanos, por tal motivo se ve la necesidad de crear una propuesta de investigación, para aplicarla en

los niños y niñas del hogar comunitario “Santa María”, en edades comprendidas de 4 a 5 años. La propuesta de investigación se centra en implementar un proyecto de investigación que brinde herramientas para esta población mencionada, de reconocimiento y control emocional, ya que se ha podido evidenciar, que tienen algunos inconvenientes para socializar, son un poco inseguros, entre otros aspectos, y no les es posible expresar sus emociones y mucho menos controlarlas, es por esta razón que se ve la necesidad de bríndales herramientas de aprendizaje para que las reconozcan y les sea posible controlarlas; por esta razón se ejecutaran actividades en las cuales niños y niñas tengan la posibilidad de expresar sus emociones del mismo modo reconocerlas y controlarlas y así solucionar dicha problemática; esta propuesta será implementada en el hogar comunitario “Santa María ” a los niños y niñas que son la población en estudio y por medio de herramientas pedagógicas.

Lo que se busca con esta propuesta de investigación en un futuro es que sirva de guía para otros maestros para que éstos puedan brindar las herramientas adecuadas para que sus estudiantes puedan reconocer sus emociones y las puedan controlar y así contribuir en la formación de niños y niñas.

Capítulo 2. Marco de referencia

2.1. Antecedentes

Un primer documento corresponde a José Miguel Mestre Navas y Rocio Guil (2012) quienes fueron los autores del libro llamado “La Regulación de las Emociones una Vía a la Adaptación Personal y Social”. En este libro los autores manejan teorías sobre la regulación y el control emocional y por qué tenían que ver con la vida personal y social de cada persona.

El libro se basa en explicar y dar claridad sobre el tema de la regulación control emocional y la importancia que tiene en la vida de todos los seres humanos y se relaciona con la investigación que se está desarrollando, porque propone elementos para el reconocimiento y control emocional y brinda algunas herramientas para que

esto se dé, lo anterior enfocado al estudio del reconocimiento y control emocional en niños y niñas de 4 a 5 años.

Otro documento corresponde al publicado en una página de internet llamada “La Mente es Maravillosa”, el cual lleva como título: Las principales teorías de la emoción escrito por Eva María Rodríguez (2018). En este documento la autora busca hacer una recopilación de diferentes teorías de varios autores sobre sus teorías de lo que es la emoción. El documento busca proponer distintos puntos de vista de diversos autores y explicar que es para cada autor las emociones. también da aportes muy importantes a la investigación ya que es posible evidenciar definiciones claras sobre que son las emociones que es el motivo por el cual se realiza el proyecto de investigación, esto da un aporte importante ya que al tener esta recopilación de definiciones se da claridad sobre que son las emociones.

En tercer lugar, está el documento que corresponde a otro publicado en una página de internet llamada Viviendo la Salud el cual lleva como título, “Las Seis Emociones Básicas: La teoría de psicológica de Paul Ekman escrito por Alex Figueroba, en ese documento el autor describe la teoría de Paul Ekman sobre las seis emociones básicas de los seres humanos y las explica una a una. El documento busca dar una explicación clara sobre cuáles son las seis emociones básicas y explica que es y cómo se presenta cada una. También aporta en gran parte a la construcción del proyecto de investigación porque habla de las seis emociones básicas de cada ser humano y son las emociones con las cuales se trabajará en el hogar comunitario “Santa María” con los niños y niñas, brindándoles las herramientas para que las reconozcan y las controlen.

El cuarto documento corresponde al de Josefina Lozano y Elena Vélez Ortiz, quienes realizaron un proyecto de innovación aplicado en una escuela infantil del ayuntamiento de Murcia. Escuela infantil Beniajan con niños y niñas de 2 años, en el trabajo se desarrollan teorías de diversos autores, en él se abordan estrategias en base al juego.

El documento pretende mostrar, cómo identifican y expresan los sentimientos y emociones los niños y niñas de dos años de edad, analizando su influencia con relación a la mejora de sus habilidades sociales, las estrategias a utilizar son los materiales que se van a utilizar son los propios de estas edades, siempre basados en el juego, la experimentación y la estimulación de los niños y las niñas; las herramientas para recoger la información de dicha propuesta es la observación sistemática del educador.

Este trabajo se relaciona con la investigación en curso, ya que propone un material de instrucción, para así poder brindar las herramientas de reconocimiento y control emocional en los niños y las niñas de 4 a 5 años del hogar comunitario “Santa María”, a través de enunciados claros, objetivos de aprendizaje precisos y una estructura de trabajo que aborda el paso a paso de las actividades, así como una descripción detallada de lo que el alumno realizará.

El quinto documento corresponde a un artículo publicado en una página de internet llamada La Mente es Maravillosa, en el cual la autora ha decidido llamarlo, “Diez Estrategias para Educar a los Niños en Inteligencia Emocional” escrito por Valeria Sabater, con este título la autora pretende proponer algunas herramientas sobre el reconocimiento y control emocional en niños y niñas. El artículo busca dar claridad sobre lo que son las emociones y la importancia que tienen en la vida de cada niño y niña, busca describir algunas estrategias para reconocer y controlar las emociones en niños y niñas. Es también de gran ayuda para la investigación en proceso, ya que aporta material necesario para la construcción de la propuesta de investigación, da también claridad y propone una serie de herramientas para trabajar con niños y niñas sobre el reconocimiento y control de las emociones.

2.2. Marco Teórico

El siguiente apartado mostrará el abordaje teórico, conceptual y práctico acerca de cómo brindar herramientas para los niños y niñas de 4 a 5 años del hogar comunitario “Santa María”, de reconocimiento y control emocional, por medio de estrategias pedagógicas, todo esto permitirá un acercamiento a la construcción del

desarrollo de niños y niñas del hogar comunitario, sin dejar a un lado los gustos e intereses que tienen los niños y las niñas y que los docentes los utilizan para potenciar sus habilidades.

2.2.1. Emociones, poder dominarlas camino al éxito.

Las emociones al igual que la inteligencia están presentes desde los inicios de la humanidad, las emociones en la actualidad se les ha dado una mayor trascendencia ya que en diversos estudios ha quedado en evidencia la importancia que tienen en la vida de cada persona, las emociones son una reacción determina dependiendo de la circunstancia, situación o contexto en el que se encuentre. A continuación, algunas teorías que apoyan la importancia que tienen las emociones en la vida de los seres humanos.

Teoría evolutiva de la emoción. El enfoque evolutivo se centra en el entorno histórico en el que se desarrollaron las emociones. De acuerdo con la teoría evolutiva de la emoción, nuestras emociones existen porque mejoran nuestra adaptación. Así, por ejemplo, nos motivan a responder con rapidez a los estímulos en el entorno, lo que ayuda a mejorar nuestras posibilidades de éxito y supervivencia.

Fue Charles Darwin quien propuso que las emociones han sobrevivido a la evolución porque son adaptativas y permiten a los humanos y animales sobrevivir y reproducirse. Los sentimientos de amor y afecto llevan a las personas a buscar pareja y reproducirse. Los sentimientos de miedo obligan a las personas a luchar o huir de la fuente del peligro.

Identificar y comprender las emociones de los demás también juega un papel crucial en la seguridad y la supervivencia. Al poder interpretar correctamente las manifestaciones emocionales de otras personas podemos, por ejemplo, responder antes y mejor al peligro.

Teoría de la evaluación cognitiva. Según las teorías de evaluación de la emoción, el pensamiento debe ocurrir primero antes de experimentar la emoción. Richard Lazarus fue un pionero en esta área de la emoción. Es por eso por lo que esta teoría a menudo se conoce como “La Teoría de la Emoción de Lazarus”.

De acuerdo con esta teoría, la secuencia de eventos implica primero un estímulo, seguido por el pensamiento que luego conduce a la experiencia simultánea de una respuesta fisiológica y la emoción. Por ejemplo, si encuentras un oso en el bosque, puedes comenzar a pensar inmediatamente que estás en gran peligro. Esto lleva a la experiencia emocional del miedo y las reacciones físicas asociadas con la respuesta de lucha o huida.

Teoría de la emoción de retroalimentación facial. La teoría de la retroalimentación facial establece que el movimiento facial puede influir en la experiencia emocional. Los partidarios de esta teoría sugieren que las emociones están directamente relacionadas con los cambios en los músculos faciales; por ejemplo, una persona podría mejorar su estado de ánimo sonriendo, igual que podría empeorarlo si frunce el ceño, es decir, el corolario más sorprendente de esta teoría es ese que nos dice que podríamos generar emociones dibujando en nuestro rostro, de manera voluntaria, algunas de sus expresiones más características.

Charles Darwin fue uno de los primeros en sugerir que los cambios fisiológicos causados por una emoción tuvieron un impacto directo en lugar de ser solo la consecuencia de esa emoción. Siguiendo con esta idea, William James propuso que, contrariamente a la creencia común, la conciencia de los cambios corporales activados por un estímulo es la emoción. Así, si no se sienten cambios corporales, solo habría un pensamiento intelectual, desprovisto de calidez emocional” ((Maria, 2018).

2.2.2. Emociones básicas según Paul Ekman

En relación con las anteriores teorías se encuentra la de Paul Ekman quien describe 6 emociones básicas que desarrollan los seres humanos y las describe mostrando su importancia. Cabe resaltar que solo se trabajaran las cuatro primeras

emociones que plantea Ekman que se considera son de más importancia considerando la edad de los niños y las niñas que son objeto de estudio. Las emociones básicas son emociones que todos los seres humanos las desarrollamos independientemente del lugar o contexto en el que hayamos crecido. Paul Ekman sugiere seis emociones básicas que cada individuo las desarrolla.

“Las 6 emociones básicas según Paul Ekman

El psicólogo estadounidense Paul Ekman (1934) es la figura clave en el estudio científico de las emociones. De forma más concreta, este autor ha dedicado la mayor parte de su carrera profesional a la investigación en torno a las reacciones fisiológicas asociadas a la vivencia de determinadas emociones. Especialmente celebrado es su trabajo sobre la correlación entre las expresiones faciales y las emociones subyacentes a estas.

Según Ekman existen 6 emociones básicas; en palabras del autor, esto significa que es posible identificar ciertas señales fisiológicas específicas y acontecimientos que anteceden a su aparición, y que son compartidas por todas las culturas. Estas emociones básicas son el miedo, tristeza, alegría, ira, asco y la sorpresa.

A pesar de la popularidad de la teoría de Ekman, investigaciones posteriores han puesto en cuestión sus planteamientos, tanto el número de emociones básicas como otros aspectos de su teoría en los que no nos adentraremos en este artículo. Además, ha recibido críticas teóricas de autores tan relevantes como la antropóloga Margaret Mead, conocida por sus estudios sobre los roles de género en distintas sociedades humanas.

1. Miedo. Se puede definir como una emoción que aparece en un gran número de especies animales cuando se percibe una amenaza. Se distingue de la ansiedad, un término muy manejado por la psicología, en el hecho de que el miedo se asocia a un peligro inminente, sea este real o potencial, mientras que la ansiedad tiene un carácter anticipatorio y con frecuencia más abstracto.

Esta percepción de amenaza desencadena un cambio en la conducta del organismo; en este sentido cabe hacer mención del concepto de la respuesta de lucha-huida, que se debe a la liberación de neurotransmisores que hacen que el nivel de activación del sistema nervioso se intensifique, especialmente la adrenalina y la noradrenalina. La paralización es otro patrón comportamental asociado al miedo.

Cuando se siente miedo aumentan las frecuencias cardíaca y respiratoria (lo cual lleva a la hiperventilación), así como la tensión muscular y la intensidad de la sudoración. En cuanto a la expresión facial, el miedo se asocia con la elevación de las cejas y de los párpados superiores, con la retracción de los labios y con la tensión de los párpados inferiores.

2. Tristeza. Se siente cuando se experimenta una pérdida o un duelo; no necesariamente debe ser la de un ser querido, sino que también puede suceder con un objeto o incluso con una expectativa u otro tipo de creencia personal. Esto lleva con frecuencia a la disminución de la actividad motora, al aislamiento social y a la aparición del llanto.

Desde la perspectiva evolucionista se ha propuesto que la función adaptativa de la tristeza es la de permitir recuperarse emocionalmente de las pérdidas y generar nuevas estrategias y planes de vida; en este sentido la tristeza se ha asociado a la creatividad. No obstante, cuando la tristeza es muy intensa y prolongada, esta emoción puede evolucionar hacia un estado de depresión. La expresión facial característica de la tristeza se corresponde, según Ekman, con el descenso de los párpados superiores y de los extremos de los labios. También se observa una menor focalización de la mirada en el punto de atención.

3. Alegría. Es un estado emocional agradable, a diferencia de la mayor parte de las emociones básicas descritas por Ekman. Este término engloba un amplio rango de sentimientos, desde la satisfacción hasta la euforia. La diferencia básica del concepto de alegría con el de felicidad es su duración. Así, según muchas definiciones la felicidad podría ser considerada como un estado general y duradero

de alegría, o al menos uno en que esta emoción predominara sobre las emociones negativas de forma clara durante un periodo de tiempo largo.

Los movimientos faciales fundamentales que acompañan a la experiencia emocional de alegría son la elevación de las mejillas y la aparición de arrugas en la comisura de los ojos es decir, las conocidas “patas de gallo”.

4. Ira. Como sucede con el miedo, el enfado y la ira son emociones relacionadas con la activación del sistema nervioso y la liberación de adrenalina y noradrenalina; por tanto, también se identifican con el incremento de la frecuencia cardiaca y de la respiratoria, así como con la reacción de lucha-huida. Según los estudios de Ekman, cuando una persona se enfada, las cejas se acercan y descienden, mientras que los labios se aprietan. Además, aparece un “brillo” en la mirada; es a esto a lo que se refieren cuando se usa la expresión “mirada asesina”.

5. Sorpresa. A diferencia del resto de emociones básicas, la sorpresa no es considerada positiva ni negativa (es decir, agradable o desagradable) sino que puede incluir componentes fisiológicos propios tanto de la alegría como del miedo. Siguiendo con las propuestas de Paul Ekman, la expresión facial de la sorpresa consistiría en la apertura de la boca y de los ojos junto con la elevación de la musculatura asociada a las cejas.

Una investigación llevada a cabo por un equipo de la Universidad de Glasgow (Jack, Garrod y Schyns, 2014) puso en cuestión el modelo clásico de Ekman. Estos autores, que también estudiaron las expresiones faciales asociadas a cada emoción, concluyeron que la sorpresa no se distingue del miedo en lo fundamental. Algo similar sucede con la ira y el asco, como veremos a continuación.

6. Asco. Es la emoción que expresa el rechazo a estímulos determinados que resultan desagradables para alguno de los sentidos; por ejemplo, puede aparecer en respuesta a objetos que huelen mal pero también ante personas que provocan en el individuo una especie de idea de sufrir algún tipo de contaminación, sea está consciente o no.

Según Jack y colaboradores, la emoción de asco no se distingue de la de ira, sino que fisiológicamente se trataría de la misma. Así, por ejemplo, arrugar la nariz o levantar el labio superior son indicadores tanto de lo que denominamos “asco” como de la ira; en este mismo sentido, cuando sentimos miedo o sorpresa una de nuestras reacciones naturales es alzar las cejas”. (Figueroba, s.f).

2.2.3. Que se requiere para poder tener reconocimiento y control emocional.

Tener un buen reconocimiento y control emocional es de gran importancia ya que muchos de los problemas y dificultades que se presentan diariamente en la vida de las personas se atribuyen a la falta de tener una buena regulación emocional. Al tener dificultades con el reconocimiento y control emocional acarrea una serie de consecuencias no solo a nivel personal sino también social.

“Otro aspecto que se debe tener presente es que las emociones discurren dentro de un contexto. La regulación de emociones puede ocurrir tanto en un contexto intrapersonal (con uno mismo) como interpersonal (con los demás). Es decir, en algunas ocasiones se necesitan de estrategias que ayuden a regular las propias emociones, y en otras se necesita manejar o regular las emociones de los demás. Y de forma añadida, en otras ocasiones, las propias emociones ante la presencia de los demás”. (Bozal, 2012)

La regulación emocional permite alcanzar las metas y fines que un individuo se plantee. En la siguiente cita se explica el por qué “El enfoque instrumental de la RdE sugiere que las personas regulan sus emociones para alcanzar sus metas, es decir, la RdE es un medio para conseguir sus propios fines. La idea principal de este enfoque es que la meta de la RdE no es sentirse bien y sí atender a las metas prioritarias, pudiendo ser una de estas metas el hecho de sentirse bien. Desde esta perspectiva, este enfoque predica que cuando las personas regulan sus emociones no están necesariamente buscando cambiar su estado emocional. Puede que estén buscando cambios relacionados con el proceso fisiológico implícito en el proceso emocional, en la cognición o valoración (implícita en todo proceso emocional como se verá), en la motivación, en el comportamiento o en el contexto social. (Bozal, 2012)

Las personas ven la necesidad de regular sus mociones para así poder adaptarse a su medio personal y social “Para entender la razón por la que una persona regula sus emociones, en primer lugar se debe identificar el objetivo del proceso regulatorio, el estado final que se desea y, quizá, si ha tomado consciencia o no de si está realizando dicho proceso de una forma automática, como suele hacerlo, o está prestando atención (planificando, valorando, estando alerta y percibiendo) a cada uno de los pasos que está realizando.” (Bozal, 2012).

2.2.4. Herramientas que es posible brindarle a niños y niñas para que se haga un reconocimiento y control emocional.

Como ya se ha dicho anteriormente la importancia que tiene saber reconocer y contralar las emociones también es importante brindar las posibles herramientas para que se de este reconocimiento y control emocional. Las funciones de las emociones pueden situarse en dos niveles; la sensibilidad y la respuesta emocionales, siendo éstas últimas, las que guían y organizan la conducta, jugando un papel crucial en la infancia como señales comunicativas. Hay que tener en cuenta que se tiene dos mentes, una que piensa y otra que siente (Goleman, 1995).

Cuando los niños aprenden y dominan las habilidades sociales y emocionales, esto les ayuda no solo en la escuela, sino también en todos los aspectos vitales, si los padres y los hijos practican y emplean estas habilidades en casa, los efectos son doblemente beneficiosos (Lantieri, 2009).

A partir de los dos años de edad se deben brindad herramientas de reconocimiento emocional a niños y niñas ya que es ahí cuando ellos empiezan a relacionarse más abiertamente con adultos y otros niños y niñas. Algunas herramientas para reconocer y controlar las emociones son las incluidas en las siguientes afirmaciones:

1. “Podemos realizar varios ejercicios con ellos, como introducirlos en el conocimiento de las emociones básicas: alegría, tristeza, miedo y rabia.
2. ¿Cómo hacerlo? Mediante fotografías de rostros, dibujos, preguntándoles qué les pasa, si están tristes o por qué creen ellos que el otro lo está... Este es un modo

perfecto para que aprendan a reconocer sus emociones poco a poco y también las de los demás, y, sobre todo, comenzar a desarrollar la habilidad de la empatía.

3. **Nombrar las emociones.** A partir de los 5 años sería perfecto que los niños supieran ya dar nombre a las emociones de modo habitual: “estoy enfadado porque no me has llevado al parque”, “estoy contento porque mañana nos vamos de excursión”, “tengo miedo de que cierres la luz porque me dejas solo.”
4. **Enseñar a afrontar las emociones con ejemplos.** Es habitual que los niños en ocasiones se vean superados por las emociones, como las rabietas que les hacen gritar o golpear cosas. Es necesario no reforzar esas situaciones, una vez haya terminado la rabia se puede enseñarles, por ejemplo, que antes de gritar o pegar es mejor expresar en voz alta qué les molesta. Que aprendan a expresar sus sentimientos desde bien pequeños.
5. **Desarrollar su empatía.** Para desarrollar una dimensión tan importante como esta es necesario razonar con ellos continuamente mediante diferentes preguntas: ¿Cómo crees que se siente el abuelo tras lo que le has dicho? ¿Por qué crees que está llorando tu hermana? ¿Crees que papá está hoy contento?
6. **Desarrollar su comunicación.** Hablar con los niños, hacerles preguntas, razonar, jugar, poner ejemplo, es algo imprescindible en su educación. Se debe favorecer continuamente el que puedan expresarse, poner en voz alta su opinión y sus sentimientos, que aprendan a dialogar.
7. **Enseñar la escucha activa.** Imprescindible. Desde muy pequeños deben saber guardar silencio mientras los demás hablan, pero no solo eso, debe ser una escucha activa. De ahí que sea recomendable hablarles despacio, frente a frente y terminando las frases con un ¿has entendido?, ¿estás de acuerdo con lo que he dicho?
8. **Iniciar en las emociones secundarias.** A partir de los 10-11 años van a surgir en sus vidas emociones secundarias que cobrarán más peso tales como el amor, la vergüenza, la ansiedad. Siempre es adecuado que una buena comunicación con ellos permita hablar de estos temas abiertamente para que se sientan seguros, ya que habrá situaciones que le causen mucha ansiedad.

9. **Fomentar un diálogo democrático.** A medida que los niños se van haciendo mayores van a aparecer más demandas por su parte, de ahí que desde bien pequeños enseñarles la importancia de pactar, de dialogar, de acordar de modo democrático. La familia es un ejemplo de la sociedad y es el mejor campo de aprendizaje.
10. **Permitir la expresión de emociones.** Para fomentar la inteligencia emocional es esencial poder facilitar a los hijos la confianza apropiada para que pongan en voz alta aquello que les preocupa, que les felices, pero también infelices. El hogar y la escuela van a ser esos primeros escenarios donde se va a desarrollar su vida. Si se les ofrece comodidad para que se puedan expresarse y comunicar, también lo harán a medida que crezcan y en el resto de contextos. Saber comunicarse y reconocer emociones propias y ajenas son, sin duda, imprescindibles para que vayan madurando poco a poco y alcancen una solvencia adecuada para integrarse en la sociedad y ser felices en ella. Se puede dar esa oportunidad a través de la educación en inteligencia emocional". (Valeria, 2013).

2.3. Marco conceptual.

2.3.1. Generalidades

Un marco conceptual es una herramienta analítica con varias variaciones y contextos. Se puede aplicar en diferentes categorías de trabajo donde se necesita una imagen general. Se usa para hacer distinciones conceptuales y organizar ideas. Los sólidos marcos conceptuales capturan algo real y lo hacen de una forma que es fácil de recordar y aplicar. (libre, 2019)

Para llevar a término una investigación sobre algo es preciso manejar ordenadamente ciertos conceptos básicos. En primer lugar, se parte del planteamiento del problema que se va a abordar. Seguidamente el investigador debe exponer su hipótesis de trabajo, es decir, su propuesta, la solución que pretende explicar el problema. A partir de este punto, se presenta la metodología (que puede basarse en el método deductivo, inductivo o una combinación de ambos). Seguidamente se manejan una serie de datos objetivos que avalan la hipótesis

inicial y los datos obtenidos se someten a prueba (el momento de contrastación de la hipótesis). Hay otros apartados que conforman este complejo proceso: el uso de bibliografía, antecedentes del problema y los fundamentos teóricos (las leyes y teorías que intervienen en la tarea de investigación), así como unos resultados y conclusiones. De esta manera, todos estos elementos se encuentran entrelazados y configuran un marco conceptual general. (Javier, 2015). Se darán algunas definiciones de conceptos:

Fortaleza: es un valor del cual se ha escrito y hablado desde siempre, los grandes pensadores griegos lo abordaron y tiempo después lo retomaron padres y doctores de la Iglesia Católica, como Agustín de Hipona o Tomás de Aquino. En esta tradición espiritual se ha considerado a la Fortaleza como una virtud cardinal (esto es que tiene como objeto el bien) y consiste en vencer al temor y huir de la temeridad. También se le ha pensado como un don, es decir un regalo de Dios. El propio San Agustín la define así: “Fortaleza es el amor que todo lo soporta fácilmente por causa de aquello que ama”. ¿Por qué nos esforzamos, cuál es nuestro motivo para luchar, para mejorar, para transformar? En las respuestas tendrá su hogar la propia Fortaleza. ¿Qué motiva a mis alumnos, a mis hijos, a mis padres, a la gente? Son preguntas válidas cuyas respuestas echarán luz sobre quienes somos nosotros y a quienes amamos. Varios siglos después, en su principal obra, la Suma Teológica, Santo Tomás considera que la Fortaleza puede garantizar la estabilidad general de todas las virtudes, y vendría a ser su firmeza, una especie de piso o cimiento de cualquier otra virtud cultivable para el ser humano; y definió como sus posibles acciones sólo dos: atacar y resistir; sin Fortaleza en absoluto, nadie puede llevar a cabo ninguna de éstas. Muchas veces sentimos que La Fortaleza y su fuente se nos agotaron por completo, pero luego de un tiempo se hace la luz, recuperamos el antiguo motivo o conseguimos uno nuevo, quizá sueño o una oportunidad, entonces hemos restablecido nuestra Fortaleza, la firmeza, la capacidad de incidir en el mundo y nosotros mismos y de adaptación. Todo esto fue lo que condensó el gran genio Sandro Boticelli en su primera obra maestra: La Fortaleza y que ilustra este texto. Para concluir, les dejamos un fragmento de la entrevista realizada por Elica Brajnovic al profesor David Isaacs, catedrático en

Educación de la Universidad de Navarra y autor del libro clásico *La Educación de las Virtudes Humanas*. El video es la parte donde la charla toca *La Fortaleza*. (valores, s.f)

El enfoque que asume la presente investigación está en línea que utiliza como elemento fundamental la inteligencia emocional. Desde esta perspectiva el de la inteligencia emocional las fortalezas son entendidas como “La inteligencia emocional es la capacidad que tenemos para reconocer, entender y gestionar nuestras propias emociones, así como la capacidad para reconocer, entender e influir en las emociones de los demás”.

Se ha concluido que a los líderes la inteligencia emocional los ayuda a dirigir mejor. David Mc Clelland, investigador en el comportamiento humano, llegó a reconocer que esta capacidad distingue a los líderes sobresalientes y se relaciona con su alto desempeño. (management, 2018).

Inteligencia. En el año 1986 Sternberg hace una distinción entre definiciones de las inteligencias operacionales y definiciones reales de la inteligencia. Según Sternberg la definición operacional define un concepto en términos de la forma en que se mide. Sin embargo, las definiciones operacionales de inteligencia tienen dos peligrosas desventajas: Primero, son circulares. Las pruebas de inteligencia se inventaron para medir la inteligencia, no para definirla. Sus diseñadores nunca tuvieron la intención de que sus instrumentos definieran a la inteligencia. En segundo lugar, las definiciones operacionales impiden un mayor progreso en cuanto a la comprensión de la naturaleza de la inteligencia, porque anulan el análisis acerca de la capacidad de sus teorías. Por lo tanto, las definiciones operacionales de inteligencia dejan mucho que desear. En contraste, una definición real es aquella que busca explicar la verdadera naturaleza de lo que se define.

Muchas de las siguientes definiciones aparecieron hace mucho tiempo en un simposio que aún ejerce influencia, “La inteligencia y su medición”, cuyas memorias se publicaron en el *Journal of Educational Psychology* por Thorndike en el año 1921.

Wechsler (1939): es el conjunto o la capacidad global del individuo para actuar de manera prepositiva, pensar de manera racional y enfrentarse de manera efectiva con el ambiente.

Sternberg (1986): es la capacidad mental para automatizar el procesamiento de información y para emitir conductas apropiadas para el contexto.

- Gardner (1986): es la capacidad o habilidad para resolver problemas o para crear productos que se consideran valiosos dentro de uno o más entornos culturales.
- Ceci (1994): es la capacidad innata que sirven para un rango de posibilidades; estas habilidades se desarrollan o no (o bien, se desarrollan y luego se atrofian) dependiendo de la motivación y exposición a experiencias educativas relevantes.
- Sattler (2001): la conducta inteligente refléjelas habilidades de supervivencia de las especies, más allá de aquellas relacionadas con procesos fisiológicos básicos.

Esta lista de definiciones es representativa, aunque no definitiva ni exhaustiva. En primer lugar, la lista es exclusivamente occidental y omite varios conceptos transculturales de la inteligencia. Por ejemplo, los conceptos orientales destacan la benevolencia, la humildad, la libertad respecto a las normas convencionales de juicio y la realización de aquello que es correcto como partes esenciales de la inteligencia. (psicoasesor, 2015).

Emoción. Existen algunas teorías de la emoción.

- Le Doux (1999), en su texto Sangre, sudor y lágrimas, establece un recorrido histórico sobre el estudio de las teorías de la emoción, en donde cita a diferentes autores con el fin de poder explicar la secuencia estímulo-sentimiento.
- Según James y Lange (1884) las emociones son una secuencia de sucesos que comienza con la ocurrencia de un estímulo y finaliza con una experiencia emocional consciente.
- Para estos autores: el feedback de la respuesta va a determinar los sentimientos, debido a que son respuestas a los cambios corporales causados por las expresiones emocionales percibidas. Es decir, que la emoción se diferencia de otros

estados mentales porque va a estar acompañada de respuestas físicas que dan lugar a sensaciones internas.

- Más adelante, en 1920, Cannon expuso el concepto de “reacción de emergencia”, el cual se caracteriza por ser una respuesta fisiológica específica que acompaña a cualquier estado en que debe emplearse energía física. Este autor creía que las respuestas físicas que constituyen la reacción de emergencia se producían por acción del sistema nervioso autónomo, ya que ante un estímulo los impulsos nerviosos transportan la información a la corteza –procesa el pensamiento- y a el tálamo –regula el cambio físico-. Fue él quien planteo que las respuestas fisiológicas que acompañan a las distintas emociones son las mismas, sin tomar en consideración el estado emocional que se experimenta, debido a que si se dependiera solamente de las reacciones fisiológicas no se podría distinguir una emoción de otra. Asimismo, observo que las respuestas del SNA eran demasiado lentas para dar cuenta de los sentimientos, porque la emoción se experimenta cuando la respuesta –sentimiento- empieza a ocurrir.
- Esta teoría coincide con la teoría propuesta por James y Lange, debido a que las emociones se diferencian de otros estados de la mente no emocionales gracias a sus respuestas físicas.
- Para Arnold (1960), a diferencia de James y Lange, no es necesario que la respuesta ocurra para que el sentimiento surja. Esta autora propuso el concepto de “evaluación” -appraisal- la cual se caracteriza por ser una valoración mental del daño o del beneficio de una situación- y defino a la emoción como la “tendencia sentida” que conduce a acercarse a cualquier cosa evaluada positivamente o alejarse de cualquier cosa evaluada negativamente. Según ella, percibimos a el oso y lo evaluamos inconscientemente y la experiencia consciente del miedo es el resultado de la tendencia a huir. (liliana, s.f)

Inteligencia emocional. Mucho es lo que ha hablado de Inteligencia Emocional, pero, en ocasiones, no somos capaces de definir este nuevo constructo. Para poder solventar este problema se presentan algunas de las definiciones que han presentado prestigiosos autores.

Mayer, Salovey y Caruso: Capacidad de percibir y expresar emociones, de asimilar las emociones en el pensamiento, de comprender y razonar con las emociones y de regular las emociones en uno mismo y en los demás.

- Daniel Goleman: Capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos.
- Emily Sterrett: Hace referencia al conjunto de destrezas de gestión de personal y destrezas sociales que permiten triunfar en el puesto de trabajo y en la vida en general.
- Pablo Fernández-Berrocal: Percibir, comprender y regular las emociones propias y la de los demás.

Todas son parecidas pero diferentes. En lo que sí parecen ponerse de acuerdo todos los autores es en lo que señala Daniel Goleman como aptitudes para reconocer y regular las emociones propias y de los demás . (Rogelio, 2017)

Control emocional. La capacidad de reconocer con precisión las emociones es esencial para nuestra existencia. El conocimiento emocional propio y el de los demás se pueden considerar la base de la IE. Este conocimiento tiene que ser preciso, pero no obsesivo ya que la introspección y la reflexión excesiva pueden empeorar el estado de ánimo. También es necesario saber expresar las emociones, saber comunicarlas de forma correcta ya que son un sistema de comunicación y por ello tenemos que ser capaces de crear el mensaje y también saber descifrarlo ya que en algunas personas sus emociones son difíciles de entender. Esto es más importante debido a que existen grandes diferencias entre nosotros a la hora de expresar distintas emociones. Para ello es necesario tener la capacidad de leer en los demás, tanto a nivel expresivo como de comunicación no verbal y muy importante también saber distinguir las emociones verdaderas de las fingidas, de las manipuladas.

Identificar las emociones es primordial ya que nos aportan datos necesarios para la toma de decisiones y para realizar nuestra actividad diaria. También son un elemento para nuestro bienestar ya que las emociones positivas, por ejemplo, nos

ayudan a desarrollarnos y a crecer como personas al indicarnos mediante su aparición que vamos por el buen camino. Además, las emociones son básicas en la interacción social, en nuestro sistema de comunicación interpersonal que se apoya solo en un 10% en el componente meramente verbal quedando el resto a la comunicación no verbal: gestos del cuerpo, entonación y la expresividad del rostro.

Todos sabemos que no todas las expresiones emocionales son verdaderas por lo que tenemos que identificar correctamente los sentimientos ya que de no ser así no podremos utilizarlas, ni comprenderlas ni regularlas. El mejor medio para comenzar a desarrollar esta capacidad de identificación es hacerlo por nosotros mismos. Para ello se presentan tres formas de hacerlo: ser conscientes de nuestros sentimientos y emociones, ser conscientes también de nuestra expresividad emocional y, por último, ser conscientes de los sentimientos y emociones de los demás.

Para la identificación emocional es necesario que no ocultemos las emociones, que tengamos acceso a ellas por lo menos en algún momento del día, en los momentos más emocionales. Para ello es conveniente escribir algún tipo de diario emocional, tanto orientado a las emociones como a los estados de ánimo como a las emociones positivas, que nos permita realizar una reflexión sistemática en algunos momentos el día para poder traer a la consciencia nuestras emociones y sus efectos. Este ejercicio nos permitirá además conocernos mejor y sabremos qué elementos cotidianos influyen en nuestros ciclos emocionales como pueden ser la comida o el sueño.

Como decíamos también tenemos que ser conscientes de la expresividad de nuestras emociones para poder expresar lo que sentimos junto con lo que decimos. Para ello, un buen ejercicio sería practicar un discurso delante de un espejo o mediante una filmación viendo qué expresividad tenemos en el rostro, es decir, ver cómo expresamos nuestras emociones ya que eso es lo que ven los demás. (ROGELIO, 2010)

Capítulo 3. Marco metodológico:

3.1. Tipo de estudio:

El tipo de estudio el cual se va a desarrollar dentro de la propuesta de investigación es cualitativo ya que se recolectaran datos sin medición numérica para describir o perfeccionar preguntas de la investigación. En el proceso de interpretación, las técnicas a utilizar en la propuesta de investigación que brindarán la posibilidad de conocer los resultados que obtuvo el proyecto de investigación en curso en el hogar comunitario “Santa María”, son las de descripción y observación ya que en primer lugar lo que se realizara será una caracterización de niños y niñas y contexto en el cual se encuentran y aparte de esto, se tiene en cuenta también otras técnicas de recolección de datos para que se obtengan datos que brinden la posibilidad de saber el impacto que este causando la propuesta en niños y niñas y así poder determinar en ese estudio de reconocimiento emocional qué es lo que se quiere, en el cual el único propósito es fortalecer y brindar herramientas de reconocimiento y control emocional a las niñas y niños del hogar comunitario y con todo esto saber cómo se encuentran a partir de un test diagnóstico y luego, de esto es aplicar unas herramientas para consolidar ese reconocimiento y a partir de eso aplicar un postest a los niños y las niñas que brinda las posibilidades de saber que tanto se alcanzó el objetivo con la aplicación de la propuesta de investigación; luego de ello el paso a seguir es realizar una matriz comparativa en la cual ya es posible realizar un análisis y a partir de eso sacar las conclusiones y los resultados específicos de la investigación.

3.2. Población:

La propuesta de investigación, se va a llevar a cabo en un hogar comunitario que recibe el nombre de “Santa María”. Ubicado en el municipio de Albán departamento de Nariño, es un hogar comunitario que empezó su funcionamiento en el año 2002 y que se ha caracterizado por poseer una madre comunitaria comprometida con su trabajo y con la niñez de su región, el hogar comunitario está muy implicado en la mejora de la calidad de educación de niños y niñas de 0 a 5 años y que cuenta con una amplia experiencia.

En su actualidad, el hogar comunitario cuenta con 3 niñas de 4 años de edad y 7 niños en edades entre 4 y 5 años, el proyecto se va a desarrollar en el aula constituido por un grupo de 10 niños y niñas, la mayoría han estado formando a lo largo de su vida en el mismo hogar comunitario desde edades muy tempranas, lo cual hace que sea más fácil la aplicación de la propuesta de investigación con la ayuda de la madre comunitaria a la cual reconocen y han creado ciertos lazos de afecto; estos niños y las niñas pertenecen a familias de estrato social 1, con padres trabajadores y comprometidos con el desarrollo educativo de niños y niñas .

El grupo de niños y niñas es bastante homogéneo ya que se encuentran en edades muy similares mencionada anteriormente, lo que influye en el desarrollo del proyecto, y será de gran ayuda ya que al tener edades similares sus gustos e intereses también serán parecidos y estarán en igual en su etapa de desarrollo. También se busca resaltar el contexto personal social de cada niño y niña; los diez niños y niñas cuentan con familias no muy amplias, pero con hermanos, y hermanas, esto va a influir mucho en los resultados que se obtengan en la propuesta, ya que sus emociones y su contexto social es muy diferente entre ellos.

3.3. Procedimientos:

Cronograma	
Mes	Actividad
Febrero	Caracterización
Marzo	Tema y planteamiento del problema
Abril	Antecedentes y Marco teórico
Mayo	Metodología
Agosto	Pretest
Septiembre	Brindar las herramientas para el reconocimiento y control emocional.
Octubre	Postest.
Noviembre	Análisis, resultados, conclusiones, presentación.

El proyecto de investigación, dio su origen en el mes de febrero cuando se realizó la caracterización del hogar comunitario, tomándolo como el más apropiado referente, ya que cuenta con un contexto de espacios amplios, limpios, saludables y afectivos, de ahí nace la idea de la caracterización en donde fue posible evidenciar una necesidad que presentaban los niños y las niñas del hogar comunitario. Fue entonces cuando se formula un pregunta y se hace un planteamiento de problema evidenciado y se prosigue a determinar los objetivos general y específicos para tener una finalidad más clara y definida de lo que se pretendía lograr con el proyecto, para afianzar el desarrollo del proyecto también fue necesario buscar unos antecedentes que contribuirían a conocer qué estudios se adelantan y se han realizado alrededor del tema definido esto ya se tiene las bases para construir un marco teórico, ya teniendo la claridad de qué es lo que se quiere lograr, y cómo se lo va a lograr, conociendo de antemano que es lo que determinan diferentes autores que se refieren al tema en sus teorías y es así como se pueden dar algunas herramientas para poder dar paso a construir eso que se quiere en la metodología.

El enfoque metodológico será un enfoque cualitativo ya que lo que se busca es recoger información de los comportamientos naturales de los niños y las niñas del hogar comunitario para dar respuesta a la pregunta de investigación que se formula al inicio del proyecto, pero en el transcurso de éste, surgieron otras preguntas que no es algo raro en la investigación cualitativa así como lo explica Sampieri “El enfoque cualitativo también se guía por áreas o temas significativos de investigación. Sin embargo, en lugar de que la claridad sobre las preguntas de investigación e hipótesis preceda a la recolección y el análisis de los datos (como en la mayoría de los estudios cuantitativos), los estudios cualitativos pueden desarrollar preguntas e hipótesis antes, durante o después de la recolección y el análisis de los datos. Con frecuencia, estas actividades sirven, primero, para descubrir cuáles son las preguntas de investigación más importantes; y después, para perfeccionarlas y responderlas.” (Sampieri, 2004), al hablar de todo esto se está hablando de unas técnicas que es necesario utilizaras para obtener buenos resultados la técnica empleada en el proyecto de investigación será la observación participativa, porque el investigador participara del problema que se analiza y aparte de esto se tiene en

cuenta también que en ese estudio de reconocimiento y control de esas emociones y de poder determinar qué es que se quiere. El propósito es fortalecer todo esto y saber cómo se encuentran estos niños a partir de un tests diagnóstico (Pretest) y luego se proseguirá a aplicar unas herramientas pedagógicas para consolidar ese reconocimiento y a partir de eso tener la posibilidad de hacer otro test final diagnóstico (Postest) que es el que brindará las posibilidades de saber qué tanto se alcanzó, el objetivo para con esa información, hacer una matriz comparativa en la cual ya es posible hacer un análisis, sacar unas conclusiones y poder obtener los resultados específicos de la investigación.

3.4. Técnicas para la recolección de la información.

A continuación se exponen las técnicas para la recolección de la información que se emplearán durante la investigación, estas permitirán recoger los resultados y hacer los análisis sobre el impacto que tuvo la implementación de la propuesta de investigación en los niños y niñas del hogar comunitario, al igual que dar respuesta a la pregunta y subpreguntas del problema de investigación.

Una de las técnicas que se emplearán para la recolección de información, será la encuesta, ya que al ser una investigación cualitativa, la encuesta brinda la posibilidad de obtener información de interés social y sus fenómenos, en este caso, obtener información sobre los niños y las niñas del hogar comunitario, será posible utilizar la encuesta por medio de un (pretest) previamente diseñado, dependiendo la edad, desarrollo y gustos de los niños y las niñas y suministrarlo a ellos para que lo desarrollen y a partir de esos resultados obtenidos, poder conocer en qué nivel de reconocimiento y control emocional se encuentran los niños y las niñas del hogar comunitario. Después de realizada la encuesta por medio del (Pretest), y conociendo ya el nivel de reconocimiento y control de las emociones básicas que tienen, se les suministrarán unas herramientas pedagógicas que puedan desarrollar en ellos lo dicho anteriormente.

Luego se empleará nuevamente la técnica de la encuesta en un (Postest), el cual estará diseñado para evidenciar y dar claridad de que tanto se alcanzaron los

objetivos planeados, este deberá ajustarse a la edad y evidenciar el avance o no de reconocimiento y control de las emociones básicas que tengan el niño o la niña.

3.5 Técnicas para el análisis de la información:

Después de obtener los resultados encontrados en el pretest, las actividades aplicadas y el postest se aplicará otra técnica con el objetivo de analizar los datos recolectados durante la aplicación de la propuesta de investigación. Esta técnica será una matriz comparativa que dependerá de los resultados que arrojen las encuestas antes mencionadas y la información sobre las actividades aplicadas, dependiendo de eso se realizarán los análisis, y se proseguirá a realizar las conclusiones y las recomendaciones para entregar la presentación final de la propuesta de investigación.

Capítulo 4. Análisis de Resultados

4.1 análisis de resultados (pretest, aplicación de actividades, postest)

4.1.1 Aplicación del Instrumento Cuestionario (Pretest).

El instrumento de evaluación de la investigación fue una parte fundamental dentro de la investigación, ya que fue el que generó el diagnóstico principal para conocer en qué nivel de reconocimiento y control emocional se encontraban los niños y niñas del hogar comunitario. Conociendo lo anterior fue posible establecer qué actividades eran las adecuadas para brindar las herramientas de reconocimiento y control; este cuestionario fue elaborado pensando en el contexto social y cultural en el cual viven los niños y niñas ya que no existe un cuestionario que precise lo anterior, teniendo en cuenta la edad de los niños y niñas, para su aplicación, fue necesario utilizar un juego lúdico, se utilizó un dado en el cual se mostraban las cuatro emociones básicas con las que se trabajaría, también una lámina del cuerpo humano de una niña y un niño; también debería colorear la imagen que la docente le muestre en el dado, respondiendo qué emoción se refleja en la imagen, esto con la intención de

conocer qué tanto las reconocen; la docente deberá verificar si la colorearon correctamente a medida que se fuera desarrollando el cuestionario.

El cuestionario se lo aplicó en el hogar comunitario “Santa María”, el día veintidós de octubre con un total de diez estudiantes entre niños y niñas. Estos niños fueron la parte fundamental para poder poner la propuesta de investigación en marcha, el primer paso para aplicar el instrumento de investigación fue, ir llamando a cada niño explicando qué era lo que se iba hacer primero, se le entregó el dado con las imágenes de las emociones básicas, y también una lámina de un cuerpo humano, ya sea de niño o de niña, el niño debía tirar el dado y dependiendo de la emoción que se le presentó, se le hicieron una preguntas, las cuales fueron, ¿qué emoción es la que te aparece en el dado?, ¿en dónde sientes es emoción? Dependiendo de qué respondía el niño, se iba haciendo la observación en el cuestionario, luego se le entregó el cuestionario al niño o niña para que buscara la emoción que se le presentó en el dado y la pintara de un color específico, esto con el fin de conocer si el niño reconocía la emoción en el cuestionario. Lo anterior se realizó con cada uno de los niños del hogar comunitario, luego de haber recolectado toda la información en los diez cuestionarios, el paso siguiente fue analizar la información consignada en ellos y las categorías que surgieron fueron las siguientes: en cuanto a la emoción básica del miedo fue, los niños y las niñas sienten el miedo en su estómago, la otra categoría fue que demuestran su miedo llorando, en segundo lugar se encuentra la tristeza las categorías evidenciadas fueron que los niños y niñas sienten la tristeza en su pecho y demuestran su tristeza llorando y buscando a su mamá, después la otra emoción que estuvo en el instrumento de investigación fue la alegría y las categorías que surgieron después de la aplicación del cuestionario fueron que los niños y niñas sienten su alegría en su pecho y que la demuestran riendo y sonriendo, en cuarto y último lugar se encuentro la ira y las categorías que se vieron reflejadas según las respuestas de los niños fueron que los niños y niñas sienten su ira en su cabeza y demuestran que tienen ira llorando y haciendo berrinches lo que se evidencio en el diagnóstico fue que los niños y niñas del hogar comunitario, sí reconocen sus emociones básicas pero no saben la manera correcta de expresarlas.

4.1.2 Aplicación de las actividades.

Después de haber aplicado el instrumento de investigación (cuestionario), con el objetivo de conocer en qué nivel de reconocimiento y control emocional se encontraban los niños y niñas, el paso siguiente fue realizar una serie de actividades con las cuales se buscaba brindar las herramientas para que estos niños y niñas pudieran reconocer y controlar las cuatro emociones básicas (Miedo, tristeza, alegría e ira), en las cuales se enfocó la propuesta de investigación. Estas actividades fueron 15, se empleó este número ya que, al ser una emoción, no se podía reconocer con una sola, estas actividades consistían en crear espacios en los cuales los niños y niñas podían adquirir diferentes herramientas que les ayudarían a reconocer y controlar las emociones básicas. Estas actividades tenían una secuencia didáctica; estas actividades fueron aplicadas una a una en cada jornada, cada actividad iba enfocada a una emoción y dos de ellas las agrupaban a las cuatro emociones después de aplicarlas las categorías que resultaron según lo consignado en los diarios de campo fueron: los niños y niñas reconocen las emociones básicas, reconocen la ira en otros personajes, pueden explicar que sienten con cada emoción, se sienten seguros de expresar sus emociones, pueden expresar que sienten con cada emoción sin necesidad de hablar solo utilizando la mímica, saben que pueden canalizar sus emociones por medio de actividades, conocen que hacer ejercicios de respiración también ayuda a controlar sus emociones, cuando se presenta alguna dificultad con otro compañero buscan la manera de solucionarlo hablando, pueden reconocer las emociones en otras personas u otros seres, el análisis de las actividades mostró que a medida que se iban aplicando las actividades se iba evidenciando un avance en el reconocimiento y control de las emociones básicas en los niños y niñas.

4.1.3 Aplicación del cuestionario (Postest).

La aplicación de este segundo cuestionario se realizó con la intención de conocer si los niños y las niñas tuvieron un avance después de la implementación del primer cuestionario (pretest), y después de las actividades; este cuestionario fue el mismo que el pretest, solo que se le hicieron algunos ajustes como cambiar las imágenes que expresaban las emociones con unas de personas reales, este cuestionario se lo aplico el día 22 de noviembre con el total de los mismos diez estudiantes que al inicio, para la aplicación de este cuestionario se siguió el mismo procedimiento que en el primero, se fue llamando uno a uno cada niño y niña, se le entregó el dado para que lo arroje y marque el rostro en el cuestionario, también se le hicieron las siguientes preguntas ¿qué emoción es la que te aparece en el dado?, el niño o niña debía contestar esta pregunta y la siguiente fue ¿en dónde sientes esa emoción?, en la cual el niño debía indicar en la lámina del cuerpo humano suministrada en que parte la sentía como se puede ver fue un juego lúdico, con el cual la niña o el niño se divirtió y se logró el objetivo que era conocer los resultados después de la implementación de la propuesta de investigación, las categorías obtenidas de acuerdo a datos obtenidos del cuestionario fueron: los niños y niñas sienten el miedo en su estómago, cada que sienten miedo buscan a un adulto o buscan un lugar tranquilo, sienten la tristeza en su pecho, demuestran que tienen tristeza informando a un adulto que sienten, sienten la alegría en su pecho, demuestran su alegría riendo y sonriendo, sienten la ira en su cabeza, cuando tiene ira respiran y tratan de realizar otra actividad, también hubo un gran avance en cuanto al control de las emociones, ya que al inicio se evidencio que no tenían un buen control emocional y tendían a expresarse de manera inadecuada, llorando gritando e incluso lastimando a otros niños. Después de la implementación del proyecto, se evidencio que asumían las diferentes dificultades de una manera muy distinta ya no se alteraban, sino que ponían en práctica las herramientas que se aprendieron durante las actividades, una de ellas hacer ejercicios de respiración, fue evidente que hubo un avance en los niños y niñas después de la implementación de la propuesta de investigación.

4.2 Resultados

Todo lo anterior da respuesta al punto de partida de la investigación los cuales son el objetivo general a la pregunta y justificación; el objetivo general era Implementar un proyecto de investigación que brindara herramientas de reconocimiento y control emocional para los niños y niñas de 4 a 5 años del hogar comunitario “Santa María”, fueran capaces de expresar sus emociones básicas y las controlen; en el posttest quedó reflejado que la implementación del proyecto si cumplió con los objetivos planeados y que los niños y niñas si tuvieron un gran avance en cuanto al reconocimiento y control de las emociones básicas, esto se dio gracias a la aplicación de las diferentes actividades de aprendizaje significativo que se aplicaron en ellos y se pudo conocer este avance que se dio en los niños y niñas del inicio hasta el final del proyecto en la aplicación del segundo cuestionario (postes) en donde quedo en evidencia que los resultados obtenidos fueron satisfactorios.

4.3 Conclusiones

En conclusión, se considera importante hacer seguimiento a este proyecto ya que contribuye a la formación de niños y niñas, teniendo en cuenta que, al reconocer y controlar sus emociones a temprana edad, en un futuro podrán resolver de una manera más fácil, cualquier dificultad que se encuentre en sus vidas.

El objetivo general propuesto fue implementar un proyecto de investigación que brindaría herramientas para que los niños y niñas del hogar comunitario “Santa María” reconozcan y controlen sus emociones básicas; al observar el análisis de los resultados se evidencia que después de la implementación del proyecto los niños y niñas reconocen y controlan sus emociones básicas, dando cumplimiento al objetivo general mencionado.

Es así como también se tuvo en cuenta el aporte del autor Antoine Bechara un especialista en el campo de las emociones el cual en su aporte explica que cuando uno se enfrenta a un resultado muy incierto, o el cual puede ser desconocido, confiar en la intuición y en las propias emociones es la mejor opción estrategia, por

esta razón se considera importante saber reconocer y controlar las emociones para así saber tomar la mejor decisión.

Después de haber implementado el proyecto de investigación y conociendo la importancia de saber reconocer y controlar las emociones básicas en la vida, de los niños y niñas; Y conociendo la influencia de estas en la vida adulta, la propuesta que se hace es que se implemente una materia en las escuelas y colegios en donde se fortalezcan las emociones, y se enseñe a reconocerlas y controlarlas.

4.3. Recomendaciones

- Incluir en los currículos de los colegios tiempo designado a fortalecer el reconocimiento y control de las emociones.
- Realizar capacitaciones a los docentes donde se de a conocer la importancia de las emociones de los estudiantes.
- Poner a disposición este trabajo de grado como modelo para futuras investigaciones.

Referencias.

- American Psychological Association. (2010). Manual de publicaciones de la APA. 3ra ed.
- Corporación Universitaria Iberoamericana. (2012). Resolución No. 331 - mayo 23 de 2012, por la cual se establece el Estatuto de Investigaciones de la Corporación Universitaria Iberoamericana.
- Corporación Universitaria Iberoamericana. (2014). Resolución No. 379 - marzo 6 de 2014, por la cual se aprueba el Reglamento de Investigaciones.
- Corporación Universitaria Iberoamericana. (2015). Ficha técnica informe final proyectos particulares y proyectos semilleros de investigación.
- Corporación Universitaria Iberoamericana. (s.f.). Plan personal de trabajo del estudiante. Proyecto particular de investigación.
- Méndez Coca, D. (2013). La metodología científica y la investigación educativa. Acta Universitaria, Vol. 23 (1), 23-30.
- Rivas-Vallejo, C. E., Gracia-Chancay, J. M. y Guijarro-Cagua, M. A. (2016). Reflexiones sobre metodología de la investigación educativa. Dominio de las Ciencias, Vol. 2, (4), 245-254.
- Sampieri-Hernández, R. y Mendoza Torres, C. P. (2018). Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. Recuperado de la base de datos de Ebooks 7-24.
- Sampieri-Hernández, R. y Mendoza Torres, C. P. (2018). Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta.

Webgrafía.

- ¿Cómo desarrollar la inteligencia emocional en los niños?

<https://spain.minilandeducational.com/family/como-desarrollar-inteligencia-emocional-ninos>

- ¿Qué es la inteligencia emocional? <https://www.aboutespanol.com/que-es-la-inteligencia-emocional-2396388>.

- ¿Qué es la inteligencia

emocional? <https://psicologiaymente.com/inteligencia/inteligencia-emocional>

- ¿Qué es la inteligencia? <https://www.elmundodelsuperdotado.com/que-es-la-inteligencia/>

- Biblioteca de libros empresariales resumidos.

<https://www.leadersummaries.com/ver-resumen/inteligencia-emocional>

- Cinco estudios útiles sobre las emociones.

<http://psicopedia.org/2277/cinco-estudios-utiles-sobre-las-emociones/>.

- El modelo de Goleman: Inteligencia Emocional - Daniel Goleman.

<http://www.rafaelbisquerra.com/es/inteligencia-emocional/modelo-de-goleman.html>

- <file:///C:/Users/OLGA%20GOMEZ/Downloads/Regulaci%C3%B3n%20de%20las%20emociones.pdf>

- <http://elpsicoasesor.com/14-definiciones-de-inteligencia/>

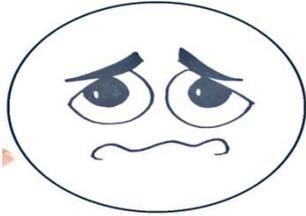
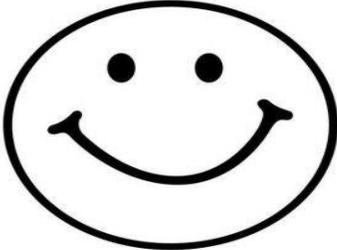
<https://biopsicologia.net/es/escriben-los-expertos/teor%C3%ADas-de-la-emoci%C3%B3n-estr%C3%A9s-y-emoci%C3%B3n>

- <https://blogs.eitb.eus/inteligenciaemocional/2007/03/11/title-22-1/>

- <https://blogs.eitb.eus/inteligenciaemocional/2010/04/05/inteligencia-emocional-identificar-las-emociones/>
- <https://lamenteesmaravillosa.com/diez-reglas-para-educar-a-los-ninos-en-inteligencia-emocional/>
- <https://viviendolasalud.com/cuerpo-y-mente/emociones-basicas>
- <https://www.definicionabc.com/ciencia/marco-conceptual.php>
- <https://www.dineroenimagen.com/management/12-fortalezas-que-tienen-las-personas-con-inteligencia-emocional/96662>
- <https://www.um.es/documents/299436/550133/VELEZ+ORTIZ,+ELENA+y+LOZANO+MARTINEZ,+JOSEFINA.pdf>
 - La educación emocional desde la etapa preescolar
file:///C:/Users/OLGA%20GOMEZ/Downloads/Inteligencia%20emocional%20III.pdf
 - La importancia de desarrollar la Inteligencia Emocional en los niños.
<https://www.mundoprimaria.com/profesores/desarrollar-inteligencia-emocional-ninos.html>
 - Las principales teorías de la emoción.
<https://lamenteesmaravillosa.com/las-principales-teorias-de-la-emocion/>
 - Teoría de la Inteligencia Emocional de Daniel Goleman: resumen y test.
<https://www.psicologia-online.com/teoria-de-la-inteligencia-emocional-de-daniel-goleman-resumen-y-test-3905.html>

Anexos:

Cuestionario pretest y postest.

1.Miedo	
2-Tristeza	
3-Alegría	
4-ira	

Resultado Pretest.	
Preguntas.	Resultado que prima
¿En dónde sientes miedo?	8 de cada 10 niños expresaron que siente el miedo en su estómago.
¿Cómo expresas que	7 de cada 10 niños expresaron que demuestran su miedo llorando.

¿Tienes miedo?	
¿En dónde sientes la tristeza?	10 de cada 10 niños expresaron que sienten la tristeza en su pecho
¿Cómo expresas que tienes tristeza?	8 de cada 10 niños expresaron que demuestran que tienen tristeza llorando y pidiendo a su mamá.
¿En dónde sientes alegría?	8 de cada 10 niños expresaron que sienten su alegría en su pecho.
¿Cómo expresas que tienes alegría?	7 de cada 10 niños expresaron que demuestran su alegría riendo y sonriendo
¿En dónde sientes ira?	7 de cada 10 niños expresaron que sienten su ira en su cabeza.
¿Cómo expresas que tienes ira?	7 de cada 10 niños expresaron que demuestran su ira haciendo berrinches

Resultado Actividades.	
Actividad	Resultado que prima
1. Diccionario de las emociones.	los niños y niñas sintieron muy felices y reconocen cuales son las emociones básicas.
2. cuento "Vaya rabieta cuento para el control de la ira en niños".	los niños y las niñas se identificaron con el personaje cuando sentían ira.
3. Jugar con "teatrillo de las emociones"	los niños y niñas al ver personificadas las emociones que sentían a diario se identificaron con los personajes
4. Actividad "Dibujando emociones":	con esta actividad se vio reflejado que los niños y niñas ya reconocen y pueden explicar que sienten con cada emoción básica.
5. Juego "memoria de las emociones"	los niños y niñas reconocieron cual era cada emoción presentada en la ficha del memoria.
6. Actividad con música, pintura emociones.	los niños y niñas se sintieron muy relajados y libres al poder expresar sus emociones pintando.

7. Juego de "mímica de las emociones"	los niños y niñas conocen y saben cómo expresar cada emoción sin necesidad de hablar.
8. Juego "bingo de las emociones"	los niños y niñas pueden reconocer cual es la emoción que se les dice sin necesidad de ver una lámina.
9. Periódico mural.	los niños y niñas expresan la emoción que sienten hablando.
10. Recurso "Rincón de la calma."	los niños y niñas saben que tienen un lugar en el cual van a canalizar sus emociones.
11. Dinámicas de relajación.	los niños y niñas pueden controlar sus emociones mediante la respiración.
12. Dinámica de escenificar conflictos.	los niños y niñas pueden representar una emoción y saben cómo controlar la situación
13- El tarro de la calma	Los niños y niñas pueden controlar la emoción que sientan mediante mediante esta actividad.
14- Trabajar las emociones con fichas	con esta actividad se evidencio que los niños y niñas reconocen y saben controlar su emoción.
15- La cajita emocional	con esta actividad los niños y niñas reconocen cada imagen y explican que sienten ellos y que como lo expresan otros seres.

Resultado Postest.	
Preguntas.	Resultado que prima
¿En dónde sientes miedo?	9 de cada 10 niños expresaron que siente el miedo en su estómago.
¿Cómo expresas que tienes miedo?	7 de cada 10 niños expresaron que cada que sienten miedo buscan a un adulto o buscan un lugar tranquilo.
¿En dónde sientes la tristeza?	10 de cada 10 niños expresaron que sienten la tristeza en su pecho
¿Cómo expresas que tienes tristeza?	7 de cada 10 niños expresaron que demuestran que tienen tristeza informando que sienten.

¿En dónde sientes alegría?	8 de cada 10 niños expresaron que sienten su alegría en su pecho.
¿Cómo expresas que tienes alegría?	8 de cada 10 niños expresaron que demuestran su alegría riendo y sonriendo
¿En dónde sientes ira?	7 de cada 10 niños expresaron que sienten su ira en su cabeza.
¿Cómo expresas que tienes ira?	6 de cada 10 niños expresaron que cuando tiene ira respiran y dibujan.

Fotografías de algunas de las actividades empleadas en la investigación.



