

**A105-0079-1**

**El fortalecimiento de la competencia de autorregulación emocional en alumnos de 2º de educación primaria**

Ma. Elena Morales Borja

**ESCUELA NORMAL DE LOS REYES ACAQUILPAN**

marmol452000@yahoo.com.mx

**Eje temático:**

**Ambientes de aprendizaje**

*En consideración a la necesidad de re-significar el proceso de enseñanza y aprendizaje al interior de las aulas escolares; se generan situaciones didácticas que favorezcan las acciones educativas para potenciar la competencia de autorregulación emocional que se relaciona con las posibilidades de manejar los estados de ánimo, impulsos y recursos necesarios para que el conocimiento de las propias emociones y sus denotaciones permitan comprender, expresar y regular de una forma apropiada ciertas habilidades, conocimientos y actitudes que motiven la confianza del alumno en su capacidad de aprendizaje. El punto de partida es el fortalecimiento de la persona humana, lo cual implica desarrollar en el alumno la capacidad de conocerse a mismo sí mismo, con mira a influir en la construcción de su personalidad moral y crear un ambiente en el aula de participación y convivencia.*

*Palabras clave: Competencia, autoconocimiento, autorregulación emocional, conciencia emocional y habilidades sociales.*

**Introducción.**

Como profesores de educación primaria al inicio de cada ciclo escolar nos enfrentamos a diversas situaciones en torno al desempeño de nuestra labor docente, que tiene que ver con las situaciones administrativas y organizacionales que ocupan una gran parte de nuestro tiempo en la institución, por el momento estas situaciones se dejan un poco al margen, no porque tengan poca importancia, sino más bien porque los motivos presentes están dirigidos primordialmente a las situaciones al interior del aula escolar, que es el lugar que se desea privilegiar para accionar de manera directa con la comprensión y explicación de la influencia de la interacción personal en el desarrollo de aprendizajes escolares.

El ambiente escolar en la interacción personal se intuye como ese lugar irreverente, lleno de circunstancias y saberes que se entremezclan, que se desgajan a cada instante; en un solo momento impredecible, se desata un huracán de emociones y sentires de los sujetos que viven o conviven como extraños y propios; seres irrepetibles que por azares del destino coinciden en un espacio geográfico y tiempo, que a su manera de percibir la realidad son producto de su historia, que se influyen entre sí.

En la vida cotidiana de la escuela se refleja la complejidad; cada uno de los sujetos inmiscuidos en ese espacio y tiempo juegan varios roles sociales, podría suponerse que cada uno tiene una multiplicidad de identidades; en palabras de Morín (2007) un mundo de fantasmas y de sueños que acompañan su vida; pues las condiciones de vida no son homogéneas ni unívocas.

La interacción de los individuos al interior de la institución y en el aula escolar se ve influenciada por las diversas actitudes de los integrantes de la comunidad escolar.

Al interior de algunas aulas y con los alumnos se puede observar la poca colaboración en las actividades escolares, la falta de participación y respeto entre compañeros del grupo, las condiciones físicas de las aulas, las actitudes de los padres; en algunos casos prevalecen principalmente situaciones que tienen que ver con los padres de familia que no se interesan o no tienen tiempo disponible para atender las necesidades de sus hijos, los cuales constantemente incurren en llegadas impuntuales al horario establecido, faltas de asistencia a clase en día lunes y viernes; escaso cumplimiento en actividades extraescolares y en otras situaciones conductuales y actitudinales los alumnos hacen uso de palabras altisonantes; participan en agresiones a sus compañeros, muestran conductas de acoso (molestar, hostigar e importunar); robo de pertenencias; discriminan

con apodos e insultos (por ser “burro”); se dan golpes físicos (sapes); es decir, peleas cotidianas entre iguales, las cuales en muchas ocasiones se ven como un problema al que se le resta importancia por incapacidad o desinterés de los docentes y padres de familia. En torno a estas situaciones que giran al interior del aula y de la comunidad escolar se obstaculizan las mejores pretensiones del logro de una educación que brinde mejores situaciones de desarrollo integral de los alumnos.

Los cuestionamientos centrales a través de los cuales se desarrolla la necesidad de la intervención tienen relación con ¿Cómo desarrollar un mejor aprendizaje en los alumnos en donde la inversión de tiempo reditúe en un ambiente de convivencia y diálogo?, ¿Cómo organizar el trabajo escolar con pertinencia para prevenir el hostigamiento y se promueva la disposición y participación del los alumnos en el desarrollo de las actividades escolares?, ¿Qué influencia positiva se ejerce en la interacción entre el docentes y los alumnos para desarrollar un ambiente de aprendizaje favorable?, ¿Qué elementos son indispensables para incidir en la motivación y confianza del alumno sobre su capacidad de aprendizaje?

La intervención didáctica para fortalecer la competencia de autorregulación emocional se agrupa en dos bloques; correspondientes al nivel personal y social. El primero (personal) orientado a actividades para trabajar las condiciones necesaria a todo proceso de autorregulación; actividades que desarrollen en el alumno habilidades y destrezas orientadas a facilitar y optimizar el autocontrol en los ámbitos escolar y social. El segundo bloque (social) vincula actividades que ponen la práctica de la autorregulación por parte del alumno, al adquirir competencias autorreguladoras no sólo en las situaciones académicas y sociales. Mediante el autoconocimiento y el autocontrol el alumno fortalece habilidades y valores como: el diálogo, la solución de conflictos, la responsabilidad, el respeto, la tolerancia y el ejercicio de la libertad.

El programa de intervención desarrolla siete estrategias que guían a los alumnos en un ambiente de interacción al fortalecer la posibilidad de crecimiento intelectual y emotivo. El eje rector incluyo el trabajo colaborativo y la actitud docente de fortalecer el crecimiento personal de los alumnos. La primera estrategia (Hacer frente al clima de trabajo) pretende crear las condiciones previas relacionadas con la relación interpersonal y la convivencia. La segunda estrategia (Mi mejor amigo) proporciona a los alumnos una oportunidad de pensar sobre sus gustos o preferencias y escribir sistemáticamente sobre las situaciones de su vida personal.

La tercera estrategia (¡Tesoros que compartir!) se desarrolla en relación a valorar el esfuerzo de compartir y la resolución de problemas que mejoren la convivencia escolar. La cuarta estrategia (Maratón de las sonrisas) establece criterios valiosos para reflexionar sobre sus capacidades e identificar sus méritos para crear un compromiso grupal en el que se sigan acuerdos y normas que beneficien el desarrollo del trabajo escolar. La quinta estrategia (Vocabulario emocional) reconocer y expresar sus estados emocionales mediante el desarrollo de un vocabulario de emociones que brinden a los niños la oportunidad de identificar los sentimientos en los demás. La sexta estrategia (El árbol generoso) comprender la importancia de ser respetuoso y amable con los demás para reforzar el diálogo, la colaboración y estimular el comportamiento moral de los niños. La séptima estrategia (Fórmula 3 PACAPEAC: Parar, pensar y actuar) ayudar a los niños a contener sus impulsos y utilizar el autocontrol en momentos estresantes.

Los diversos procedimientos que se incluyeron en el desarrollo de las acciones están ligados a situaciones descriptivas y valorativas, desde los criterios relacionados con la investigación acción. La recogida de información del proceso incluye el diario del profesor, la estrategia de observación directa y no estructurada (formal e informal) a través de la interacción directa e intercambios orales con los alumnos.

Algunos de los instrumentos son las plantillas de observación, las producciones de los niños y las entrevistas.

Los manifiestos permiten justificar el desarrollo de la competencia de autorregulación emocional en el actuar y convivencia del individuo que se integra a la dinámica de trabajo y se responsabiliza en compartir experiencias y aprendizajes individuales y colectivos, al dialogar, escuchar, participar, comprometerse y valorar.

## **Metodología**

Por las características específicas de los procesos educativos, el desarrollo de las situaciones escolares son una tarea colectiva que implica e incluye a personas en diversos niveles y mediante diversas metodologías y que en este caso en particular incluirá la investigación acción (IA).

En la consideración de la influencia que estos factores determinan en gran medida la calidad educativa al interior del centro escolar se planea, organiza y coordina un conjunto de acciones desde la modalidad crítica de la investigación acción la cual para Boggino (2004) está dirigida a mejorar prácticas, a comprender mejor sus propias acciones y comprenderse a sí mismos, pero además busca llegar a una crítica de su ámbito social y educativo. Nos lleva a reflexionar sobre la razón de ser de nuestro propio quehacer, que es influido por el contexto social.

La línea de investigación dentro de la práctica educativa en donde se considera las dimensiones de la práctica docente desde la perspectiva de Cecilia Fierro (2006) en el nivel personal: en donde el docente reflexiona desde su propio quehacer "sujeto histórico, capaz de analizar su pasado, resignificar su presente y construir su futuro. En el nivel interpersonal: en donde se constituye el análisis de la construcción social que surge de la actuación individual y colectiva en el seno de la escuela. En el nivel didáctico que hace referencia al papel del maestro como agente que orienta, dirige y guía, a través de los procesos de enseñanza, la interacción de los alumnos con el saber colectivo culturalmente organizado, para que construya su propio conocimiento. En el nivel valoral; cada maestro de manera intencionada o involuntaria, comunica constantemente su forma de ver y entender el mundo; de valorar y asumir las relaciones humanas; de apreciar el conocimiento y de conducir las situaciones de enseñanza, lo cual tiene gran trascendencia en la experiencia formativa que el alumno vive en la escuela.

La validez de tipo Interpretativa, la cual Boggino (2004) considera que evalúa el nivel de subjetividad de los investigadores. A través de la discusión de puntos de vista con los otros participantes en la investigación, acerca de cómo ellos interpretan los resultados de las observaciones, de la entrevista o de las implementaciones de otros recursos, se ponen de manifiesto las diferencias en las interpretaciones.

La observación de los alumnos en el actuar cotidiano en torno a las actitudes de respeto y comunicación; el análisis de documentos; las entrevistas y la grabación (video, audio, fotografía) de los hechos permiten desarrollar la triangulación de la información en relación a las acciones educativas que se implementan.

## **Análisis de datos y discusión de los resultados**

El programa de intervención didáctica y su proceso de operacionalización en el campo en la dimensión afectivo-social en donde se desarrollaron situaciones como: el trabajo colaborativo, la solución de problemas, el respeto al escuchar las opiniones de los demás y la realización de tareas en donde se consideraron las diversas individualidades (en el sentido de establecer una relación personal y ajustada de ayuda pedagógica a las características individuales) a partir de los conocimientos previos sobre los niños, de sus intereses y necesidades.

Mediando, dinamizando y motivando la participación en el momento de compartir las experiencias en las diversas situaciones; se puede argumentar que de acuerdo con las primeras acciones realizadas la participación de algunos pequeños fue la adquisición de confianza en sus capacidades de forma paulatina en los comentarios sobre su vida personal, sobre sus miedos o temores, además les causo un gran interés el poder conocer situaciones personales de sus compañeros y maestros. Cuando se les presentaron actividades diferentes a las cotidianas su actuar fue comprometido y colaborativo, algunos fueron capaces de brindar o pedir ayuda a otros. El redescubrimiento que hicieron de su personalidad y sobretodo de exponerlo ante los demás, les brindo mayor posibilidad de interactuar. El desarrollo de algunas tareas y situaciones conflictivas les permitió dialogar y llegar a acuerdos por sí mismos; fueron más tolerantes, al dar y exigir disculpas por los malos entendidos. Se cuestionaban sobre el porqué de la forma de trabajar pero a la vez fueron capaces de dar una respuesta que les brindo la posibilidad de justificar las acciones realizadas. El trabajo en equipo fue el más solicitado;

sin embargo al desarrollar algunas tareas no siempre fueron solventadas por las exigencias y habilidades de los alumnos.

Con la guía del docente, la participación de los niños y de algunos padres de familia incluidos en este proceso de intervención se percibió avances y retrocesos constates. En particular las situaciones desarrolladas con relación al autoconocimiento y las emociones se destacar la importancia que para los niños pequeños tiene el adquirir determinado vocabulario que les permitió expresarse emocionalmente y ponerle nombre a sus estados emocionales.

Algunas de las situaciones con mayor aceptación en el desarrollo de las estrategias fueron: la felicitación de cumpleaños; el desarrollo de un vocabulario emocional, en donde se incluyó la exhibición de pequeños carteles en donde se elaboró un acróstico emocional con el nombre de cada uno de los niños. El pequeño cartel asociaba las letras del nombre de los niños con palabras relacionadas con los valores y las emociones en donde el pequeño se reconocía como alguien que tiene o pretendía determinadas situaciones: felicidad, éxito, lealtad, nobleza, interés, inteligencia, etc., desde donde él se consideró el protagonista capaz de dar y recibir de sus compañeros amistad, cariño, respeto, de ayudar a otros, de pedir ayuda cuando lo requería y en ese bagaje enorme de situaciones en las que se encontró expuesto como un ser individual y colectivo que influye en la dinámica escolar y que en determinado momento sus cuestionamientos e inquietudes hicieron eco en sus compañeros y maestra; las actividades relacionadas con el árbol generoso, en donde ellos mediante su actuar en diversas acciones dieron forma al árbol diseñado en el aula escolar.

## **Conclusiones**

Una nueva forma de comprender y valorar la vida escolar y a los niños es buscar nuevos retos que lleven a descubrir ventajas en el desarrollo de las competencias emocionales utilizando diversos medios y recursos a emplear para mejorar las situaciones educativas. Es necesario buscar argumentos centrales y nuevas concepciones tanto por parte de los profesores como de los alumnos para cambiar en el aula las formas de acceder a los aprendizajes, las competencias docentes tienen que ver con las habilidades sociales, en donde se requiere considerar la capacidad de ver las cosas incluyendo el punto de vista de los demás; intentar mediante el diálogo convencer que las acciones que se desarrollan al interior del aula se pueden hacer mejor; reconsiderar la posibilidad de incluirse como un docente investigador reflexivo de su práctica escolar; crear la capacidad de coordinar los trabajos con la ayuda de los demás para lograr conformar un trabajo colegiado con los docentes de la institución escolar.

## **Referencias.**

- Boggino, N. (2004). Investigación-Acción: reflexión crítica sobre la práctica educativa. Argentina: Homosapiens.
- Casassus, J. (2006). La educación del ser emocional. México: Castillo.
- Castro, A (2005). Analfabetismo emocional. Buenos Aires: Bonum.
- Cava, M. (2000). La potenciación de la autoestima en la escuela. España: Paidós Ibérica.
- Cohen, D. (2003). Cómo aprenden los niños. México: Fondo de Cultura Económica.
- Fierro, C. Fortoul, B y Rosas, I. (2006). Transformando la práctica docente. Una propuesta basada en la investigación acción. Barcelona: Paidós.
- Martínez, M. (2000). El contrato moral del profesorado. México: Sep.
- Martínez-Otero, V. (2007). La inteligencia afectiva. Madrid: Editorial CCS.
- Morín, E. (2007). Introducción al pensamiento complejo. Barcelona: Gedisa.
- Morín, E. (2007). Los siete saberes necesarios para la educación del futuro. Buenos Aires: Nueva Visión.
- Ostrovsky, G. (2006). Cómo construir competencias en los niños y desarrollar su talento. Buenos Aires: Círculo Latino Austral.
- Perrenoud, P. (2006). Construir competencias desde la escuela. Chile: J.C.SÁEZ
- Puig, J. (2003). Cómo fomentar la participación en la escuela. España: Graó.
- Renom, A. (2007). Educación emocional. España: Wolters Kluwer.
- Sep. (1993). Plan y programas de estudio. Educación Básica. Primaria. México.
- Zavala, A. (2006). La práctica educativa. Cómo enseñar. México: Graó.}

Zemelman, H. (1992 - Tomo I y II). Horizontes de la razón. Anthropos/El Colegio de México: Barcelona.