



**Creación y aplicación del Botiquín Emocional: recurso didáctico para acompañar a los estudiantes del grado cuarto de primaria de la Institución Educativa LICAPEVE corozal – Sucre Colombia en el desarrollo de las competencias autoconocimiento y conciencia emocional, postpandemia COVID – 19**

**Trabajo de grado**

**Yennys del Carmen Vergara Torres**

**Asesora**

**Mg. Sandra Mónica Gallego Díaz**

**Universidad ICESI Departamento de Ciencias de la Educación**

**Maestría en Innovación Educativa Santiago de Cali**

**Junio de 2023**

**Creación y aplicación del Botiquín Emocional: recurso didáctico para acompañar a los estudiantes del grado cuarto de primaria de la Institución Educativa LICAPEVE corozal – Sucre Colombia en el desarrollo de las competencias autoconocimiento y conciencia emocional, postpandemia COVID – 19**

**Trabajo de grado para optar al título de Magíster en Innovación Educativa**

**Asesora**

**Mg. Sandra Mónica Gallego Díaz**



**Universidad ICESI Departamento de Ciencias de la Educación**

**Maestría en Innovación Educativa Santiago de Cali**

**Junio de 2023**

*Dedicatoria*

*A mis hijos, Juan Diego y Mariam, y a mi esposo Luís por su apoyo incondicional durante  
este proceso.*

## Tabla de contenido

1. Introducción .....	5
2. Objetivos .....	6
2.1 Objetivo General .....	6
2.2 Objetivos Específicos.....	6
3. Hipótesis .....	7
4. Planteamiento del Problema .....	8
5. Marco Teórico.....	12
6. Diseño Metodológico.....	26
6.1 Población.....	26
7. Recursos Didácticos Botiquín Emocional .....	28
7.1 Actividades del proyecto de investigación.....	28
7.2 Resultados de la encuesta y análisis de la encuesta a estudiantes .....	31
8. Etapa I – Creación del Botiquín Emocional .....	41
9. Etapa II aplicación del botiquín emocional .....	53
10. Hallazgos y conclusiones.....	58
Referencias Bibliográficas.....	63
Anexos .....	66

## **1. Introducción**

La realidad de las dinámicas sociales actuales se encuentra constantemente en cambio, la vida diaria es acelerada, las personas no nos detenemos a pensar cómo nos sentimos y cómo nos vemos a nosotros mismos. Esta investigación nace de mi preocupación de cómo se sentían mis estudiantes al regreso al aula de clases, después de casi año y medio de no hacerlo por la pandemia COVID - 19. Esta idea refuerza mi pensar de ayudar a mis estudiantes a reconocer sus emociones a través de actividades lúdicas, esto me ha impulsado a trabajar las emociones, ya que es necesario que conecten con sus emociones y se eduquen al respecto para orientar el desarrollo de la personalidad del estudiantado y de competencias socio-emocionales que les permitan formarse como persona y crecer psico-emocionalmente estables. Formar niños y adolescentes que podrán construir su propia forma de ser, su identidad personal, fortalecer su toma de decisiones y el establecimiento de relaciones con los demás.

Es relevante fomentar en los estudiantes no solo el conocimiento, sino prepararlos social y emocionalmente. Como docente mi propósito es formar a los estudiantes de manera integral, de nada sirve que sean excelentes estudiantes académicamente, sin son seres solitarios y poco empáticos con las personas que los rodean.

Se hace necesario incluir en el currículo el aprendizaje de habilidades socioemocionales, ya que puede mejorar las relaciones interpersonales de los estudiantes, reducir el acoso escolar, creando para ellos un mejor ambiente para el aprendizaje. Preparándolos no solo para las pruebas que exige el ministerio de educación para obtener un cupo en la Universidad, sino también para la vida.

## **2. Objetivos**

### **2.1 Objetivo General**

Acompañar a los estudiantes del grado cuarto de primaria de la Institución Educativa LICAPEVE en el desarrollo de las competencias socioemocionales: autoconocimiento y conciencia emocional mediante el recurso didáctico el botiquín emocional en el contexto escolar postpandemia COVID-19.

### **2.2 Objetivos Específicos**

1. Construir el Botiquín Emocional como recurso didáctico para acompañar el desarrollo de las competencias autoconocimiento y conciencia emocional en los estudiantes del grado cuarto de primaria de la Institución Educativa LICAPEVE.

2. Aplicar el Botiquín Emocional como recurso didáctico para acompañar el desarrollo de las competencias autoconocimiento y conciencia emocional en los estudiantes del grado cuarto de primaria de la Institución Educativa LICAPEVE.

### **3. Hipótesis**

El Botiquín Emocional como recurso didáctico para el desarrollo de las competencias socioemocionales: autoconocimiento y conciencia emocional facilita el reconocimiento de las emociones y el acompañamiento en los estudiantes en el ambiente escolar después de la pandemia COVID-19.

#### **4. Planteamiento del Problema**

Frente a la situación de salud pública que afrontamos por la pandemia del coronavirus (COVID – 19) en los períodos comprendidos entre el año 2020 y 2021 los y las docentes tenemos un rol fundamental en el acompañamiento socioemocional de nuestros niños, niñas y adolescentes; cumplimos una labor importante en la vida de cada uno de nuestros dicentes, no solo se centra en la transmisión de conocimiento académico, sino que se convierte en un modelo de actitudes personales y emocionales.

Venimos de casi dos años de clases virtuales evidenciando comportamientos de desadaptación, frustración en donde los y las estudiantes muchos llegaron a la presencialidad sin ánimo, poco empáticos, agresivos, tristes, vulnerables académicamente y se observa que no están acorde al grado escolar al que pertenecen, presentando vacíos académicos sin hábitos de estudio donde a su vez, los padres de familia y directivos nos exigen como docentes los mejores resultados de estos niños. Esto desencadena en los estudiantes sentimientos de preocupación, estrés, ansiedad, como resultado de su poca consciencia emocional.

El lugar en el cual se lleva a cabo la investigación es la Institución Educativa Liceo Carmelo Percy Vergara del Municipio de Corozal. Este se localiza al noroeste del departamento de Sucre en Colombia. La cual alberga 3.450 estudiantes distribuidos en 6 sedes de básica primaria y una sede central, secundaria. El grado donde inicia el planteamiento de esta investigación es el grado tercero de básica primaria de la sede Ignacio Muñoz Jaraba, el cual está conformado por 35 estudiantes, sus edades oscilan entre 8 y 12 años, con este grupo inicialmente se llevó a cabo la observación directa y aplicación de la encuesta en el momento de retorno a la presencialidad en alternancia y posteriormente cuando

ya se encontraban cursando el grado 4° de primaria se procede a la creación y aplicación del botiquín emocional como recurso didáctico. Estos estudiantes son pertenecientes a hogares vulnerables de bajos recursos económicos, con poca oportunidad de haber culminado sus estudios primarios. Donde la gran mayoría son madres cabeza de hogar dedicadas a los oficios domésticos y sus conyugues a oficios varios como ser carpinteros, vendedores ambulantes, mototaxistas, maestros de obra, entre otros, en algunos casos se observan familias disfuncionales de estructura extensas, recompuestas y monoparentales, donde la figura de autoridad está ejercida por un solo padre o en otras ocasiones por otro miembro de la familia. Su contexto socioeconómico oscila entre los estratos más vulnerables de la sociedad y sus estudios no alcanzan la media básica.

Esta investigación parte de una encuesta realizada a los estudiantes en el primer período escolar 2022 al retornar a la Institución Educativa después de la pandemia COVID-19 acerca de sus emociones y de lo que observé, en el comportamiento de ellos. Donde muchos vinieron tristes poco sociables, apáticos al estudio con problemas de atención entre otros. Por lo cual, busco trabajar las competencias de autoconocimiento y conciencia emocional, para que ellos logren reconocer las emociones, que permitan el acercamiento a ellas por medio de un Botiquín Emocional.

Teniendo en cuenta los resultados arrojados por la encuesta, muchos de los estudiantes muestran poca empatía, tienen dificultad para reconocer sus emociones y afecciones en su rendimiento académico.

Estos signos de alerta encontrados en la Institución Educativa con los niños y niñas del grado cuarto me permiten trabajar la autoconciencia teniendo en cuenta el control en sí mismo, que incluye identificar emociones, reconocer de igual manera fortalezas y

necesidades, desarrollar una mentalidad de crecimiento. Se hace necesario reconocer los signos de alerta presentados en los niños y niñas como el desinterés, para así acompañar y transformar esta situación.

Partiendo de este panorama, las siguientes preguntas han sido formuladas:

¿Cómo diseñar una estrategia pedagógica de aprendizaje basada en las habilidades socioemocionales de los estudiantes del grado tercero de la Institución Educativa Liceo Carmelo Percy Vergara del municipio de Corozal Sucre?

¿Cómo enseñar a reconocer las emociones en los estudiantes del grado tercero de la Institución Educativa Liceo Carmelo Percy Vergara?

¿Cómo gestionar las emociones y enseñar a reconocer su tránsito en el cuerpo de los estudiantes del grado tercero de la Institución Educativa Liceo Carmelo Percy Vergara?

En el marco de lo anterior, se encuentra que Maturana ha establecido una relación entre las emociones y las disposiciones corporales de las personas, donde los dominios de acción llevan a la modificación de estas, es decir, que las emociones determinan qué cosas pueden o no hacer. Por tanto, la emoción es un determinante claro de las acciones humanas, son reacciones fisiológicas que sentimos desde que nacemos y sirven para comunicarnos con las demás personas por medio de sentimientos, gestos y sensaciones.

Por ello en la literatura especializada se ha determinado que las emociones son generadoras de acciones y un mecanismo para que la persona humana pueda desarrollar su inteligencia intrapersonal e interpersonal a través de competencias emocionales que permitan experimentar el desarrollo de la consciencia emocional, los vínculos humanos, que determinan quiénes somos y cómo actuamos o percibimos lo que nos rodea, lo que además

facilita la aceptación de las emociones a través del establecimiento de tiempo y espacio que permiten la ocurrencia de dichas emociones y su proceso de aceptación, incluso si son negativas como la ira y el miedo.

Es así como las competencias desde lo emocional se logran gracias a la educación emocional donde se brindan herramientas para que las personas accedan a sus sentimientos y comprendan los de otros, por ello es un proceso que inicia con el conocimiento, el reconocimiento de las emociones internas y la construcción de la personalidad desde las emociones.

Por ello es importante aprender las formas de relacionarse socioemocionalmente como las neurociencias han señalado, especialmente porque la educación emocional es necesario para un desarrollo seguro y libre que pongan a la persona en sintonía con sus sentimientos y les permita librarse del estrés negativo.

Al respecto, se ha afirmado que “las competencias se fundamentan en el desarrollo de la conciencia emocional o inteligencia intrapersonal aprender las distinciones del mundo emocional, es una condición para poder percibir las en los otros” (Casassus,2015). Dicho en otras palabras, si reconozco las emociones que suceden en mí, puedo identificar las emociones en los demás. Así las cosas, el desarrollo emocional otorga competencias a las personas desde la transformación de su fuero interno que lleva al autoconocimiento y a la conciencia de los sentimientos propios y ajenos, lo que no es más que un conjunto de habilidades que permite desarrollar la conciencia vincular, dicho de otra forma, que toda relación parte de la relación íntima con nosotros mismos.

## 5. Marco Teórico

La educación tiene como propósito preparar a los estudiantes para la vida, y la vida está llena de emociones. Las emociones han sido consideradas pieza de estudio por diversos teóricos y esto ha permitido tener un amplio conocimiento acerca de ellas, no obstante, se simplifica a que las emociones se comprenden como un estado afectivo que experimenta el ser humano en determinadas situaciones de la vida diaria, son consideradas naturales desde el comienzo de la vida, además son subjetivas teniendo en cuenta que cada reacción se basa en las experiencias previas que haya tenido el individuo, cabe mencionar que a través de la emoción se emiten dos tipos de respuestas; a nivel fisiológico y cognitivo las cuales serán determinantes en el accionar del sujeto (Salguero y Panduro, 2001; Tomás, 2014).

Cuando se habla de emoción se hace referencia a la reacción que una persona experimenta ante un estímulo. Las emociones son universales y representan un complejo mundo en el que se incluyen tanto emociones positivas, como, por ejemplo, la alegría, la felicidad, el amor, o emociones negativas como la ira, el miedo la tristeza, están presentes en la vida de la persona desde que nace y desempeñan una función relevante en la formación de la personalidad (López, 2015).

Cabe señalar que no existe una sensibilización de la importancia del manejo adecuado de las emociones y por consiguiente del acompañamiento que se debe brindar a los niños y niñas en los primeros años de vida para un sano desarrollo emocional; todo esto trae consigo consecuencias que afectan el estado mental, las relaciones interpersonales y el rendimiento académico, lo cual a su vez desencadenan otras problemáticas en su vida cotidiana.

Es importante trabajar las emociones en los niños y niñas desde los primeros años de vida, poderles explicar por qué es bueno estar feliz o estar triste, por qué llegamos a sentir miedo o rabia, es decir enseñarles a tomar consciencia acerca de sus emociones y pensamientos en torno a su estado de ánimo. Trabajar las emociones en el ámbito escolar permitirá que los niños se sientan más motivados a realizar sus actividades escolares y ayudarlos positivamente en su desarrollo emocional e intelectual.

Diversos autores como Lawrence (1997), Goleman (1995) entre otros afirman que existen emociones positivas y negativas, no son malas ni buenas, ya que todas son necesarias para el equilibrio mental y emocional del ser humano. Fernández (2013), Gonzales & López (2011), Del Barrio (2002), exponen que cada emoción cumple un papel clave en la vida de las personas, por lo tanto, en el proceso de desarrollo del aprendizaje de los niños y niñas es relevante acompañarlos en este proceso en los primeros años de escolaridad.

Acevedo (2014) afirma “Las emociones negativas impiden el buen aprendizaje y las positivas favorecen el buen aprendizaje, porque están más dispuestos, encuentran placer y gusto por explorar los nuevos conocimientos.” Si en el aula de clases se aumentan las emociones negativas harán que el ambiente del aprendizaje sea rígido. Es bueno sentir las emociones en su momento y en su lugar. En el salón de clase se sienten todas las emociones, porque allí están seres humanos que están en permanente proceso de formación y aprendizaje, por lo que se debe tener en cuenta y es permitido que se sientan todas estas emociones. Debemos crear espacios o estimular a que esas emociones sean manejadas adecuadamente y expresadas del mismo modo.

Es así como el proceso de maduración emocional inicia con la vida misma, es un proceso que se desarrolla poco a poco con la persona y que se facilita con el acompañamiento

de los padres y otras personas que aportan al desarrollo de los niños; por ello es un proceso de socialización en el que niños y niñas se guían de las figuras a su alrededor, especialmente de las encargadas de proveerlos de seguridad y bienestar, y que finaliza con la adaptación de las personas a la vida en familia y en sociedad.

En estos procesos las escuelas son un actor imprescindible para enseñar inteligencia emocional en los niños y niñas a través del reconocimiento y manejo de sus emociones, lo cual incide en el desarrollo cognitivo de las nuevas generaciones. Frente a ello, Goleman (1996) propone como una posible solución, “forjar una nueva visión acerca del papel que deben desempeñar las escuelas en la educación integral del estudiante, reconciliando en las aulas emoción y cognición.”

Trabajar las emociones no sólo en el ámbito familiar sino, también en el ámbito escolar desde edades tempranas. Por tanto, las escuelas deben enseñar habilidades sociales y emocionales (Navarro, 2006). Tal como lo apuntan distintas investigaciones y autores (López, 2015; Navarro 2006), las habilidades sociales y emocionales son indispensables para el total desarrollo de las personas. Educar las emociones facilita la adquisición de un espíritu crítico, la resolución de conflictos de manera pacífica, la adquisición de habilidades socioemocionales ayudará a los estudiantes a trabajar de manera cooperativa tanto en la escuela, como en su vida diaria.

Enfocar la enseñanza no solo hacia la consecución de conocimientos teóricos sino hacia el desarrollo de habilidades sociales y emocionales, con metodologías que se adapten a las características y motivaciones de cada estudiante. Fomentando un clima adecuado para el proceso de enseñanza-aprendizaje uniendo la dimensión emocional con la cognitiva.

Si bien existen emociones que son difíciles de manejar por ser negativas o no sentirnos bien con ellas, es necesario aceptarlas para poder regularlas, pues es parte del proceso de autoconocimiento y de socialización en la construcción de una vida armónica junto a las demás personas, es decir, es necesario vivir nuestras emociones y respetar las de los demás.

La categoría más amplia en la que se suelen dividir o clasificar situaciones vitales, generalmente suele ser la del placer y el displacer, o en una dualidad similar positivas y negativas. Numerosas investigaciones se han evocado a explorar la actividad cerebral en condiciones de dolor, así como en circunstancias placenteras, para estudiar las respuestas fisiológicas y neurológicas, las sensaciones que cada una de estas experiencias evocan a nivel corporal.

Lecannelier (2016), plantea que, dominando la regulación en el niño, este podrá desarrollar habilidades socioemocionales. Algunos especialistas agregan que el niño debe estar en armonía emocional, sereno, protegido, sentir que las personas que están a su alrededor, especialmente los adultos y educadores que los quieren y respetan, será clave para poder aprender. Es así como se desprende que el niño en su período de mayor plasticidad cerebral podrá obtener a través de la educación emocional, la protección, seguridad y tranquilidad que necesita para su crecimiento.

La adicción a las drogas y otros problemas pueden prevenirse con la adecuada educación. Investigaciones como la llevada a cabo por la Fundación Marcelino Botín (2008, 2011, 2013, España) muestran que al adquirir este aprendizaje socioemocional se mejora el autoconcepto, las habilidades sociales, se crean estrategias para la resolución de problemas y se obtienen mejores resultados académicos. En consecuencia, muchos países son

conscientes de la importancia de implantar en su sistema educativo programas que desarrollen la educación emocional, tal como ponen de manifiesto las investigaciones llevadas a cabo por dicha Fundación (Análisis internacional sobre Educación de la Fundación Botín).

Cuando la Fundación Botín inició esta línea de investigación en Reino Unido, Suecia, Países bajos, España, Estados Unidos de América y Alemania querían conocer el estado de la Educación Emocional y social, como parte vital de una educación integral, en los lugares del mundo más avanzados en materia. Además, buscaba dar la mayor difusión posible a experiencias educativas pioneras que, desde lugares más o menos remotos, pudieran inspirar la labor educativa de muchos centros y docentes. Pero, sobre todo, la Fundación Botín quería contribuir a la mejora y extensión de su propio programa educativo, cuyo objetivo es mejorar la calidad de la educación, introduciendo la inteligencia emocional y social y el desarrollo de la creatividad en las aulas y promoviendo la comunicación y la convivencia positiva en los centros escolares a partir del trabajo con los docentes, alumnado y familias.

La Fundación Marcelino Botín Desarrolla en Cantabria (España) cada año una experiencia aplicada denominada Educación Responsable, para apoyar y fomentar el desarrollo emocional, cognitivo y social de niños y jóvenes, ayudándolos a ser autónomos, responsables, solidarios y competentes, tanto académicamente como emocional y socialmente, El modelo de actuación utilizado va dirigido a los tres agentes educativos fundamentales: la familia, la escuela y la comunidad.

Finlandia es uno de los países que busca el desarrollo integral de sus estudiantes, proporcionándoles climas favorables en el aula de clases que permiten que la educación de este país sea admirada por el mundo. Finalmente, se puede mencionar que en este país se

implementa la educación emocional, proporcionando libertad a los docentes y generando un bienestar en ello.

Por su parte, en Colombia se ha visto un interés frente a las investigaciones y estudios basados en la inteligencia emocional y en el manejo adecuado de las emociones; pues de acuerdo con un estudio realizado en la universidad de Granada en relación al contexto escolar e inteligencia emocional en Instituciones Educativas públicas del ámbito rural y urbano del departamento de Boyacá ( Colombia ), se registra la importancia que tienen las emociones dentro de cada uno de los procesos implícitos y explícitos pues a su vez inciden dentro del comportamiento y el pensamiento del ser humano ( Buitrago, 2012).

La educación socioemocional tiene como propósito el reconocimiento de las emociones propias y de los demás, así como la gestión asertiva a partir de una adecuada autorregulación, lo que favorece las relaciones sociales e interpersonales, además de la colaboración con otros.

Desde la perspectiva relacional de la sociología de la emoción este proceso cobra sentido en las relaciones sociales, precisamente, en el sentir de los individuos y en la expresión de este sentir en determinadas situaciones o fenómenos sociales, en las interacciones con los demás, por lo tanto, para Bericat “La naturaleza de las emociones está condicionada a la naturaleza social.”

Además, como afirma Bisquerra (2003) la educación emocional no se debe transmitir únicamente de manera transversal, sino que se deben tratar las emociones, tanto de manera práctica como teórica, dándole así una mayor relevancia al ámbito emocional.

El rol docente ha sido concebido eminentemente en términos cognitivos y valóricos, sin contemplar la dimensión emocional de las relaciones humanas. No obstante, las profesiones de servicio como la enseñanza exigen sensibilidad emocional en la medida que involucran relaciones con otros (Casassus, 2015). El rol del docente en la actualidad ha cambiado. No solo trasmite conocimiento, sino actitudes; es un gestor del conocimiento, facilitador, acompañante, diseñador, trabaja de la mano de los estudiantes involucrándolos activamente en su proceso, siendo el estudiante el protagonista de su aprendizaje, promoviendo que trabajen de manera independiente y colaborativamente. Desarrollando en ellos el pensamiento crítico, habilidades y competencias para la vida abriéndose al mundo emocional del otro.

Así, Guil Mestre, González y Fon cubierta (2011) indican que los métodos utilizados para trabajar las emociones deberán tener en cuenta el juego y las actividades como la mejor manera de que los alumnos aprendan. Potencializar las herramientas educativas como el juego, la cultura, la música, el arte, la literatura sirviendo de apoyo para que favorezcan la vivencia emocional.

Por lo tanto, la educación emocional no se debe trabajar como si se tratara de una asignatura al uso, dándole una hora semanal, sino que se debe trabajar también, de una manera transversal en las áreas fundamentales del conocimiento, la Organización de las Naciones Unidas (2019) destaca el poder que tiene la inteligencia emocional, cuando se enseña de manera más amplia y en cualquier idioma, para así poder capacitar a los seres humanos para poder desarrollar sus habilidades necesarias para manejar su estado de ánimo.

Abaca (2003) en su investigación “La educación emocional en la educación primaria: currículum y práctica”, describe de forma clara la dimensión de las emociones en las

diferentes etapas del niño en el contexto escolar, y evidencia como éstas van forjando una interpretación del mundo interno y externo en los niños. Se apoyó con el currículum para la fase de exploración e investigación, contrastando la educación emocional con el plan de estudios propio de cada nivel, realizando hallazgos tales como; que no necesariamente estos últimos favorecen o van en la misma ruta que la educación emocional y por ende hay diferencias graduales y progresivas en la medida en que avanza el nivel de escolaridad.

Como docentes podemos lograr que los niños y niñas desarrollan ciertas competencias emocionales como: conciencia emocional, regulación emocional, autogestión, inteligencia interpersonal, habilidades de vida y bienestar, para su eficiente desarrollo y aprendizaje. La escuela es donde podrán desarrollar estas competencias por medio de diferentes estrategias y actividades para el reconocimiento de las emociones, permitiéndole potenciar actitudes de respeto, tolerancia en diversas situaciones de la vida, también desarrollar la capacidad para relacionarse con uno mismo y con los otros de forma satisfactoria, todo esto generando un clima escolar positivo en las interacciones de los niños, niñas y docentes.

“Una escuela es la organización de un sistema de relaciones que se estructuran en torno al aprendizaje, y el aprendizaje es función de las emociones. También la educación resulta de las relaciones que se dan a partir de las interacciones entre profesores y alumnos, y las relaciones son por definición emocionales” (Casassus, 2015). De lo anteriormente expuesto, podemos decir que la educación es un ente importante con la emoción para la búsqueda de climas favorables y aprendizajes significativos, iniciándose este proceso a partir de una interconexión entre docente y estudiante. El poder adquirir una conceptualización del

campo emocional en la educación, permite poder abordar las dimensiones emocionales en el aprendizaje.

La construcción de sí mismos se inicia con los agentes socializadores la familia, el jardín infantil y los docentes; mediante la experiencia corporal, la comunicación verbal y no verbal fomentan la capacidad en los niños de ser conscientes de las emociones.

Los niños comienzan gradualmente el camino del autoconocimiento, por lo cual cobra relevancia la autovaloración o autoestima, las/los mismos necesitan sentirse respetados y reconocidos por las personas que los rodean, especialmente por los adultos significativos”. (Gildemeister y Sánchez, 2013). La familia constituye el espacio privilegiado para el desarrollo de niños y niñas, independientemente de su composición y estructura. La familia nuclear, así como la extendida, la monoparental, la que está al cuidado de padres, madres, parientes o tutores, están llamadas a otorgarles protección, afecto, estimulación, cuidado y oportunidades para el aprendizaje y desarrollo integral. Se sostiene de manera indudable, que es la familia, independientemente de su constitución, la que está llamada a entregar los fundamentos de la educación emocional, basados en la protección y el afecto, ya que son los elementos constitutivos del vínculo.

Es importante que reconozcamos en nosotros mismos nuestras habilidades, fortalezas y debilidades para saber qué nos ayuda a progresar. Tener nuestra propia visión de cómo nos vemos y de cómo nos perciben las demás personas nos ayuda a aprender en qué somos buenos y en qué no. Esto es especialmente importante para las personas que piensan y aprenden de manera diferente y que tienen dificultades con ciertas habilidades y tareas.

El autoconocimiento es un proceso que comienza en la niñez, a medida que los niños empiezan a ser capaces de reconocer y nombrar sus emociones, fortalezas y desafíos, así como lo que les gusta y lo que no les gusta. Y continúa desarrollándose a lo largo del tiempo. Es la percepción de la propia persona y cómo esta se va cambiando a lo largo de la existencia, de acuerdo con las vivencias, las circunstancias y el contexto que la rodea. Es aceptarse con sus cualidades y defectos. Reconocer tanto lo positivo, como lo negativo, es un proceso reflexivo por el cual la persona adquiere noción de su yo y de sus propias cualidades y características que resultan vitales para el desarrollo integral de la persona.

Las personas con autoconocimiento adecuado están mejor preparadas para enfrentar situaciones adversas que se les presentan en la vida. Son más creativos en la planificación de su propio camino, tienen mayor posibilidad de alcanzar sus metas y sueños, establecen relaciones más sinceras y enriquecedoras con otras personas, se aceptan a sí mismos y aceptan a los demás.

A lo largo de los años 2020 y 2021 debido a la pandemia que impactó a nivel mundial COVID – 19 ha generado en los investigadores diferentes interrogantes sobre cómo podría influir esta situación en la construcción emocional de los niños y niñas, ante situaciones estresantes, la cual produjo diferentes reacciones en ellos, como dificultad para dormir, estar enojados, tristes o con miedo todo el tiempo. Para nuestro país Colombia, no solo fue una crisis de salud pública, sino una crisis económica. Los padres de familia de muchos de los niños y adolescentes no tenían un salario que devengar, lo cual los colocaba en situación vulnerable, en un momento de encierro y aislamiento en el hogar y en otros lugares, los niños corrieron mayor riesgo de sufrir violencia intrafamiliar y explotación por parte de sus progenitores o familiares. La educación dejó de ser presencial para convertirse en virtual.

Trayendo con esto un impacto emocional en ellos, generando incertidumbre, zozobra, y pánico por la situación. Esta emergencia de crisis sanitaria tuvo impactos multidimensionales inmediatos y los tendrá a largo plazo.

Las niñas y los niños pequeños son más sensibles que los adultos al impacto emocional referido a situaciones o eventos traumáticos que invadieron su vida diaria. El brote del COVID-19 irrumpió velozmente sin dar tiempo a habituarse; dejando como consecuencias en ellos miedo y ansiedad.

Es indispensable brindar apoyo psicosocial y vigilar la salud mental de la primera infancia. Las soluciones para evitar los efectos colaterales de la pandemia se tienen que considerar las consecuencias psicológicas y los efectos que el confinamiento y el aislamiento provocan, para generar soluciones que tomen en cuenta estos desafíos. (UNICEF, 2020).

Todos sabemos que en una Institución Educativa por muy pequeña que sea, siempre tiene un botiquín para afrontar los pequeños incidentes o accidentes que se presenten para cualquier emergencia que tengamos que resolver. Y es el adulto encargado, responsable de acompañar este proceso. Esta propuesta de intervención permitió trabajar la expresión de las emociones, desarrollar la capacidad de expresar lo que sienten y manifestar sus emociones de una manera, positiva y asertiva; tanto en su vida escolar como en su vida cotidiana. Es importante que a temprana edad se pueda trabajar en las emociones, para así acompañar a nuestros estudiantes en los procesos cognitivo como emocional, brindándoles las herramientas necesarias para ser personas felices y sanas emocionalmente.

En Colombia el Colegio Ponce de León de la Fundación Levapán construye el desarrollo sostenible de Tuluá (Valle) a través de la formación e implementación de proyectos sociales y educativos inclusivos. Educa a los estudiantes solidarios, responsables y creativos. Su educación se basa en el método SEL Learning, un aprendizaje social, emocional y ético.

El aprendizaje SEL Social Emotional Learning es un nuevo programa de educación apoyada por el Dalai Lama desarrollado en la universidad de Emory para uso internacional con la visión mundo compasivo y ético para todos, actualmente se enseña en 25 países. Proporcionan las herramientas que los educadores necesitan para fomentar el desarrollo de la inteligencia emocional, social y ética para los estudiantes y para ellos mismos.

Busca facilitar una mayor alfabetización emocional en los estudiantes, promoviendo la alfabetización ética, entendida no como la adhesión a mandatos éticos impuestos sino como una cultivación de las habilidades.

Solo dos países de la UE imparten educación emocional como materia obligatoria: Reino Unido y Malta. La OCDE (organización para la cooperación y el desarrollo económico) es una organización internacional de carácter intergubernamental con sede en Paris. Está trabajando en esa línea y desarrollando un nuevo marco para evaluar a los estudiantes no solo en matemáticas y comprensión lectora, sino en habilidades sociales, es lo que llaman competencias globales 2019).

Canarias es la única comunidad en atreverse desde el 2014, a que los estudiantes de primero a cuarto de primaria, de 6 a 9 años, tienen 90 minutos semanales de educación emocional en la escuela. Reciben menos horas de matemáticas y lengua. Una asignatura

obligatoria que le enseña a identificar sus estados de ánimo. Ya tienen algún resultado: “Ha cambiado el clima del aula, ahora se lo piensan mucho antes de insultar a un compañero antes de juzgarle.”

La presente investigación es pertinente ya que ayuda a entender cómo se sienten los niños y niñas después de la pandemia del COVID-19 y cómo pueden expresar sus emociones en el ámbito escolar, familiar y consigo mismo. Puesto que se han tenido que adaptarse a nuevos cambios y esto hace que se genere en algunos estudiantes la poca manifestación de sus emociones. Haciendo una revisión, de trabajos realizados en Colombia en algunas instituciones educativas después de la pandemia se pudo constatar que el comportamiento de los estudiantes ha cambiado, ya que muchos de ellos llegaron deprimidos, tristes y frustrados. En algunos niños se evidenció que no sabían nombrar sus emociones, llevándolos a dar una respuesta negativa, siendo agresivos con sus compañeros, ocasionando un ambiente poco agradable en la Institución Educativa, tanto para los niños que tienen dificultad con expresar sus emociones como para los compañeros.

También se ha tomado la competencia conciencia emocional, la cual es fundamental para la vida de los niños y niñas, que sean conscientes de lo que viven y sienten. La habilidad de ser más autosuficientes, autónomos y podrán ser capaces de manifestar todo lo que les pasa en su alrededor.

La pandemia COVID – 19 provocó una creciente necesidad de autoconocimiento. Durante el aislamiento muchas personas nos encontramos con nosotros mismos. Algunas observamos nuestros miedos, apegos, evasiones y dolores. A la vez la necesidad de adaptarnos a esta nueva normalidad.

Hemos aprendido apreciar lo que es realmente importante, los vínculos con las personas que amamos, el amor propio y el autocuidado. Es en este punto cuando parte de nosotros nos empuja la nueva normalidad a comenzar nuestro trabajo interior y aprender de nuestro mundo emocional.

## **6. Diseño Metodológico**

La metodología empleada en esta investigación tiene un enfoque cualitativo, cuantitativa (mixta) de tipo participativa descriptiva, este enfoque es el que marca la ruta para concluir las metas trazadas durante el recorrido de la investigación. El primer instrumento utilizado es la observación de tipo participativa o endógena. El segundo instrumento para la recolección y análisis de la información es la Encuesta.

La presente investigación pretende dar respuesta a estos interrogantes surgidos al inicio del año escolar después de la Pandemia COVID-19: ¿Cómo nos curamos el alma cuando son nuestras emociones las que se quejan?, ¿Cómo calmamos los sentimientos heridos de nuestros estudiantes?

Después de los primeros dos momentos observación y encuesta surge la propuesta didáctica el Botiquín Emocional como recurso para acompañar a nuestros estudiantes, desde las competencias socioemocionales: autoconocimiento y conciencia emocional, reconociendo las emociones básicas tales como: miedo, ira, tristeza, alegría, desagrado/asco.

El Botiquín Emocional como recurso se elaboró con materiales que son usados en el aula de clases, tales como: marcadores, cartulinas, pegante, cinta, entre otros. Las actividades y juegos de mesa fueron desarrollados dentro y fuera del aula de clases, como titular del grupo del grado tercero de primaria en el área de ética y valores en el cual soy la docente encargada para los grados tercero, cuarto y quinto de básica primaria.

### **6.1 Población**

Esta investigación tuvo lugar en el municipio de Corozal que se encuentra ubicado en la Costa Norte Colombiana, Sub-Región Sabanas, Departamento de Sucre, específicamente,

con los estudiantes del grado cuarto de primaria de la Institución Educativa Liceo Carmelo Percy Vergara sede Ignacio Muñoz Jaraba.

Se desarrolló en dos etapas: La primera concerniente a la creación del Botiquín Emocional tomando como punto de partida lo observado en el comportamiento de los estudiantes durante el regreso a las aulas de clases presenciales después de la pandemia COVID – 19 y la encuesta realizada. Y una segunda etapa correspondiente a la aplicación y puesta en práctica del Botiquín Emocional con los 35 estudiantes del grado cuarto de primaria de la sede Ignacio Muñoz Jaraba. Sus edades oscilan entre 8 y 12 años.

## 7. Recursos Didácticos Botiquín Emocional

### 7.1 Actividades del proyecto de investigación.

#### Tabla 1.

*Actividades del proyecto de investigación desarrollo de competencias socioemocionales.*

*Fuente: Elaboración propia.*

<p><b>Actividad 1. Observación directa a estudiantes del grado tercero de primaria.</b></p> <p><b>Observadora: Docente titular de grupo Yennys del Carmen Vergara</b></p>
<p><b>Momento de observación:</b> asistencia a la Institución Educativa en alternancia postpandemia COVID-19.</p> <p><b>Período Observado:</b> (septiembre, octubre y noviembre del 2022) <b>año lectivo escolar 3° de primaria.</b></p> <p><b>Comentarios:</b> los estudiantes del grado tercero de primaria no asisten a la I.E. todos los días y muchos de ellos con la zozobra por no saber si están contagiados o no, generando en ellos sentirse tristes, preocupados y ansiosos.</p>
<p><b>Actividad 2. Diseño de Instrumento -Encuesta- para recolección de información sobre el reconocimiento de las emociones propias.</b></p> <p><b>Elaborado por: Docente titular de grupo Yennys del Carmen Vergara</b></p>
<p>Consigna: Esta encuesta permitirá comprender cómo trabajar la educación emocional en el aula específicamente el 3° grado del Liceo Carmelo Percy Vergara sede Ignacio Muñoz Jaraba Jornada Matinal. El estudiante debe seleccionar de las opciones de respuesta presentadas en cada pregunta una única opción de respuesta.</p>

Encuesta que contiene 12 preguntas la cual indaga las siguientes categorías:

- Autoconocimiento (preguntas: 1,2,4, 8,10)
- Conciencia Emocional (preguntas: 1, 2, 4, 8,9,10,11)
- Reconocimiento de las emociones en otros (preguntas: 3, 5, 4, 6, 7,12)

Se aplicó la encuesta en el área de: ética y valores por la docente titular de grupo: Yennys del Carmen Vergara.

El tiempo para responder la encuesta fue de: 30 minutos, formato físico (papel y lápiz).

### **Actividad 3. Aplicación de La Encuesta**

Se informó a los padres de familia previamente la aplicación de la encuesta en el momento de entregar a los estudiantes a la hora de salida. La encuesta fue respondida por los 35 estudiantes del grado tercero de primaria, en el área de ética y valores, destinándose una jornada escolar de 8:00a.m. a 10:00 a.m. Cada estudiante contaba con la encuesta impresa y un lápiz para responderla. El tiempo destinado fue de: 30 minutos, ya que en algunas preguntas los estudiantes requirieron del acompañamiento de la docente para leer y comprender la encuesta. Previamente a la aplicación se indagó mediante preguntas tales como: ¿cómo te sientes? Para dar contexto al momento de la aplicación.

### **Actividad 4. Procesamiento de la Información y Análisis de La Encuesta – Socialización Comunidad Educativa**

Se organizó y procesó la información recolectada en una base de datos con ayuda de una hoja de cálculo Excel. Posteriormente, se socializaron los resultados al coordinador de primaria responsable de la sede Ignacio Muñoz Jaraba y dos docentes acompañantes de los grados 4° y 5° de primaria en las áreas de humanidades y matemáticas.

### **Actividad 5. Recurso Didáctico Creación del Botiquín Emocional**

Tomando como referencia los resultados de la encuesta y el análisis, se procedió a definir las competencias socioemocionales para acompañar el desarrollo de éstas en los estudiantes cuando ya se encontraban cursando 4º grado de primaria, las cuales fueron Autoconocimiento y Conciencia Emocional, una vez definidas se inició la búsqueda de información y materiales para la creación y/o adaptación de las actividades y juegos de mesa para incluir en el Botiquín Emocional; teniendo presente el ciclo vital de los estudiantes y el contexto escolar.

### **Actividad 6. Socialización a la Comunidad Educativa Recurso Didáctico Botiquín Emocional**

Se socializó a los padres de familia, las dos docentes acompañantes y al coordinador la creación del Botiquín Emocional en diferentes espacios, con el objetivo de acompañar a los estudiantes del grado tercero de primaria en el desarrollo de las competencias Autoconocimiento y Conciencia Emocional.

### **Actividad 7. Recurso Didáctico Aplicación Botiquín Emocional**

Se realizó la aplicación del Botiquín Emocional en el inicio del año escolar 2023 cuando los 35 estudiantes se encontraban ya cursando 4º grado de primaria, período comprendido de enero a mayo del 2023 y que continúa la aplicación del botiquín en el transcurso del período escolar actual. Se utiliza en el área de ética y valores y en recesos pedagógicos.

Se comparte información acerca del uso y aplicación de algunas de las actividades y juegos de mesa con las docentes acompañantes para la puesta en práctica por parte de ellas y el aprendizaje de la educación emocional, obteniendo de este proceso el interés y el

reconocimiento de la importancia de acompañar el desarrollo de competencias socioemocionales en los estudiantes.

## **7.2 Resultados de la encuesta y análisis de la encuesta a estudiantes**

La encuesta fue diseñada por la docente responsable del grupo de tercero de primaria con el objetivo de conocer los conocimientos previos que tenían los estudiantes sobre las emociones y comportamientos asociados a la gestión emocional. Impresa en una hoja que contenía unas preguntas, afirmaciones y respuestas, la cual se desarrolló de manera libre con los conceptos que ellos tenían sobre las emociones.

La aplicación de la encuesta se realizó en la jornada escolar de la Institución Educativa Liceo Carmelo Vergara en el horario de 8:00 am a 10:00 am, cada estudiante se le entregó una hoja de respuesta con la encuesta para que la desarrollara de manera libre con los conceptos que ellos tienen sobre las emociones.

### **PREGUNTA 1. ¿Soy una persona alegre?**

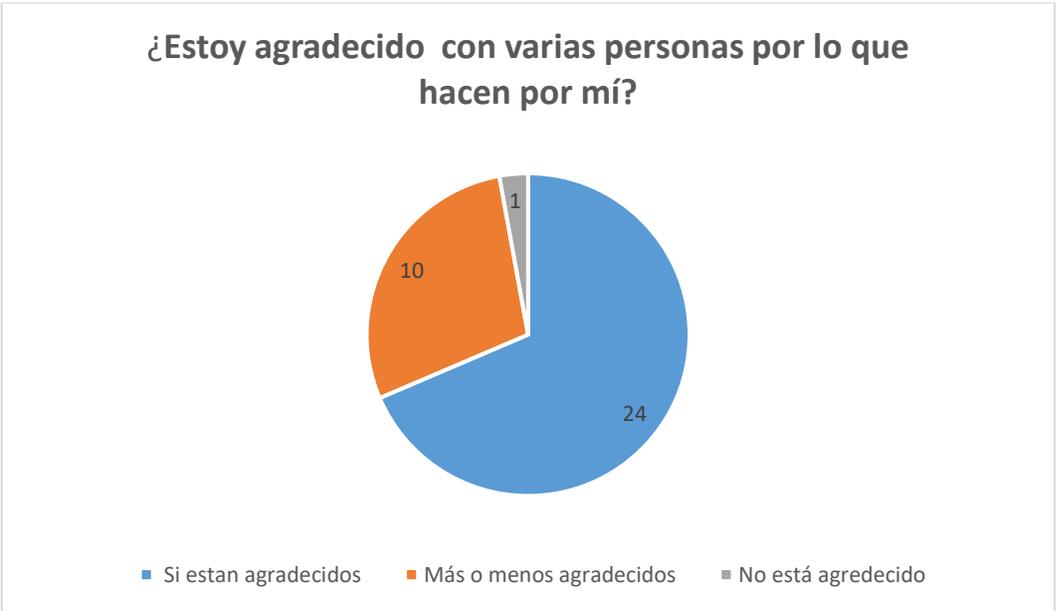
Al interrogante número 1. De los 35 encuestados 20 (57%) contestaron que sí son personas alegres, 13 (37%) de los niños contestaron más o menos y 2 (6%) de los niños contestaron que no son personas alegres como se evidencia en la siguiente gráfica, podemos apreciar que la emoción de la alegría hace parte del reconocimiento y conciencia del mundo emocional, desde la percepción que tienen de sí mismos los estudiantes.



Gráfica 1. Resultado de la pregunta 1

**PREGUNTA 2.** ¿Estoy agradecido con varias personas por lo que hacen por mí?

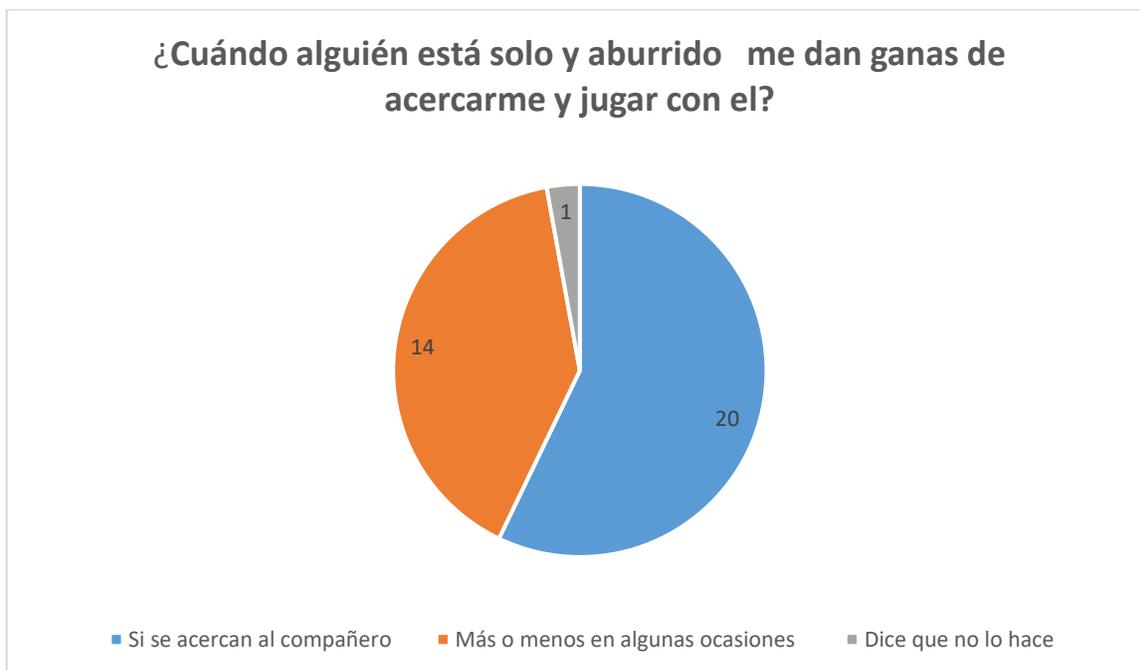
Encontramos que 24 estudiantes es decir el (69%) de los encuestados manifiestan que, si se sienten agradecidos con las personas que hacen algo por ellos, mientras que 10 estudiantes, el (28%) dice que más o menos son agradecidos y finalmente 1(3%) solo un estudiante dice que no está agradecido como a continuación muestra la gráfica:



Gráfica 2. Resultado de la pregunta 2

**PREGUNTA 3.** ¿Cuándo alguien está solo y aburrido me dan ganas de acercarme y jugar con él?

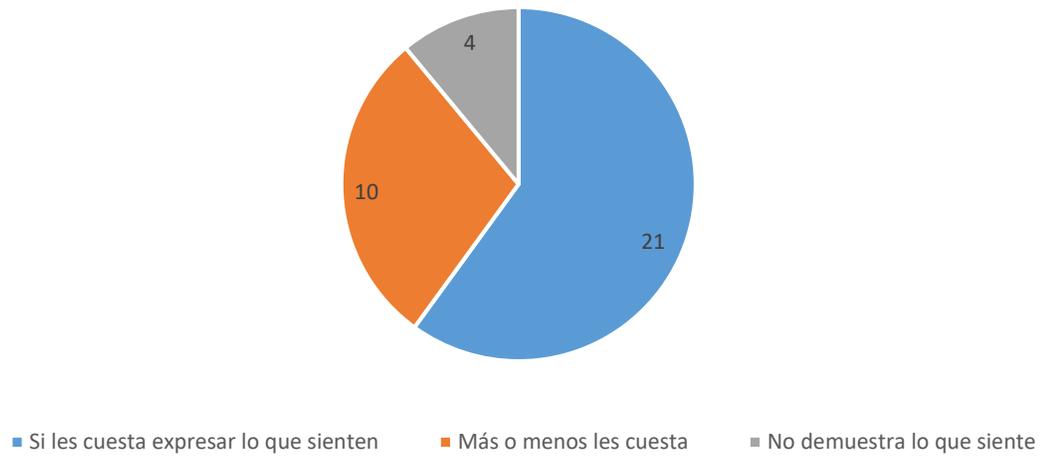
Se encontraron los siguientes resultados: 14 (57%) de los estudiantes dice que, si se acercan al compañero amigo que se siente solo para invitarlo a jugar, mostrando de esta manera una identificación de emociones y reconocimiento en los otros; así como la habilidad de ser empático. 20 (31%) de los estudiantes manifiesta más o menos en algunas ocasiones, lo que indica en que en algunas ocasiones se siente motivado a invitar a jugar a un compañero que se encuentra solo y aburrido y finalmente solo 1 (12 %) dice que no lo hace.



Gráfica 3 Resultado de la pregunta 3

**PREGUNTA 4.** ¿Crees que eres una persona a la que le cuesta expresar lo que le pasa? Encontramos que el 21 (60%) de los estudiantes encuestados manifiestan que, si les cuesta expresar lo que siente a los demás, el 10 (29%) responde que más o menos y el 9 (11%) restante no le cuesta expresar a los demás lo que le sucede. Como se muestra en la gráfica, estos resultados nos llevan a reconocer la necesidad de la alfabetización emocional en los estudiantes.

¿ Crees que eres una persona que le cuesta expresar lo que le pasa?

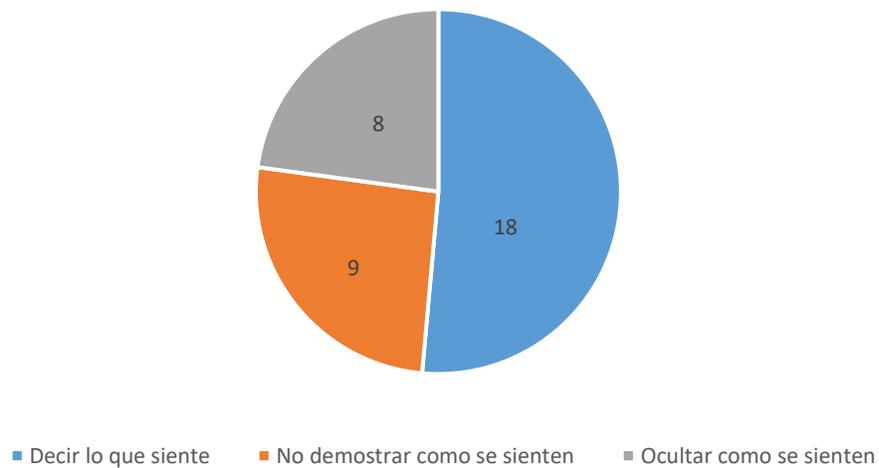


Gráfica 4. Resultado de la pregunta 4

**PREGUNTA 5.** Una persona que se siente angustiada y triste debe:

Decir lo que sienten fue la respuesta que dieron 18 (51%) estudiantes, mientras que 8 (23%) de ellos optaron por ocultar como se sienten y 9 (26%) de ellos respondieron no demostrar lo que sienten a los demás.

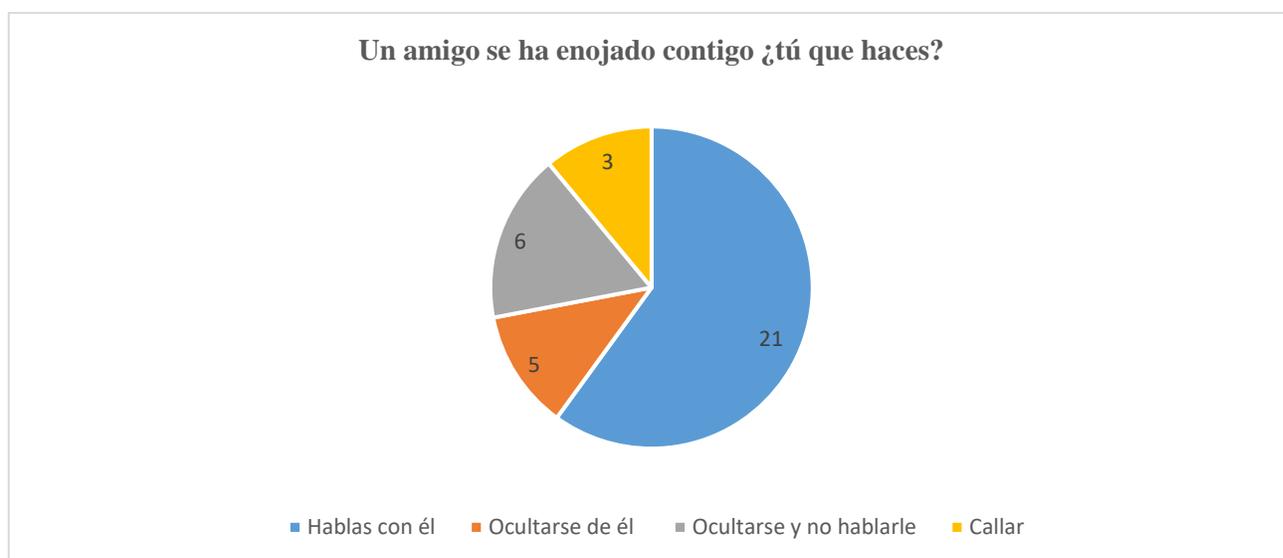
Una persona que se encuentra angustiada y triste debe:



Gráfica 5 Resultado de la pregunta 5

**PREGUNTA 6.** Un amigo se ha enojado injustamente contigo. ¿Tú que haces?:

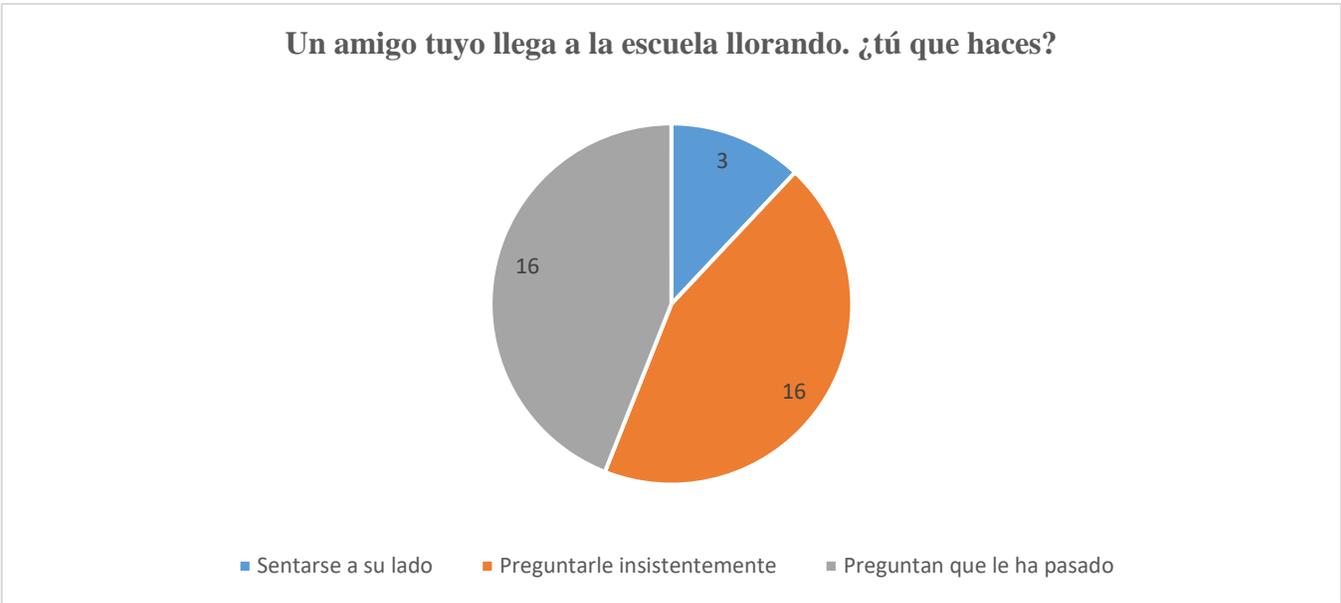
Hablas con él, 21 de los estudiantes es decir el 60 % eligieron ante esta situación hablar con la persona, 6 (12%) prefiere ocultarse de él para no hablarle, lo que da muestra a comportamientos de evitación preguntarle a alguien más si conoce las razones de su enojo, 5 (17%) ocultándose y no hablarle, 3 (11%) de los estudiantes prefiere callar, aunque los recuerdos de la situación le provocan sufrimiento como se observa en la siguiente gráfica.



Gráfica 6 Resultado de la pregunta 6

**PREGUNTA 7.** Un amigo tuyo llega a la escuela llorando. Tú ¿Qué haces?

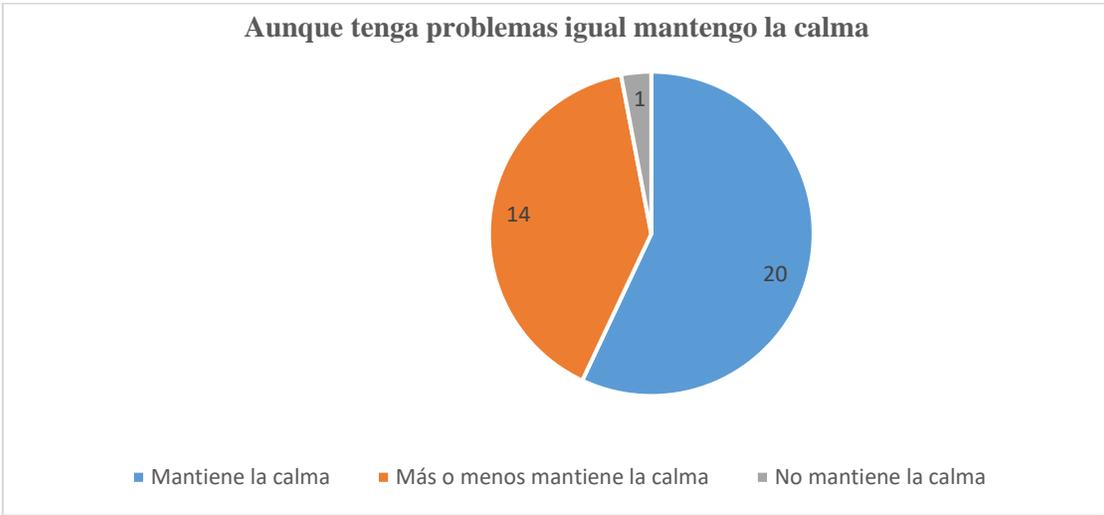
Ante esta situación encontramos que 16 (12 %) de los estudiantes manifiesta sentarse a su lado y preguntarle ¿qué le ha pasado?, 16 (44 %) le pregunta insistentemente ¿qué tiene?, al igual que 3 (44%) le pregunta que le ha pasado. Lo que da muestra del reconocimiento de la emoción tristeza y su expresión en otros.



Gráfica 7 Resultado de la pregunta 7

**PREGUNTA 8.** Aunque tengo problemas, igual mantengo la calma.

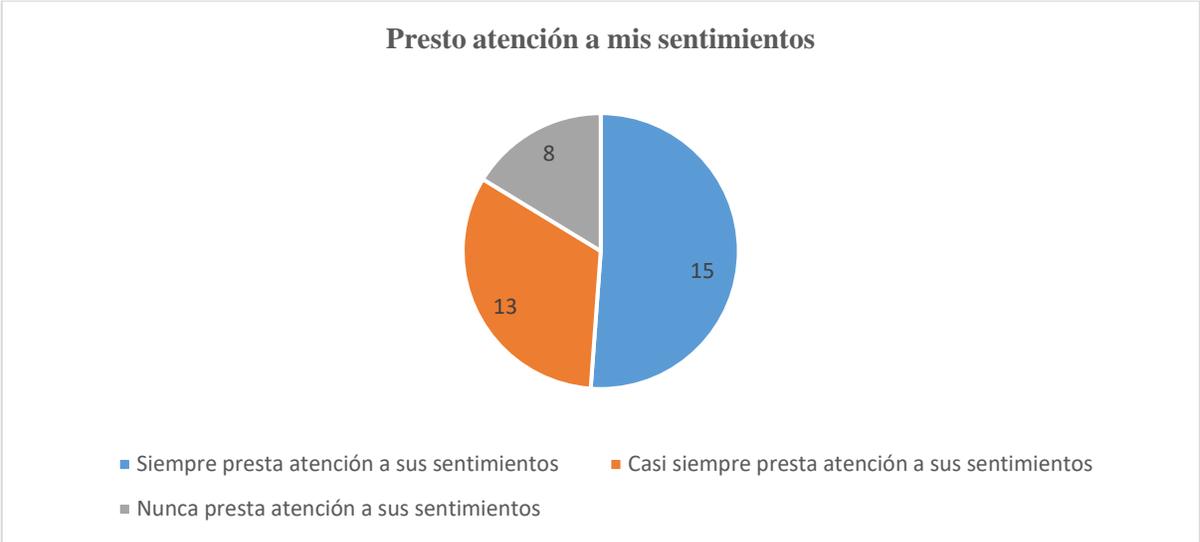
Se encontraron los siguientes resultados, 20 (57%) de los estudiantes encuestados manifiestan que Si, aunque tenga problemas, igual mantienen la calma, mientras que 14 (40%) de los estudiantes responden más o menos ante el sentirse calmado en situaciones que considera con problemas y 1 (3%) restante dice que no mantiene la calma, cuando tiene algún problema. Como se muestra en la gráfica.



Gráfica 8 Resultado de la pregunta 8

**PREGUNTA 9.** Presto atención a mis sentimientos.

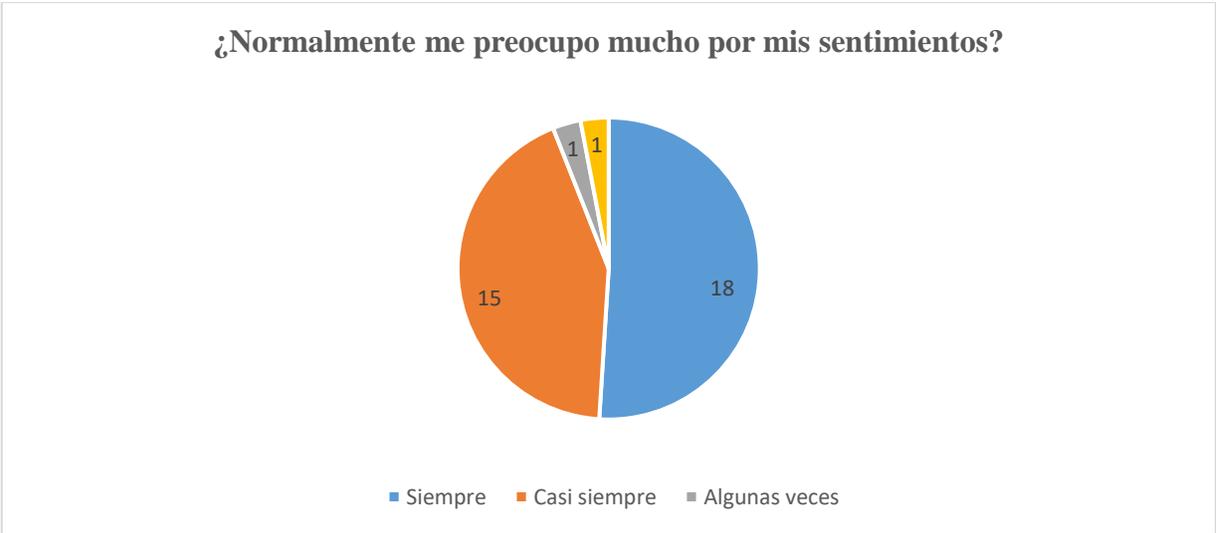
Se encontró que 15 (44%) de los encuestados manifiestan que siempre les presta atención a sus sentimientos, el 10 (28%) dice que casi siempre presta atención a sus sentimientos y el 14% dice que nunca y casi nunca presta atención a sus sentimientos. Desde lo cotidianos preguntamos ¿cómo te sientes? Y ellos lo logran reconocer.



Gráfica 9 Resultado de la pregunta 9

**PREGUNTA 10.** ¿Normalmente me preocupo mucho por mis sentimientos?

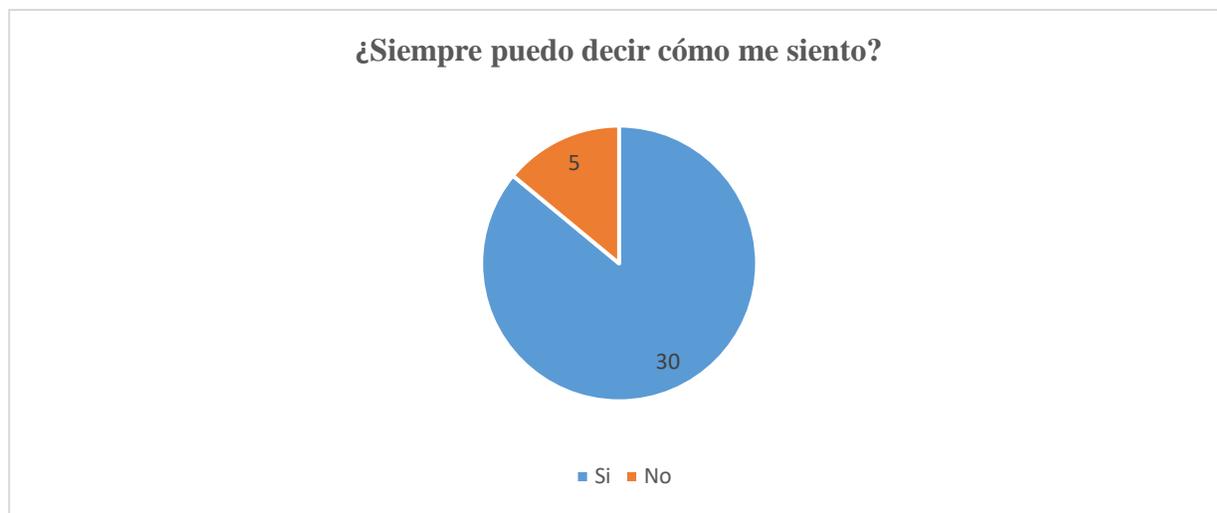
Los encuestados manifiestan que siempre 18 (51%), casi siempre 15 (43%), algunas veces el 1 (3%), Nunca el 1 (3%) se preocupan mucho por sus sentimientos, el 43% expresan que casi siempre, el 3% el resultado es igual en las opciones nunca y casi nunca, se preocupan de sus sentimientos. Como se muestra en la siguiente gráfica:



Gráfica 10 Resultado de la pregunta 10

**PREGUNTA 11.** ¿Siempre puedo decir cómo me siento?

Encontramos que 30 el 86% de los encuestados manifiesta que SI puede decir siempre cómo se siente, mientras que 5 el 14% dice que NO puede decir cómo se siente.



Gráfica 11 Resultado de la pregunta 11

**PREGUNTA 12.** ¿Identificas fácilmente cuando tus amigos se encuentran tristes, felices o enojados o con miedo? ¿Te preocupas por ellos o qué haces?

Se encontró que 25 (71%) estudiantes manifiesta que prefiere comentarle a la profesora para que actúe, 7 (20%) dice que no se da cuenta cuando sus compañeros se encuentran tristes, felices, miedosos o enojados finalmente 3 (9%) dice que se da cuenta de estas situaciones, pero prefieren quedarse callados. Como se muestra en la gráfica. Este resultado nos demuestra que la mayoría de los estudiantes identifican las emociones de tristeza, miedo, ira en sus amigos y recurre al adulto en este caso la docente para que acompañe la emocionalidad de los otros.



Gráfica 12 Resultado de la pregunta 12

Después de la tabulación de la encuesta realizada surgió la propuesta del Botiquín Emocional como estrategia pedagógica al utilizar en el momento de afrontar situaciones que son vivenciadas por los estudiantes en el contexto escolar y que requieren de la competencia autoconocimiento, orientada a la conciencia emocional a través diversas actividades asociadas al botiquín emocional, con la intención no sólo de ser utilizado en el aula de clases del grado tercero de la Institución Liceo Carmelo Percy Vergara, sino estar a la disposición de toda la institución. Ofrecer las herramientas adecuadas y suficientes para el ciclo vital de los estudiantes sus necesidades y comportamientos evidenciados y suficientes adquirir la capacidad de observar, diferenciar y comprender sus propias emociones y las de los demás, a través de los primeros auxilios emocionales que ofrece el Botiquín Emocional.

## **8. Etapa I – Creación del Botiquín Emocional**

Teniendo en cuenta diferentes fuentes bibliográficas investigadas para la creación del Botiquín Emocional este se transformó en una herramienta que contiene recursos didácticos, alguno de ellos adaptados a nuestro contexto e interés particular de esta investigación y otros creados para cada actividad realizada con los estudiantes.

La utilización de las técnicas con imágenes, como reconocimiento de las emociones, las cuales permiten identificar y nombrar a través de la información descriptiva el mundo emocional de los estudiantes, sus experiencias y percepciones, los sensibiliza frente al reconocimiento de sus emociones y las de los demás.

Así como plantear la utilización de materiales propios del aula de clases para construir, representar e identificar las emociones y experiencias de vida dentro de lo cotidiano que las genera.

Algunos de los juegos sobre las emociones han sido descargados de la web y adaptados a las necesidades educativas de la Institución, otros son creación propia. Buscan recrear, enseñar, reflexionar e identificar las emociones. Estos juegos fueron puestos a la disposición de los estudiantes de los diferentes grados de la Institución Educativa en horas de descanso por solicitud de ellos, para todos los que quieran jugar y aprender acerca de las emociones. Se ha podido observar que los juegos han sido llamativos y de gran interés, no solo del grado tercero donde se realizó la propuesta de investigación, sino en todos los grados de transición a quinto.

A continuación, la descripción de cada una de las actividades y juegos propuestos en el Botiquín Emocional.

Alcanzar un nivel de comprensión, aceptación y manejo adecuado de las emociones por parte de los estudiantes facilitará el desarrollo de actividades pedagógicas que los eduquen sobre las mejores formas para manejar las situaciones que se presenten en sus vidas y así lograr que se desarrollen psico-emocionalmente y desplieguen su plan de vida, por ello, mediante los juegos diseñados se impulsarán distintas habilidades de manejo emocional que les sirve a los estudiantes para toda su vida.

**Tabla 2.**

*Descripción de actividades y juegos de mesa del Botiquín Emocional. Fuente: Elaboración propia.*

<p><b>Actividad 1.</b></p> <p><b>Ruleta de las Emociones</b></p>	<p>Es una actividad adaptada del juego de la ruleta, consiste en hacer girar una flecha sobre la ruleta y según la emoción que señale la flecha se harán diferentes tareas como: expresión de las emociones, situaciones que provocan esa emoción, conductas que hacemos cuando tenemos esa emoción. Esta actividad se implementa con los estudiantes en sus horas libres a través de esta dinámica entretenida los niños y niñas reflexionan sobre las diferentes emociones, sobre cómo identificarlas, pueden saber cómo son y cómo se expresan. Se busca desarrollar la inteligencia emocional de los estudiantes,</p>
--	---

	ya que esta es primordial para su sano crecimiento.
<p style="text-align: center;"><b>Actividad 2.</b></p> <p style="text-align: center;"><b>El Emociometro</b></p>	<p>El emociometro es una actividad tomada de la web y adaptada al aula de clases para hacerle seguimiento individual del estado emocional de los estudiantes. Nos permitirá saber día a día cómo considera el niño o la niña que se encuentra emocionalmente para que reflexionen sobre sus emociones y las trabajen. Se inicia la actividad entregándole a cada estudiante cada día una pinza con su nombre y se le muestra el emociometro pegado a la pared. Colocarlo en un lugar visible en el aula de clases para que puedan cambiar la pinza cuando quieran. Cada emoción está representada por un color; Rojo (ira o rabia), amarillo (alegría), azul (tristeza), negro (miedo), verde (desagrado/ asco), cada estudiante debe colocar el gancho donde considere que está la emoción que lo representa en ese momento.</p> <p>El objetivo siempre consiste en preguntarle al niño cómo se siente y que pueda expresarlo fácilmente. Dejar que sea el niño quien elija cómo se encuentra sin influir en su decisión y cuando lo haya hecho será el momento de preguntarle ¿qué es lo que te hace estar así de contento / a? ¿qué podrías hacer para no estar tan enfadado / a?</p>

	<p>Periódicamente se pide a los estudiantes que demuestren el porqué de su emoción tomando consciencia de ellas y determinando los hechos que las generaron. Esta actividad ayuda al niño o niña a entender por qué se sienten y de esta manera intentar que los niños y niñas puedan gestionar sus emociones, ya sea solo o con la ayuda de otra persona. También fomentan la autoestima al ver que el resto se preocupa por ellos, y sirve para educar en empatía, ya que también hay días en que los niños y niñas se sienten tristes o enfadados y pueden lograrlo ponerlo en práctica ayudarles poniéndose en su lugar.</p>
<p><b>Actividad 3.</b> <b>Los 5 frascos de las emociones</b></p>	<p>Esta idea surge de lo observado en el Instituto Claret comunidad Educativa Cristiana de carácter solidario artesanos de la vida al servicio de la educación, pero adaptada a nuestro contexto escolar, la experiencia de aprendizaje “El frasco de las emociones” la cual al culminar la actividad semanalmente se les pregunta ¿Cuál fue la emoción que más le gustó?.</p> <p>La actividad se realiza utilizando 5 frascos con tapa, al lado de cada frasco hay 5 madejas de lana de colores amarillo, azul, rojo, verde, negra y tijeras que se colocan</p>

	<p>sobre una mesa o escritorio en el aula de clases en un lugar visible para los estudiantes cada mañana cuando llegan los estudiantes ellos toman una tijera y una lana que represente cómo se sienten ese día, recortan un pedacito de la lana y la depositan en el frasco que ellos consideren. Cada frasco está marcado con una etiqueta de color que representa una emoción que indica donde depositar la lana, Por ejemplo, si el estudiante llega feliz, tomará una lana amarilla, la recorta y la deposita en el frasco amarillo y así sucesivamente hasta finalizar la semana. El frasco negro representa el miedo, el amarillo la alegría, el rojo la rabia, el azul la tristeza y el verde el desagrado / asco. Con esta actividad los niños y niñas reconocen y expresan sus emociones. Al finalizar la semana escolar el estudiante está en disposición de saber cuál fue la emoción que más lo acompañó durante ese tiempo y cuáles fueron las situaciones que provocaron esa emoción.</p>
<p><b>Actividad 4.</b> <b>Proyección película intensamente de Disney - pixar</b></p>	<p>Dado que la película se centra en personificar 5 grandes emociones: miedo, alegría, tristeza, rabia, desagrado/ asco, sirve como herramienta de identificación de las mismas y asociarlas a las personalidades de cada uno, facilitando el auto conocimiento y la convivencia</p>

	<p>armónica con los demás.</p> <p>Cada una de las emociones son primordiales para afrontar las situaciones de la vida diaria, pues desempeñan un papel fundamental en nuestra vida. En lugar de esconder o evadir emociones como la rabia, el miedo hay que afrontarlas, conocerlas y aceptarlas. Así las cosas, para aprender a manejar las emociones que experimentamos día a día es necesario identificarlas inicialmente y comprenderlas, por ello, después de disfrutar la película cada estudiante dio su punto de vista y concluimos que, simplemente no se puede ser feliz 100 % del tiempo, que es normal y saludable experimentar esas emociones negativas que permiten equilibrar la personalidad, relacionarse con el ambiente y con las demás personas, siendo saludable el expresarlas para un desarrollo óptimo como personas.</p>
<p><b>Actividad 5.</b> <b>El teatrillo de las emociones</b></p>	<p>Es una actividad que se realiza con los estudiantes del grado tercero en el área de ética y valores. Se les explica en clase qué son las emociones y qué representan, ellos en grupos de 4 o 5 estudiantes montan un pequeño drama de historias inventadas por ellos mismos que represente una emoción, para mostrar al resto de estudiantes de los</p>

otros grados su obra en horas de descanso pedagógico.

Se inicia la actividad explicándole a los estudiantes que se trabajará pequeñas obras de teatro, pero con el tema de las de emociones, los personajes que tenemos que representar son las emociones básicas: tristeza, alegría, miedo, ira, desagrado/ asco para eso repartimos a cada estudiante una tarjeta con una emoción, deberán agruparse con los que tienen la misma (todos los que tengan alegría, todos los que tengan tristeza y así sucesivamente) la tarjeta que le corresponda esa debe dramatizarla con su títere. Ya formados los grupos, tendrán que preparar la función, se les da tiempo suficiente para que organicen y cuando todo esté dispuesto cada grupo representará su drama.

De este modo se busca de una manera divertida y dinámica que los niños se tomen el lugar de la emoción que le correspondió y comprendan cada una de ellas. Así mismo, desarrollamos su creatividad, capacidad de trabajo en equipo y habilidades sociales.

El objetivo de la actividad es desarrollar la inteligencia emocional, fomentar el conocimiento sobre las emociones, identificarlas y reconocer su expresión.

	Favoreciendo así, la sensibilización hacia la educación emocional.
<b>Actividad 6.</b> <b>Lectura de cuentos sobre las emociones</b>	La finalidad de la actividad es compartir con los estudiantes cuentos diferentes a los tradicionales, en donde los personajes principales son las emociones. La docente encargada del grupo lee en voz alta el cuento hasta llegar a un punto a parte, ahí debe seguir la lectura un estudiante, igual al llegar a un punto aparte sigue otro estudiante hasta terminar de leer el cuento. Después se les hace preguntas acerca de los personajes del cuento y de la trama que allí sucede. Leímos cuentos tales como: Amigos de la noche, Barón y niño triste, El enfado de Roqui, El amable erizo Pinchón.
<b>Actividad 7.</b> <b>Mis Caras</b>	La función de la actividad es que los estudiantes reconozcan los diferentes gestos que hacemos cuando sentimos una determinada emoción, como fruncir el ceño cuando estamos enojados o levantar las cejas cuando queremos decir algo. La docente encargada del grado les muestra a los estudiantes una silueta de un rostro hecho en cartón o cartulina gruesa sin cejas, sin boca, sin nariz y sin ojos. La actividad consiste en que el estudiante le coloque a la silueta los ojos, la nariz, la

	boca según la emoción que él o ella quiera demostrar.
<b>Actividad 8.</b> <b>Construyendo el monstruo de colores</b>	<p>La actividad se basa en el cuento Monstruo de colores escrito por la autora, Anna Llenas en 1977 donde los niños y niñas pueden explorar y expresar las emociones de una manera creativa y divertida. Tomando como ejemplo hicimos la adaptación para que la actividad en el aula el estudiante relaciona cada emoción con un color, de esta manera es muy fácil para poder identificarla y además ayudamos a etiquetar las distintas emociones. El objetivo de la actividad en el aula de clases es de enseñar a los niños y niñas a tomar consciencia de la existencia de las emociones. Identificar las emociones: miedo, rabia, alegría, tristeza, desagrado/ asco y conocer la definición de cada una de ellas. Para ello se dibujó en grande la silueta del monstruo, los estudiantes se dividieron en subgrupos algunos coloreaban al monstruo y lo recortaban su silueta, mientras otros recortaban de revistas, periódicos, material impreso imágenes de rostros que expresan las diferentes emociones y los colocan sobre la mesa. Otro grupo se encargaba de recortar en cartulinas de colores los frascos que representaban cada emoción. Al finalizar la actividad se colocaba la silueta del monstruo en la</p>

	<p>parte central del tablero, se pega al lado de la silueta los 5 frascos que representan rojo (rabia) negro (miedo), amarillo (alegría), azul (tristeza), y verde (desagrado o asco). Cada estudiante debe ubicar en cada frasco tres recortes que representen la emoción según el color y explicar qué emoción sienten en ese momento.</p>
--	--

<p><b>Juegos de Mesa para trabajar las competencias Autoconocimiento y Conciencia Emocional</b></p>	
---	--

<p><b>Juego 1.</b></p> <p><b>La Oca</b></p>	<p>Desde un impulso positivo a las emociones mediante abrazos y cumplidos se cimienta la unión entre los estudiantes, para ello se utilizará un tablero, un dado y unas fichas que permiten avanzar hacia la Gran Oca, permitiendo al jugador avanzar o retroceder a medida que expresa sus emociones.</p> <p>Así las cosas, los colores permitirán identificar los refuerzos positivos a utilizar para potenciar la confianza y los sentimientos de los menores, donde el azul significa una acción de refuerzo positivo para los jugadores, el verde algo especial que permite al jugador avanzar o retroceder, el rojo la Oca que indica avanzar una casilla y volver a lanzar los dados y el amarillo la penalización que impide lanzar los dados por un turno.</p>
---	---

	<p>En las casillas azules se responderá al interrogante: ¿en qué momento sientes la emoción?</p>
<p><b>Juego 2</b> <b>Yo siento</b></p>	<p>Este es un juego que a los estudiantes le gusta mucho jugar. Es una manera genial de acercar y entusiasmar a los estudiantes acerca de la Educación Emocional. Este juego de mesa se complementa en la clase con el área de ética y valores para hablar de la importancia del “YO” y emplear las emociones de forma positiva.</p> <p>Para jugar este juego de mesa, hay que tirar un dado y mover la ficha ese número de espacios. Los estudiantes tendrán que leer la emoción en la que se encuentran y narrar un momento en el que se sintieron felices, avergonzados u orgullosos. Por ejemplo, pueden decir: “Me sentí orgulloso cuando gané el examen de matemáticas , me siento feliz cuando voy al parque con mi mamá”.</p> <p>Este juego de mesa de las emociones incluye instrucciones a seguir y pueden participar de 2 a 4 estudiantes, por lo que es ideal hacerlo en parejas o en pequeños grupos. Una actividad genial para romper el hilo entre los estudiantes y hablar de forma abierta acerca de las emociones.</p>

<p style="text-align: center;"><b>Juego 3</b></p> <p><b>El parqués de las emociones</b></p>	<p>El parqués es un juego de mesa tradicional, con dos dados y cuatro fichas, pero con la diferencia que encontramos las emociones en las casillas. Pueden participar de 2 a 8 participantes un tablero de 8 puestos. Lanzando los dados hasta lograr sacar dobles para poder iniciar el juego y salir. El primero que llegue a la meta con sus cuatro fichas es el ganador de la partida.</p> <p>Al inicio del juego cada jugador escoge un color que representa una emoción, cada jugador inicia con 4 fichas ubicadas dentro de su base identificadas con el mismo color.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Juego 4</b></p> <p><b>El Bingo de las Emociones</b></p>	<p>Se trata de un bingo muy similar al tradicional, adaptado al tema de las emociones, pero con la diferencia que los estudiantes no van a identificar figuras u objetos en los cartones, sino en el juego permite descubrir y dialogar acerca de los sentimientos y comprender las emociones propias y las de los demás.</p> <p>El material utilizado es cartón grueso con figuras con cada una de las emociones y bolsa para sacar las fichas de emociones y poder jugar. En primer lugar, se meten todas las fichas de las emociones en una bolsa después, repartimos los cartones del bingo a los estudiantes una</p>

	<p>persona es la encargada de sacar cada ficha de la bolsa.</p> <p>Cuando sacamos la tarjeta con la emoción, se la mostramos al resto de jugadores y preguntamos ¿Qué emoción es esta? ¿Cómo la expresamos, ¿Cuándo nos sentimos así?</p> <p>Por ejemplo, si mostramos la ficha de la emoción la tristeza, le preguntamos ¿qué emoción es? hacemos que la exprese con gestos y después podemos reflexionar acerca de cuándo nos sentimos así y compartirlo con los demás. Cuando llenamos todo el cartón gana la persona que dice bingo.</p> <p>Cuando finalicemos el juego podemos conversar con los estudiantes acerca de las emociones y que indiquen qué fue lo que más les gustó. Este juego lo podemos jugar con los estudiantes en el receso escolar o como una pausa activa dentro del horario escolar.</p>
--	---

## 9. Etapa II aplicación del botiquín emocional

Los juegos y las actividades de conexión y reconocimiento emocional planteadas buscaron potencializar el autoconocimiento y la conciencia emocional como competencias socioemocionales en los estudiantes y el Botiquín Emocional como recurso didáctico para el acompañamiento que brinda el docente dentro del contexto escolar. Se hace uso del Botiquín Emocional en el aula de clases y otros espacios físicos de este entorno de convivencia en la asignatura como la de ética y valores.

### Tabla 3.

*Registro fotográfico acompañamiento a estudiantes del grado tercero de primaria en el aula y otros espacios del contexto escolar. fuente: elaboración propia.*

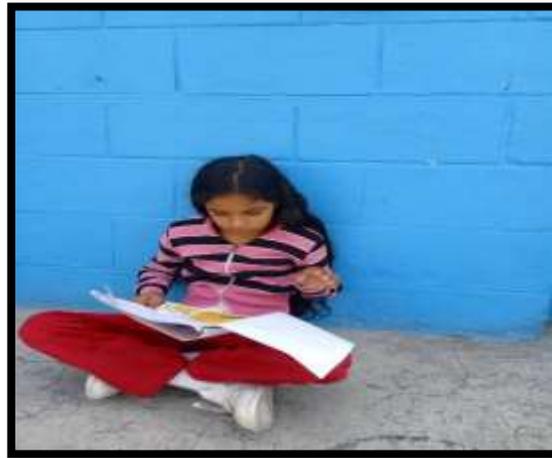
<b>Botiquín Emocional</b>	
<b>Actividades para trabajar las competencias socioemocionales: autoconocimiento y Conciencia Emocional</b>	
Actividad 1. Ruleta de las Emociones	

<p>Actividad 2. El Emociometro</p>	 A photograph showing a group of children in a classroom. They are gathered around a wall-mounted activity titled 'EMOCIOMETRO'. The activity consists of five vertical, colorful sticks (yellow, pink, blue, black, red) with small figures at the top. The children appear to be placing or adjusting these figures. To the left, there is a sign that says 'MUNDO DE CLASES'.
<p>Actividad 3. Los 5 frascos de las emociones</p>	 A photograph of a child sitting at a table covered with a blue cloth. The child is focused on five small, clear plastic bottles arranged on the table. Each bottle contains a different colored liquid or substance. A sign is visible on the wall behind the child.
<p>Actividad 4. Proyección película intensamente de Disney - pixar</p>	 A photograph of a classroom where a group of children are sitting on the floor, watching a movie. The room is decorated with balloons and posters. A projector screen is visible on the right side of the room, displaying a scene from a movie. The children are looking towards the screen with interest.

Actividad 5. El  
teatrillo de las  
emociones



Actividad 6.  
Lectura de cuentos  
sobre las  
emociones



Actividad 7. Mis  
caras



<p>Actividad 8. Construyendo el monstruo de colores</p>	
---	--

**Juegos de Mesa para trabajar las competencias Autoconocimiento y Conciencia Emocional**

<p>Juego 1. La Oca</p>	
------------------------	---

<p>Juego 2. Yo siento</p>	
---------------------------	--

Juego 3 El parqués  
de las emociones



Juego 4. El Bingo  
de las emociones



## **10. Hallazgos y conclusiones**

Un estado emocional óptimo es de vital importancia en la formación de los niños y niñas. Esto les ayuda a incorporarse en un grupo social de agrado para ellos teniendo la habilidad de comprender, reconocer y regular las emociones propias y las de los demás. A continuación, se presentan las conclusiones que dieron respuesta a la pregunta de investigación.

Por lo cual, el rol del docente como facilitador de recursos y estrategias para el fortalecimiento de las competencias socioemocionales y acompañamiento de éstas cobra relevancia en los contextos educativos.

A lo largo de la investigación se logra comprender y analizar la influencia de la escolarización en la identificación y reconocimiento de las emociones por parte de los niños y niñas, lograron reconocerse como seres emocionales donde las emociones fueron expresadas a través de las actividades de manera individual y colectiva en el juego y la interacción con sus pares de la Institución Educativa, con la implementación del Botiquín Emocional por medio de las diferentes actividades realizadas por ellos.

Emociones como la rabia, la tristeza, la alegría, el miedo dando a conocer la importancia emocional de los niños y niñas puesto que se ha evidenciado que, comprenden muy bien el significado de cada emoción, generando ciudadanos con buenas bases emocionales. Bisquerra (2003) brinda una serie de argumentos por los cuales se deberían incorporar los programas de Educación Emocional en los centros educativos:

- Las competencias socioemocionales son un aspecto básico del ser humano y de la preparación para la vida.

- Hay un interés creciente por parte de los educadores sobre temas de educación emocional.
- La necesidad de aprender a regular las emociones negativas para prevenir comportamientos de riesgo.

La educación debe ser el centro y la prioridad de la sociedad. Si no actuamos con urgencia, los impactos de la pandemia afectarán por generaciones a nuestro país. Tanto el gobierno como la sociedad en general tenemos la inmensa responsabilidad de poner como prioridad a nuestros niños, niñas y jóvenes, pues son nuestro presente y futuro, y juntos podríamos llevar a Colombia a alcanzar el gran potencial que sabemos tiene.

Las herramientas creadas y trabajadas en el Botiquín Emocional y utilizadas en el aula de clases y fuera de ella como recurso y en horas de receso pedagógico, son de gran ayuda como recurso didáctico en mi quehacer docente ya que me permiten llegar, acercarme y acompañar a mis estudiantes de una manera lúdica y divertida en temas que son considerados en ocasiones por los docentes, como de gran responsabilidad y cuidado como son las emociones.

Reciben mi acompañamiento como docente los estudiantes del grado cuarto de primaria ganando desde su mundo emocional y la construcción de su identidad, siendo una abanderada de la educación emocional en los contextos escolares.

El Botiquín Emocional como recurso didáctico en mi labor docente me contribuyó al acompañamiento personalizado con cada uno de mis estudiantes. Me permitió adentrarme a su mundo emocional a sus sentimientos, sueños, dolores, preocupaciones y alegrías. Observé en ellos su cambio de actitud poco a poco con el reconocimiento y tránsito en ellos en cada

una de las emociones y el reconocimiento en los otros. Los padres de familia aducen que se ha visto el cambio de actitud de sus hijos en el hogar, ya que los estudiantes son menos impulsivos, más sociables y amorosos con los miembros de su familia.

El Botiquín Emocional como recurso, permitió a través de cada una de las actividades y juegos el interés y la motivación de los estudiantes para su uso diario. La frecuencia con la que se realizaron las actividades permitió el afianzamiento permanente de las habilidades socioemocionales; autoconocimiento y conciencia emocional. El recurso didáctico Botiquín Emocional fue de gran impacto para la comunidad educativa, despertó el interés de los docentes y padres de familia de los otros grupos. Ganamos un recurso didáctico que puede ser usado en otros grados y en otras sedes de la Institución Educativa.

Los juegos y actividades del Botiquín Emocional han sido de gran ayuda en los estudiantes del grado cuarto ya que se escuchan expresiones en el aula de clases cómo: “ya sé que tengo que calmarme, respirar profundamente, contar hasta 10 y controlar mi ira, y pensar si lo que voy a hacer o decir afecta a otra persona o a mí”.

El juego del Emociometro fue la actividad que más frecuente utilizaban los estudiantes. Esta le permitía cambiar cada día el gancho que tenía su nombre, cambiarlo de posición, si estaba en tristeza al iniciar la jornada escolar, al finalizarla si quería tenía la posibilidad de cambiar a la alegría u otra emoción si era su elección.

La innovación la podemos encontrar como docentes, creando recursos adaptados al contexto en el cual nos encontramos, y observando cómo desde la lúdica, el juego, el arte, la diversión se puede llegar a grandes transformaciones e impactar de manera positiva la mente, el corazón y el cuerpo de nuestros estudiantes.

Los docentes tenemos la responsabilidad de ver al otro que tenemos en frente y desde allí validar sus emociones, expresiones y comportamientos que vienen enmarcados posiblemente por diversas situaciones que desde nuestra creatividad, innovación y gestión podemos acompañar y confiar en los procesos de aprendizaje que cada estudiante tiene en permanente construcción de sí mismo, las experiencias de vida y la manera de estar en ella.

## **11. Recomendaciones**

- Se recomienda a los docentes realizar las actividades y juegos propuestos en el Botiquín Emocional de manera transversal en las áreas fundamentales: castellano, sociales, naturales y matemáticas.

-Incentivar a la comunidad educativa en general a ser partícipe de las actividades y juegos del Botiquín Emocional.

-Para el trabajo y acompañamiento con población infantil utilizar recursos didácticos que les permitan reconocer, crear, reflexionar e interactuar de manera individual y grupal mediante el juego, los espacios lúdicos y la expresión corporal que generen conexión con su identidad (quiénes son ellos) y la identidad de los otros.

-Un aprovechamiento de los espacios del entorno escolar para el desarrollo de las actividades, saliendo entonces del aula de clase a la interacción con el ambiente y el uso de los recursos naturales con los cuales se cuentan en cada Institución Educativa.

- Finalmente, se recomienda espacios de socialización con los padres de familia, educadores y comunidad que permitan ser redes de apoyo para el acompañamiento socioemocional de los niños y niñas para el desarrollo y fortalecimiento de las competencias autoconocimiento y conciencia emocional, ya que todos podemos ser agentes responsables de transformaciones para el bienestar.

## Referencias Bibliográficas

- Alfonso, N. (2020). *EDUCACIÓN EMOCIONAL EN NIÑOS DE PRIMARIA EN COLOMBIA DEL AÑO 2008 AL 2018*. Obtenido de Universidad Distrital Francisco José de Caldas:  
<https://repository.udistrital.edu.co/bitstream/handle/11349/25065/AlfonsoVanegasNataliaSofia2020.pdf?sequence=1>
- Álvarez, E. (2020). Educación socioemocional. *Controversias y Concurrencias Latinoamericanas*, 388-408.
- Anaya, A., & Carrillo, E. (2019). *Competencias socioemocionales para el desarrollo de la sana convivencia en educación básica secundaria*. Obtenido de Universidad de la Costa:  
<https://repositorio.cuc.edu.co/bitstream/handle/11323/5763/Competencias%20socioemocionales%20para%20el%20desarrollo%20de%20la%20sana%20convivencia%20en%20educaci%C3%B3n%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Aresté, J. (2015). *Las emociones en educación infantil: sentir, reconocer y expresar*. Obtenido de Universidad Internacional de la Rioja:  
<https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/3212/ARESTE%20GRAU%2C%20JUDIT.pdf?sequence=1>
- Arias, C., & Acevedo, J. (2020). *El manejo de las emociones en los niños de primaria del Colegio Sagrado Corazón de Jesús de Armenia*. Obtenido de Universidad CES:  
[https://repository.ces.edu.co/bitstream/handle/10946/4858/1094960078\\_2020.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repository.ces.edu.co/bitstream/handle/10946/4858/1094960078_2020.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
- Bisquerra-Alzina, R., & Pérez-Escoda, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 61-82.
- Camacho, J., & Pérez, I. (2019). *Competencias socioemocionales mediante el uso de recurso educativo WIX en estudiante de Básica Primaria*. Obtenido de Universidad de la Costa:  
<https://repositorio.cuc.edu.co/bitstream/handle/11323/5920/Competencias%20socio>

emocionales%20mediante%20el%20uso%20de%20recurso%20educativo%20WIX  
%20en%20estudiante%20de%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Chacón, F., Bustos, G., Camaño, D., & Cardozo, J. (2013). *POTENCIAR EL DESARROLLO EMOCIONAL DE LOS NIÑOS EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA POR MEDIO DE LOS JUEGOS EN LOS GRADOS SEGUNDO Y TERCERO DE PRIMARIA DEL COLEGIO VISTA BELLA SEDE C*. Obtenido de Universidad Libre: <https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/8588/tesis%20final%20imprimir%201.pdf;sequence=1>

Colombia Aprende. (s.f). *Educación socioemocional para todos los niveles*. Obtenido de Colombia Aprende: <https://movil.colombiaaprende.edu.co/aprende-en-casa/educacion-socioemocional-para-todos-los-niveles>

Correa, S., & García, Y. (2021). *Revisión documental sobre las competencias socioemocionales (CSE) que se desarrollan en el ámbito educativo en Iberoamérica en el periodo 2011-2021*. Obtenido de Universidad Cooperativa de Colombia: [https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/36548/1/2021\\_competencias\\_socioemocionales.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/36548/1/2021_competencias_socioemocionales.pdf)

Francolino, C., Galzerano, J., Mansilla, M., Dapuetto, J., Llado, M., & Deque, B. (2010). Evaluación del cuestionario de calidad de vida relacionada con la salud: functional assessment of HIV infection, en pacientes portadores del virus de inmunodeficiencia humana. *Revista Médica de Uruguay*, 129-137.

González, S. (2014). *Competencias socioemocionales en alumando de primaria: validación inicial de la escala SEARS-C*. Obtenido de Universidad de Valladolid: <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/7747/TFG-G862.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ibáñez-Martínez, N., & Romero, C. (2019). *Promoviendo la competencia socioemocional en la infancia temprana. Estudio de casos*. Obtenido de Universidad de Sevilla: <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/93821/PROMOVIENDO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Líderes Educativos. (30 de junio de 2023). *CENTRO LÍDERES EDUCATIVOS PUCV SERÁ SEDE DEL SIMPOSIO INTERNACIONAL “LIDERAZGO PARA EL APRENDIZAJE PROFESIONAL”*. Obtenido de Líderes Educativos: <https://www.lidereseducativos.cl/wp-content/uploads/2020/08/Conferencia-Carmen-%20Montecinos-final.pdf>

Morales, A. (2021). *Las competencias socioemocionales en el rendimiento académico. El caso de ex alumnos de la escuela primaria Gabino Barreda*. Obtenido de Universidad Iberoamericana Puebla: <http://repositorio.iberopuebla.mx/bitstream/handle/20.500.11777/5082/Morales%20Flores%2c%20Adriana.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Olmedo-Fernández, E. (2013). *Creciendo emocionalmente. Desarrollo de las competencias socioemocionales en el 1r Ciclo de Primaria*. Obtenido de Universidad Internacional de la Rioja: [https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2028/2013\\_07\\_25\\_TFG\\_ESTUDIO\\_DEL\\_TRABAJO.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2028/2013_07_25_TFG_ESTUDIO_DEL_TRABAJO.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Rendón, M., Cuadros, O., Hernández, B., Monterrosa, D., Holguín, A., Cano, L., . . . Ortiz, A. (2015). *Las competencias socioemocionales en el contexto escolar*. Obtenido de Universidad de Antioquia: [https://www.researchgate.net/profile/Maria\\_Rendon\\_Uribe/publication/303383354\\_Las\\_competencias\\_socioemocionales\\_en\\_el\\_contexto\\_escolar/links/606e319b4585150fe98fe6a9/Las-competencias-socioemocionales-en-el-contexto-escolar.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Maria_Rendon_Uribe/publication/303383354_Las_competencias_socioemocionales_en_el_contexto_escolar/links/606e319b4585150fe98fe6a9/Las-competencias-socioemocionales-en-el-contexto-escolar.pdf)

Talavera, E., & Peña, M. (2010). LAS COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONALES COMO FACTOR DE CALIDAD EN LA EDUCACIÓN. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 82-95.

# **Anexos**



INSTITUCIÓN EDUCATIVA  
**LICEO CARMELO PERCY VERGARA**  
Corozal (Sucre)  
Dane: 170215000284 Dian: 892-201-149-8  
Plantel oficial nacionalizado. Bachillerato académico y técnico.  
Código ICFES: 015511 (matinal), (vespertina) 030908 (nocturna) 030616  
APROBACION OFICIAL SEGÚN RESOLUCIÓN N° 1626 DE DICIEMBRE 3 DE 1998

**Dirección:**  
Calle 42 nº 21J21  
Barrio San Ignacio  
**Telefax:**  
2857278

## Anexo 1 - Encuesta

### **Institución Educativa Liceo Carmelo Percy Vergara Sede Ignacio Muñoz Jaraba - jornada matinal**

#### **Instrumento de valoración (encuesta)**

Esta encuesta permitirá comprender como trabajar la educación emocional en el aula específicamente el 3° grado del Liceo Carmelo Percy Vergara sede Ignacio Muñoz Jaraba Jornada matinal.

Responde a las siguientes preguntas y afirmaciones eligiendo sólo una opción.

1. ¿Soy una persona alegre?

- a) Si
- b) Más o menos
- c) No

2. ¿Estoy agradecido con varias personas, por lo que hacen por mí

- a) Si
- b) Más o menos
- c) No

3. ¿Cuándo alguien está solo y aburrido me dan ganas de acercarme y jugar con el ¿

- a) Si
- b) Más o menos
- c) No

4. ¿Crees que eres una persona a la que le cuesta expresar lo que le pasa ¿

- a) Siempre
- b) Casi siempre
- c) Nunca

5. Una persona que siente angustiada y triste debe:

- a) Ocultar lo que siente
- b) Decir lo que siente
- c) Decir lo que siente e intentar resolverlo
- d) No debe decir nada a nadie para que no se rían de él / ella

6. Un amigo se ha enojado injustamente contigo ¿Qué haces tú? ¿Hablas con él en privado para preguntarle qué le ha sucedido?

- a) Te ocultas de él para no hablarle y prefieres quedarte con la duda de no saber que lo ha ofendido
- b) Le preguntas a un amigo en común si sabe las razones del enojo de tu amigo contigo

7. Un amigo tuyo llega a la escuela completamente desconsolado y llorando. ¿Tú qué haces?

- a) Solamente le miras
- b) Te sientas a su lado y simplemente aguardas a que él te hable
- c) Le preguntas ¿Qué le ha pasado? Y esperas a que él responda. Si no lo hace simplemente colocas tu brazo en su hombro en señal de apoyo y comprensión.
- d) Le preguntas insistentemente cada 5 minutos ¿Qué es lo que le ocurre?

8. Aunque tengas problemas, igual mantengo la calma

- a) Si
- b) Más o menos
- c) N

9. ¿Presto atención a mis sentimientos?

- a) Siempre
- b) Casi siempre
- c) Nunca
- d) Casi siempre

10. ¿Normalmente me preocupo mucho por mis sentimientos?

- a) Siempre
- b) Casi siempre

c) Algunas veces

d) Nunca

11. ¿Siempre puedo decir cómo me siento?

a) Si

b) No

12. ¿Identificas fácilmente cuando tus amigos se encuentran tristes, miedosos, felices o enojados? ¿Te preocupas por ellos? ¿Qué haces?

a) No me doy cuenta

b) Le digo a la profesora para que lo calme

c) Si me doy cuenta, pero no hago nada.

## Anexo 2 - Fotografías de la encuesta diligenciada

INSTITUCIÓN EDUCATIVA LICEO CARMELO PÉREZ VARGAS SEDE JUNACO MUÑOZ  
JARRA JORNADA MATUTNA  
INSTRUMENTO DE VALORACIÓN (ENCUESTA)

Esta encuesta permitirá comprender como potencializar la educación emocional en el aula específicamente el 4º grado del Liceo Carmelo Pérez Vargas sede Ignacio Muñoz Jarrá jornada matutna.

1. ¿Hay una persona alegre?  
 a) Sí  
 b) Más o menos  
 c) No
2. Estoy agradecido con varias personas, por lo que hacen por mí.  
 a) Sí  
 b) Más o menos  
 c) No
3. Cuando alguien está solo y aburrido me dan ganas de acompañarlo y jugar con él.  
 a) Sí  
 b) Más o menos  
 c) No
4. ¿Crees que eres una persona a la que le cuesta expresar lo que le pasa?  
 a) Siempre  
 b) Casi siempre  
 c) Nunca
5. Una persona que se siente angustiada y triste debe:  
 a) Ocultar lo que siente  
 b) Decir lo que siente  
 c) Decir lo que siente e intentar resolverlo  
 d) No debe decir nada a nadie para que no se rían de él/ella
6. Un amigo se ha enojado injustamente contigo. Tú:  
 a) Hablas con él en privado para preguntarle qué le ha sucedido.  
 b) Te ocultas de él para no hablarle. Prefieres quedarte con la duda de lo que le ha ofendido.  
 c) Durante la noche recuerdas lo ocurrido y sufres  
 d) Le preguntas a un amigo en común si sabe las razones del enojo de tu amigo contigo.
7. Un amigo tuyo llega a la escuela completamente desconsolado y llorando. Tú ¿Qué haces?  
 a) Solamente le miras.  
 b) Te sientas a su lado y simplemente aguardas a que él te hable  
 c) Le preguntas que le ha pasado y esperas a que él responda. Si no lo hace simplemente colocas tu brazo en su hombro en señal de apoyo y comprensión.  
 d) Le preguntas insistentemente cada 5 minutos que es lo que le ocurre

8. Nunca tengo problemas, igual comparto la culpa  
 a) Más o menos  
 b) No
9. Presto atención a mis sentimientos.  
 a) Siempre  
 b) Casi siempre  
 c) Nunca  
 d) Casi Nunca
10. Normalmente me preocupo mucho por mis sentimientos.  
 a) Siempre  
 b) Casi siempre  
 c) Nunca  
 d) Casi Nunca
11. Siempre puedo decir cómo me siento.  
 a) Sí  
 b) No
12. Manténme informado cuando tus amigos se encuentran tristes, felices o enojados. ¿Te preocupan por ellos o que hacen?  
 a) No me doy cuenta.  
 b) Le digo a la profesora para que lo cuente.  
 c) Si me doy cuenta, pero no hago nada.

## Anexo 3. Fotografías de la aplicación de la encuesta

