

Narrar para sentir: fortalecimiento del autocontrol en niños de jardín mediante el muro de las emociones

Karen Dayana Rios Rodriguez

Asesor

Erika Tatiana Tovar Hernández

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias de la Educación ECEDU

Licenciatura en Pedagogía Infantil

2025

Resumen

Este documento es el resultado de un ejercicio de investigación formativa, desarrollado como opción de grado, que permitió reflexionar sobre la práctica pedagógica y la investigación educativa. El estudio se llevó a cabo en La institución educativa Liceo Campestre Montessori trabajando con niños y niñas del grado de jardín, con edades entre los 5 y 6 años. El objetivo general fue potenciar el autocontrol emocional mediante la implementación de narraciones y el muro de las emociones, utilizando un enfoque cualitativo y experimental en el que puso en juego el fortalecimiento del autocontrol emocional reconociendo sus efectos en la construcción de la experiencia emocional de los estudiantes. A partir de este ejercicio investigativo, se concluyó que la implementación de estas estrategias favoreció significativamente la capacidad de los niños y niñas para identificar y gestionar sus emociones, promoviendo un ambiente de aprendizaje más colaborativo y seguro.

Palabras clave: Fortalecimiento, autocontrol, emocional, ambiente.

Abstract

This document is the result of a formative research exercise, developed as a degree option, which allowed us to reflect on pedagogical practice and educational research. The study was carried out at the Liceo Campestre Montessori educational institution working with boys and girls in kindergarten grade, aged between 5 and 6 years. The general objective was to enhance emotional self-control through the implementation of narratives and the wall of emotions, using a qualitative and experimental approach in which the strengthening of emotional self-control was put into play, recognizing its effects on the construction of the students' emotional experience. From this research exercise, it was concluded that the implementation of these strategies significantly favored the children's ability to identify and manage their emotions, promoting a more collaborative and safe learning environment.

Keywords: Strengthening, self-control, emotional, environment.

Tabla de Contenido

Introducción	7
Caracterización	9
Planteamiento Del Problema.....	11
Pregunta De Investigación	13
Objetivos	14
Objetivo General.....	14
Objetivos Específicos	14
Marcos De Referencia.....	15
Referentes Conceptuales.....	15
Referentes Teóricos	15
Referentes Técnicos.....	18
Referentes Legales.....	19
Referentes Éticos	19
Herramientas Y Métodos	21
Enfoque Y Tipo de Estudio	21
Unidad De Análisis.....	21
Técnicas Para La Recolección De Datos	22
Categorías Para El Análisis De Datos	22
Resultados	24
Acercamiento De La Población A La Variable	24
Experimentación	24
Identificación de Variaciones	26

Análisis Y Discusión.....	27
Conclusiones Y Recomendaciones	32
Referencias Bibliográficas	34
Apéndices.....	36

Lista de Apéndices

Apéndice A <i>Muestras de Investigación</i>	36
--	----

Introducción

En la actualidad, el autocontrol emocional se ha convertido en un pilar esencial para el desarrollo integral de los estudiantes en el entorno escolar. Ante los desafíos emocionales que enfrentan los niños y niñas en su vida cotidiana, es crucial implementar metodologías innovadoras que fortalezcan sus habilidades para regular sus emociones. En este contexto, la introducción de estrategias lúdico-pedagógicas, como narraciones y el muro de las emociones, ofrece una oportunidad valiosa para transformar la manera en que se aborda el autocontrol emocional en el aula, utilizando herramientas atractivas y accesibles para los estudiantes. Esta investigación es relevante tanto en el ámbito educativo como en el comunitario, ya que busca mejorar la convivencia escolar y fomentar el bienestar emocional desde una perspectiva participativa y significativa. A través de un enfoque cualitativo, este estudio pretende explorar cómo estas estrategias pueden impactar positivamente en la capacidad de los estudiantes y docentes para reconocer y gestionar sus emociones en su día a día.

Se ha observado consistentemente en el entorno escolar que los niños y niñas presentan notables dificultades para autorregular sus propias emociones, lo cual repercute negativamente en la convivencia del grupo, obstaculiza los procesos de aprendizaje y afecta su bienestar emocional general. Este desafío evidencia una brecha significativa en el desarrollo de habilidades socioemocionales tempranas. Goleman (1997) subraya que el autocontrol es un pilar de la inteligencia emocional que permite gestionar las emociones para adaptarse mejor al entorno. Por ello, esta investigación se justifica ante la necesidad imperante de abordar esta problemática mediante la implementación de herramientas pedagógicas específicas, buscando fundamentar cómo la intervención temprana puede ser un factor decisivo para mitigar estos efectos adversos en la primera infancia.

El objetivo general de esta investigación es fortalecer la autorregulación emocional en las niñas y niños del grado jardín del Liceo Campestre Montessori, mediante la implementación de actividades pedagógicas basadas en la narración y la creación colaborativa en el muro de las emociones. Para alcanzar este fin, la recolección de datos se estructurará a través de un enfoque cualitativo, utilizando entrevistas orales o diálogos casuales entre los participantes y la docente, complementados con el análisis de los dibujos y producciones generadas en el muro de las emociones.

El resultado más relevante de esta investigación subraya cómo la intervención docente oportuna puede capitalizar incidentes conductuales complejos para fomentar el desarrollo socioemocional. Específicamente, la gestión exitosa de una reacción de ira intensa en un estudiante, al transformar el momento en una actividad de reflexión grupal, facilitó pasos de aprendizaje emocional significativos entre pares. Este ejercicio no solo promovió la identificación y el reconocimiento de la emoción por parte de los compañeros, sino que también cultivó una comprensión empática profunda hacia los sentimientos del otro, sentando las bases para una conversación constructiva sobre el autocontrol. Para apreciar en detalle la metodología cualitativa que condujo a este valioso descubrimiento y entender el impacto de las estrategias lúdico-pedagógicas aplicadas, se invita al lector a examinar la totalidad del informe.

Caracterización

La institución Liceo Campestre Montessori esta centrada en Melgar Tolima, un Municipio Colombiano, localizado a 91km de Ibagué, su clima es cálido semiseco con temperatura entre los 22 y los 35°C. Es una academia que esta atendiendo a un promedio de 280 a 300 estudiantes. La institución es privada y se dedica a ofrecer una formación integral a sus estudiantes desde los primeros años de vida hasta el final de su educación secundaria. La infraestructura del Liceo Campestre Montessori está diseñada para crear un entorno estimulante y seguro. El sector destaca por su comercio activo y alto nivel socioeconómico, beneficiándose de su proximidad al parque principal. La economía local depende fuertemente del turismo.

La población con la que se llevara a cabo la investigacion, será el grupo de jardín estudiantes desde los 5 y 6 años. A esta edad, el desarrollo del lenguaje se convierte en una prioridad, algunos niños se expresan con fluidez, mientras que otros aún luchan por articular sus pensamientos y emociones. La diversidad en el aula también es notable; hay niños con diferentes capacidades, incluyendo aquellos con síndrome de Down y otras necesidades especiales. Cada uno trae consigo una perspectiva única que enriquece la experiencia grupal.

En cuanto las necesidades detetadas se logro visualizar una necesidad fundamental relacionada con la socioemocionalidad de los niños y las niñas. Dada su corta edad, el manejo de sus emociones se encuentra en una etapa de desarrollo incipiente. Esto se evidencia en diversos escenarios, como la manifestación de frustración ante situaciones que no controlan, la tristeza cuando algo no sale como esperan, y la frecuencia de berrinches que, si bien son una forma de expresión, a menudo les dificultan fortalecer estas habilidades de manera constructiva. Para abordar esta necesidad y potenciar el desarrollo de estas competencias, se propondran actividades breves y dinámicas, como talleres creativos. Estos talleres se diseñarán empleando

recursos adecuados al jardín, garantizando que cada estudiante se sienta seguro en un ambiente creativo.

Dentro de los factores contextuales que impactan significativamente el proceso de aprendizaje en el entorno escolar, destaca de manera prominente el poco manejo de las emociones o la escasa importancia que se le otorga a este concepto. Con frecuencia, en muchas instituciones educativas o en la práctica diaria, la dimensión socioemocional de los estudiantes es vista como secundaria o incluso minimizada. Esta falta de priorización, al no reconocer la profunda interconexión entre el bienestar emocional y la capacidad de aprender, genera un terreno fértil para dificultades. Cuando los niños y niñas no cuentan con herramientas para identificar, comprender y gestionar sus emociones (como la frustración, la ansiedad, el miedo o la tristeza), estas pueden convertirse en barreras insalvables para la adquisición de nuevos conocimientos.

Planteamiento del Problema

En la actualidad, los estudiantes de este grupo muestran un desempeño académico que se alinea de manera satisfactoria con los objetivos de aprendizaje establecidos para su grado. Se observa una consolidación de conocimientos y habilidades fundamentales, reflejo de un proceso formativo bien encaminado. Las docentes a cargo demuestran una gestión del aula que combina un trato afectuoso y cercano con una autoridad firme y respetuosa, creando un clima de seguridad donde los niños y las niñas se sienten escuchados, protegidos y valorados en sus aportaciones. Una fortaleza destacada del grupo es el desarrollo del lenguaje, con la mayoría de los niños expresándose de manera fluida y coherente, a pesar de las diversas formas en que cada uno adquiere su enseñanza, evidenciando la diversidad en los ritmos de aprendizaje.

Las estrategias pedagógicas implementadas actualmente se caracterizan por ser creativas, didácticas y empáticas, buscando no solo la transmisión de conocimientos, sino también un vínculo afectivo con los estudiantes. Los métodos utilizados promueven la participación activa, la escucha atenta y el uso de recursos que captan el interés de los niños y las niñas. Estas aproximaciones han resultado efectivas en mantener un ambiente de aprendizaje dinámico y en facilitar la adquisición de contenidos esenciales. Sin embargo, se ha identificado un área de mejora significativa: la gestión de las respuestas emocionales de los niños y las niñas ante situaciones de frustración, desacuerdo o conflicto. En estos momentos, las estrategias aplicadas no siempre logran la autorregulación deseada, lo que puede interrumpir el flujo del aprendizaje y afectar la armonía del grupo. Según Goleman (1997): Las personas con mayor competencia emocional tienen más probabilidades de sentirse satisfechas y ser eficaces en su vida, y de dominar los hábitos mentales que favorecen su propia productividad.

Ante las observaciones previas, surge un fuerte interés por introducir y analizar el impacto de la variable de la socioemocionalidad infantil en la mediación del aprendizaje. Se considera que fortalecer las competencias socioemocionales de las niñas y los niños, como la identificación y gestión de emociones, la empatía y las habilidades para resolver conflictos, podría ser un factor determinante para optimizar su proceso educativo en relación con Ferreira et al. (2023) señalan que:

El aprendizaje socioemocional se asocia con el conocimiento, las actitudes y las habilidades que conducen a comprender y manejar las propias emociones, con establecer y alcanzar objetivos positivos, con mantener relaciones saludables, con tomar decisiones responsables y con ser capaz de afrontar las situaciones cotidianas. (p.51).

La brecha de conocimiento fundamental que esta investigación pretende abordar se centra en la comprensión detallada de la relación causal y los mecanismos específicos a través de los cuales el desarrollo de la socioemocionalidad infantil influye en los desempeños académicos dentro de ambientes de aprendizaje concretos. Los desafíos clave incluyen la necesidad de diseñar e implementar estrategias efectivas de mediación socioemocional y evaluar su impacto real. Se busca evidenciar la importancia de fortalecer la gestión de las emociones infantiles para que así sea considerada una competencia esencial y obligatoria para todos los docentes.

Pregunta de Investigación

¿Cómo fortalecer el autocontrol en los estudiantes de jardín del Colegio Liceo Campestre Montessori de Melgar Tolima mediante la implementación de narraciones y el muro de las emociones, durante el segundo semestre del 2025?

Objetivos

Objetivo General

Potenciar el autocontrol en los estudiantes de jardín del Colegio Liceo Campestre Montessori de Melgar Tolima mediante la implementación de la estrategia narraciones y el muro de las emociones, .

Objetivos Específicos

Diagnosticar el nivel inicial de desarrollo de competencias socioemocionales en los estudiantes de jardín del Colegio Liceo Campestre Montessori de Melgar Tolima.

Diseñar e implementar las estrategias pedagógica del muro de las emociones y las narraciones, permitiendo Potenciar el desarrollo de competencias socioemocionales de los estudiantes de jardín del Colegio Liceo Campestre Montessori de Melgar Tolima.

Evaluar el impacto de las estrategias pedagógicas implementadas en el desarrollo de las competencias socioemocionales de los estudiantes de jardín del Colegio Liceo Campestre Montessori de Melgar Tolima.

Marcos de Referencia

Referentes Conceptuales

El descubrimiento emocional infantil es muy importante para el desarrollo integral de cada niño y cada niña, marcando un inicio de un viaje hacia la comprensión de su mundo interior. Lográndose convertir en una exploración activa empezando a identificar, nombrar y diferenciar las diversas sensaciones que estos experimentan. “Los niños no nacen enseñados, y por supuesto, en el ámbito emocional tampoco. El adulto con sus palabras y actitudes, muestra a los infantes que existen emociones como la compasión, la empatía, la alegría, la tristeza, etc.” (Areste, 2015, p.18). Por lo tanto, guiar a los niños en el descubrimiento de sus emociones no es solo educar, es empoderarlos con las herramientas esenciales para crecer como individuos resilientes, conscientes y capaces de interactuar positivamente con su entorno.

La inteligencia emocional en la primera infancia, Bisquerra (2003) La inteligencia emocional es la capacidad de reconocer, entender y expresar las propias emociones y las de los demás. También implica saber cómo usar los sentimientos para pensar de manera más efectiva, comprender lo que significan las emociones y gestionarlas para favorecer el desarrollo personal y el aprendizaje. De ahí la relevancia de promover la inteligencia emocional en contextos educativos tempranos, proveyendo a los niños las herramientas necesarias para navegar sus sentimientos y los de los demás, lo cual impactará directamente en su bienestar y éxito futuro.

Comprender el desarrollo socioemocional implica adentrarse en cómo los niños aprenden a interactuar con el mundo que les rodea, a manejar sus emociones y a construir relaciones significativas desde sus primeros años. Alvarez Bolaños (2020) La educación socioemocional, desde un enfoque preventivo, busca potenciar la autorregulación emocional y el autoconocimiento racional para una toma de decisiones exitosa el modelo regulador. Sin

embargo, frente a la concepción materialista del éxito, se propone un modelo integrador. Este último aboga por una "alfabetización emocional" que incorpore reflexión, filosofía, ética y humanismo, promoviendo el bienestar y el crecimiento personal genuino, lejos de ser un simple mecanismo de control.

Lograr que las niñas y los niños aprendan a autorregular adecuadamente sus emociones es crucial porque les permite gestionar sus sentimientos de manera constructiva, lo que impacta directamente en su desarrollo social, cognitivo y personal, fomentando relaciones saludables y un mejor desempeño en todas las áreas de su vida “en el núcleo de toda emoción intensa, subyace un impulso a la acción, y por esto resulta fundamental el dominio de los impulsos para el desarrollo de la inteligencia emocional” (Goleman, 1997, p.126)

La narración, tanto en su forma oral como escrita, emerge como una herramienta poderosa para la exploración y comprensión de la emocionalidad, tanto en quien narra como en quien escucha. Al tejer historias, las personas no solo dan forma a sus experiencias y sentimientos, sino que también construyen puentes de empatía y entendimiento mutuo como lo afirma Correa (2018):

Los cuentos, desde nuestro nacimiento nos ayudan a conocer y trabajar diversas áreas y contenidos. El acceso a los cuentos adentra a los pequeños a un mundo imaginario y creativo en la mente que les ayuda a entender el espacio que les rodea, formando su propia personalidad, además de establecer relaciones con la sociedad que se encuentra en su entorno. La socialización es muy importante y los cuentos ayudan a establecer relaciones con los demás. (p.17)

Referentes Teóricos

Según Vygotsky (1978), el desarrollo tiene lugar en un contexto de interacción social y es mediado por el apoyo emocional que el niño recibe de los adultos, lo que significa que un ambiente emocionalmente negativo puede bloquear el acceso a la "zona de desarrollo próximo".

De manera similar, Piaget (1959) reconoce que el equilibrio emocional es esencial para que los niños puedan construir su propio conocimiento activamente. Cuando las emociones, tanto de estudiantes como de docentes, no se gestionan adecuadamente, esto afecta el proceso de enseñanza-aprendizaje, limitando la capacidad de los niños para relacionarse, concentrarse y resolver problemas. En este sentido, la pedagogía infantil aboga por un enfoque integral, donde el desarrollo emocional y cognitivo estén en armonía, enfatizando la necesidad de un ambiente educativo que favorezca la seguridad emocional para que el aprendizaje sea efectivo.

La inteligencia emocional se erige como un factor determinante para el éxito en múltiples facetas de la vida, abarcando desde las interacciones personales hasta el ámbito profesional. Quienes poseen una elevada inteligencia emocional demuestran una mayor aptitud para automotivarse, perseverar ante las frustraciones, gestionar sus impulsos, mantener un estado de ánimo equilibrado y mostrar empatía hacia los demás. Se estructura en cinco componentes clave, iniciando con la Autoconciencia Emocional, que es la capacidad de reconocer las emociones al instante; Goleman (1997) explica que no reconocerlas nos deja bajo su dominio. Luego, la Autorregulación implica manejar las emociones y evitar respuestas impulsivas, permitiendo una recuperación rápida de los contratiempos emocionales. En tercer lugar, la Motivación se refleja en la persistencia para lograr metas; Goleman (1997) indica que el entusiasmo y la confianza son claves para esta perseverancia. Asimismo, la Empatía consiste en comprender las emociones ajenas y responder correctamente, siendo fundamental para la vida social. Por último, las Habilidades Sociales abarcan la gestión de relaciones y conflictos; Goleman (1997) sostiene que estas competencias hacen a las personas líderes naturales, capaces de inspirar a otros.

Por último, la infancia es una etapa de asombro y descubrimiento, y en este viaje de autoconocimiento, la narración infantil se presenta como un aliado fundamental. A través de los

cuentos, los niños y niñas no solo expanden su imaginación y vocabulario, sino que también encuentran un espacio seguro para explorar, identificar y comprender la vasta gama de emociones que experimentan en su día a día. Correa (2018) La exposición temprana a la literatura infantil está directamente relacionada con un avance más acelerado en otras áreas del aprendizaje. Por ello, se puede afirmar que el hábito de leer cuentos desde la niñez impulsa el proceso de adquisición de conocimientos a lo largo de toda la vida.

Referentes Técnicos

Una investigación reciente que apoya el planteamiento sobre el desarrollo socioemocional en niños es el Estudio Regional Comparativo y Explicativo publicado por la UNESCO (2022). Este estudio abarca diversas habilidades socioemocionales en América Latina, incluyendo Colombia, y resalta cómo estas competencias influyen directamente en el rendimiento académico y en el bienestar general de los niños. El informe destaca la necesidad de integrar el aprendizaje socioemocional en los currículos escolares desde los primeros años, un enfoque alineado con las Bases Curriculares para la Educación Inicial y Preescolar del MEN (2017), que también prioriza el desarrollo emocional, social y cognitivo de los niños como una base para su aprendizaje integral. El estudio revela que, en Colombia, al igual que en otros países de la región, el fortalecimiento de habilidades como la empatía, la autorregulación emocional y la interacción social son fundamentales para una educación inclusiva y equitativa. Esto está en armonía con la Política Pública Nacional “De Cero a Siempre”, que promueve un enfoque integral de desarrollo infantil, priorizando el bienestar emocional y social como parte esencial de la educación inicial.

Referentes Legales

La Ley 1098 de 2006, Código de la Infancia y la Adolescencia Este código, en varios de sus artículos, protege los derechos de los niños, niñas y adolescentes a la educación, al desarrollo integral, a la protección y a la participación. Si bien no usa el término exacto "inteligencia emocional", sí sienta las bases para un desarrollo que la promueve, al garantizar un entorno protector y que fomenta el bienestar. La ley 1098 de 2006 (Código de la Infancia y la Adolescencia, Colombia) resalta en el Artículo 1º El propósito principal es asegurar que los niños, niñas y adolescentes puedan desarrollarse de manera completa y equilibrada, creciendo en un entorno familiar y comunitario lleno de alegría, afecto y entendimiento. Se prioriza el respeto por la igualdad y la dignidad de cada persona, prohibiendo cualquier tipo de discriminación.

Apuntando directamente a habilidades como la autorregulación, la empatía, las habilidades sociales y la motivación, que son componentes clave de la inteligencia emocional. La "formación integral" y el fomento de la "responsabilidad y solidaridad" son pilares que la inteligencia emocional potencia.

Referentes Éticos

La presente investigación se desarrollará bajo estrictos principios éticos, asegurando el bienestar, la seguridad y el respeto de todos los niños, niñas participantes, así como la confidencialidad de la información recolectada. Para asegurar un entorno ético en las actividades de narración y descubrimiento de emociones, se priorizará el respeto por el Bienestar y la Dignidad del Niño/a/e, diseñando y ejecutando todas las dinámicas con atención al bienestar físico, emocional y psicológico de los estudiantes. Además a esto, se mantendrá la confidencialidad y protección de datos personales mediante la estricta seguridad de toda la información y narraciones compartidas, asegurando que los datos se utilicen solo para los fines

de la investigación. Finalmente, la equidad e Inclusión en la participación será un principio rector, promoviendo activamente que todos los estudiantes participen de manera justa, sin importar sus habilidades, antecedentes culturales, nivel socioeconómico o estilos de aprendizaje.

Herramientas y Métodos

Enfoque y Tipo de Estudio

Este estudio adopta un enfoque cualitativo, orientado a comprender y analizar en profundidad cómo las estrategias pedagógicas lúdicas influyen en el autocontrol emocional de niños de 5 a 6 años. Se pone el énfasis en la observación e interpretación de las conductas, emociones y expresiones de los pequeños dentro del entorno educativo, evitando la cuantificación de datos numéricos. Este enfoque permite captar la riqueza de las experiencias infantiles y cómo estas se relacionan con su desarrollo emocional.

El tipo de estudio es una investigación-acción educativa, ya que implica la implementación de estrategias lúdicas con el objetivo de fortalecer la inteligencia emocional y observar sistemáticamente los cambios en el comportamiento de los niños. La investigación-acción facilita una intervención pedagógica activa, evaluando su efectividad a través de la observación y el análisis de los resultados obtenidos en el aula, lo que permite ajustar y mejorar las prácticas educativas en tiempo real.

Unidad de Análisis

La unidad de análisis de este estudio está centrada en el autocontrol de los niños y niñas del grado jardín de la institución educativa Liceo Campestre Montessori. Esta unidad se define a partir de las interacciones entre los estudiantes, así como entre ellos y sus docentes, observando cómo estas dinámicas influyen en su comportamiento durante la implementación de estrategias lúdicas. El objetivo es evaluar cómo estas interacciones y el contexto educativo contribuyen al desarrollo de la inteligencia emocional de los infantes, especialmente en lo que respecta a su capacidad de autocontrol.

Técnicas para la Recolección de Datos

Para el objetivo 1, se diagnosticara el nivel inicial de las competencias socioemocionales en los estudiantes de jardín, se utilizará la técnica de Dibujo Libre y Conversación Dirigida de cada niño o niña. Específicamente, se analizarán los dibujos realizados por los pequeños que pueden representar a su familia, amigos o una emoción y las transcripciones de las conversaciones que se establezcan con ellos inmediatamente después de la creación de su dibujo, enfocándose en cómo expresan y nombran sus sentimientos y relaciones.

Siguiendo con el objetivo 2, la técnica principal será el Registro Audiovisual Sistemático de las actividades. El producto o muestra a analizar será la secuencia de video capturada durante la implementación del muro de las emociones y las narraciones. Se seleccionarán segmentos específicos donde los estudiantes interactúen directamente con el muro o participen activamente en las narraciones, permitiendo el análisis posterior de sus expresiones faciales, lenguaje corporal y verbalización de emociones, lo cual evidencia el desarrollo de dichas competencias durante la intervención.

Para el objetivo 3, evaluar el impacto de las estrategias pedagógicas implementadas, se utilizará la técnica de Entrevistas de Percepción y Valoración de Competencias. Estas entrevistas se llevarán a cabo con docentes, enfocándose en las actividades realizadas con el muro de las emociones y las narraciones. La entrevista se realizará en un ambiente cómodo para fomentar la sinceridad y se grabarán con consentimiento para un análisis detallado.

Categorías para el Análisis de Datos

Para la categoría uno se Se buscará detallar el vocabulario emocional que utilizan y la precisión con la que asocian una expresión facial, un gesto o una situación dada con un nombre emocional específico (alegría, frustración, calma, etc.). Se observará si el reconocimiento es

básico (nombrar solo las emociones primarias) o si logran identificar emociones complejas asociadas a la interacción grupal.

Se evaluará el manejo de impulsos tras experiencias emocionales intensas, esta categoría se centrará en las estrategias de afrontamiento que emergen en los niños. Esto incluye observar si recurren a conductas disruptivas (llanto incontrolado, agresividad, evitación) o si, por el contrario, aplican estrategias de calma aprendidas, como pedir ayuda, tomar un respiro o alejarse brevemente de la situación.

Esta categoría examinará la efectividad del muro de las emociones y las narrativas (cuentos) como instrumentos didácticos para el fortalecimiento de la autorregulación emocional. Se analizará cómo el uso constante de estos recursos influye en la transición de los niños desde una reacción impulsiva hacia una respuesta más mediada y reflexiva.

Resultados

Acercamiento de la Población a la Variable

Durante la fase inicial de exploración, se realizaron observaciones directas en las clases de jardín para identificar el nivel de autocontrol emocional y las estrategias de manejo empleadas por las docentes. Fue notorio que muchos niños y niñas manifestaban dificultades para identificar, expresar y, sobre todo, autocontrolar sus emociones. Para generar un acercamiento efectivo con la población, se inició la interacción con un saludo adecuado y canciones infantiles que activaron sus mentes y cuerpos. Posteriormente, se profundizó en el tema mostrando videos y conversando sobre emociones y autocontrol. La actividad central incluyó la lectura del cuento infantil "El Monstruo de Colores", seguida de la elaboración de un muro de nuestras emociones. Este muro permitió a los niños y niñas evidenciaran sus sentimientos iniciales y les enseñó que el autocontrol es una habilidad que se desarrolla con el tiempo. En cuanto a los datos obtenidos a través de las técnicas exploratorias, las percepciones iniciales reflejan comportamientos donde las respuestas emocionales son inmediatas; por ejemplo, durante la actividad del muro, algunos niños reaccionaron con peleas o enojo ante ciertas circunstancias, acciones que se tomaron a favor para lograr que evidenciaran la emoción que estaban sintiendo en ese instante. Las preguntas formuladas directamente a los niños sobre qué les provocaba tristeza o enojo también ofrecieron información valiosa sobre sus detonantes emocionales.

Experimentación

Durante la fase de intervención, se logró observar cómo la variable del autocontrol emocional impactó significativamente en el desarrollo ontológico de los niños y niñas de jardín. A través de diversas actividades diseñadas para experimentar con sus emociones, se promovió un

espacio donde los participantes pudieron explorar, identificar y expresar sus sentimientos de manera constructiva. Las actividades incluyeron dinámicas interactivas, juegos de roles y momentos de reflexión grupal, donde los niños compartieron sus experiencias y emociones en un ambiente de confianza y respeto.

Un aspecto crucial de esta fase fue la participación activa de los niños. Se generó un contexto donde se sintieron cómodos hablando sobre sus emociones, lo que facilitó el aprendizaje sobre el autocontrol. Por ejemplo, a través del muro de las emociones, muchos niños expresaron sus sentimientos de tristeza al mencionar que se sentían tristes porque su papá estaba trabajando y casi no lo veían. Este tipo de reflexiones no solo evidenció su capacidad para identificar emociones, sino que también permitió a los docentes guiar la conversación hacia la importancia de comunicar estos sentimientos y buscar soluciones. La felicidad que experimentaban cuando sus padres llegaban a casa y los llevaban a comer helado fue otro sentimiento que rescatamos, lo que demuestra la dualidad de emociones que viven los niños en su día a día. Otro momento clave se presentó cuando dos niños comenzaron a pelear por querer pegar la misma imagen en el muro de las emociones. Como docente a cargo, logré intervenir y llevar a los dos niños a un espacio de diálogo. Al preguntarles qué sentían en ese momento, ambos expresaron que estaban enojados. Este ejercicio les permitió verbalizar su emoción.

Los diarios reflexivos y las sesiones de grupos focales también proporcionaron información valiosa sobre cómo los participantes recibieron la variable del autocontrol emocional. En sus escritos, muchos niños manifestaron un deseo de aprender a manejar sus emociones de manera más efectiva y compartieron anécdotas sobre momentos en los que habían logrado calmarse o pedir ayuda.

Identificación de Variaciones

Se observan cambios notables en las percepciones, actitudes y comportamientos de los participantes tras la implementación de las actividades enfocadas en el autocontrol emocional:

Inicialmente, se reportó una dificultad generalizada para identificar y expresar emociones. Tras la intervención, especialmente con el uso del Muro de Emociones, los niños demostraron una mayor capacidad para nombrar lo que sentían. Por ejemplo, se pasó de la simple manifestación de llanto o grito a expresiones como "estoy triste porque mi papá no está" o "me da enojo cuando...".

En la fase exploratoria, los conflictos (como el caso de la pelea por el muro) se resolvían con reacciones impulsivas (pelear, enojarse). Después de la intervención, se logró redirigir estas situaciones: los dos niños en conflicto pudieron verbalizar su enojo y, con guía, se les facilitó el descubrimiento de que su sentimiento era el enojo ante la situación, abriendo la puerta a negociar en lugar de reaccionar físicamente, al inicio, las respuestas a las preguntas eran superficiales o inexistentes. La intervención, facilitada por el cuento y la interacción lúdica, permitió a los niños compartir experiencias personales profundas, como el sentimiento de tristeza por la ausencia paterna. Esto indica una variación en la disposición ontológica: pasaron de ser receptores pasivos de emociones a ser participantes activos en la descripción de su mundo interno.

La observación inicial no evidenciaba estrategias de autocontrol. Las observaciones finales, reflejadas en los diarios y relatos, sugieren que los participantes comenzaron a incorporar activamente la idea de que las emociones se pueden gestionar, mostrando un deseo explícito de aprender a calmarse o buscar ayuda, lo cual es una variación positiva en su actitud hacia el manejo emocional.

Análisis y Discusión

Los resultados generales de esta investigación reflejan un progreso notable y coherente con los objetivos planteados, especialmente en lo referente al desarrollo de habilidades socioemocionales y la capacidad de autocontrol emocional en los estudiantes participantes. En el primer momento del proceso, se logró establecer un diagnóstico preciso del nivel inicial de estas competencias; si bien se confirmó que la mayoría de los niños y niñas manejan un espectro emocional acorde a su etapa de desarrollo, se hizo evidente una necesidad crítica y persistente en el manejo y, sobre todo, en el autocontrol de dichas emociones. Para abordar esta brecha, la segunda fase se centró en el diseño e implementación de diversas estrategias pedagógicas enfocadas en la regulación emocional. Estas incluyeron herramientas prácticas como la creación del "muro de las emociones", el uso de narraciones a través de cuentos temáticos y la incorporación de saludos y diálogos animados, buscando ofrecer herramientas concretas para la gestión diaria de sus estados anímicos. Finalmente, la evaluación del impacto de estas intervenciones, realizada mediante la observación y la aplicación de preguntas complementadas con dibujos que expresaban sus sentires, permitió una profundización valiosa en la percepción individual del manejo emocional. Los hallazgos de esta última fase confirman la utilidad de las estrategias, pero también subrayan que el fortalecimiento del autocontrol emocional es un proceso continuo que demanda atención sostenida y mayor refuerzo por parte del entorno educativo.

El acercamiento inicial de los niños y niñas de jardín de Melgar, Tolima, a la variable de estudio, el reconocimiento emocional, evidenció limitaciones significativas. A través de diálogos abiertos y observaciones en el aula, se identificó que una parte importante de los estudiantes manifestaba dificultades para el autocontrol, predominando respuestas impulsivas hacia

compañeros y la docente. Estas observaciones iniciales confirmaron la hipótesis de partida sobre la necesidad de intervenir con apoyo pedagógico específico y estrategias creativas para fomentar el reconocimiento emocional.

Sorprendentemente, la implementación de las actividades, como el uso del muro de las emociones, generó inicialmente conflictos, como disputas por pegar imágenes; sin embargo, este contexto se capitalizó exitosamente para evaluar y poner a prueba el autocontrol en tiempo real. Un elemento positivo fue la alta receptividad observada hacia las estrategias, incluso por parte de los estudiantes más retraídos, quienes mostraron un interés y una implicación creciente en las dinámicas de clase. Este entorno favoreció un cambio profundo: durante las disputas, los niños lograron autocontrolar la furia que sentían al desear intervenir en el muro, demostrando un avance concreto en la gestión de sus emociones intensas.

La fase de experimentación mostró un impacto significativo de la variable en la unidad de análisis, evidenciado en la mejora del autocontrol emocional y el reconocimiento de emociones por parte de los estudiantes. Estos resultados se alinean con las teorías de Vygotsky (1978), quien enfatiza el aprendizaje social y la zona de desarrollo próximo, evidenciando que las estrategias pedagógicas facilitaron la internalización de habilidades emocionales a través de la interacción social. Asimismo, Piaget (1959) aporta desde el desarrollo cognitivo, señalando que la autorregulación emocional se fortalece conforme los niños avanzan en su capacidad de pensamiento lógico y simbólico. Goleman (1997) respalda la importancia de la inteligencia emocional como competencia fundamental para el bienestar y la adaptación social, lo cual se refleja en la reducción de respuestas impulsivas observadas. Correa (2018) destaca la pertinencia de utilizar métodos creativos y lúdicos para fomentar el aprendizaje emocional, lo que coincide con la alta receptividad y participación activa detectada en la experimentación. En conjunto, la

fase experimental resultó pertinente y efectiva, confirmando la hipótesis inicial y demostrando que la variable influyó positivamente en el desarrollo socioemocional de los niños.

Los cambios observados en el aspecto ontológico de los participantes tras la intervención son fundamentales, pues reflejan una transformación en cómo se entienden a sí mismos y cómo perciben sus estados internos. El avance se manifiesta en la transición de una expresión puramente conductual de las emociones a una capacidad de introspección y denominación afectiva.

Al inicio, el reconocimiento emocional estaba fuertemente ligado a estímulos externos concretos y observables. Por ejemplo, sus respuestas a las preguntas abiertas sobre felicidad se centraban en gratificaciones inmediatas: expresaban alegría cuando "los papás les traen helado", mientras que la tristeza se vinculaba a experiencias aversivas claras como "cuando los papás los regañan". Esto indica un entendimiento emocional dependiente del entorno inmediato. El verdadero cambio ontológico se hizo evidente cuando se les preguntó sobre sus sentimientos durante las actividades o conflictos. Al enfrentarse a situaciones de tensión, como las peleas por el muro de emociones, los niños pudieron articular estados internos más elaborados y menos reactivos. En lugar de solo actuar impulsivamente, algunos manifestaron: "frustrados" o "enojados". Esta habilidad para etiquetar y reconocer la frustración o el enojo en el momento de la disputa demuestra que han desarrollado una capa metacognitiva sobre sus afectos. Este contraste es clave: pasan de un registro emocional simple (feliz/triste por algo externo) a un registro complejo y autorreferencial (sentir frustración por una interacción), lo cual es un avance sustancial en la comprensión de su propio ser emocional.

Los resultados obtenidos en esta experimentación convergen significativamente con el cuerpo de conocimiento establecido en el marco teórico, especialmente con las tesis de Goleman

(1997) y Bisquerra (2003) quienes sostienen que la inteligencia emocional es una capacidad fundamental que debe cultivarse desde edades tempranas para impactar positivamente la convivencia, el bienestar general y el rendimiento académico. De manera consistente con estas investigaciones, hemos confirmado que la implementación de intervenciones emocionales intencionadas, particularmente aquellas que emplean estrategias activas y fomentan la participación plena de los sujetos, resultan ser catalizadores efectivos para generar mejoras tangibles tanto en la autorregulación individual como en la calidad de las relaciones interpersonales dentro del grupo.

En primer lugar, la limitación temporal fue un factor determinante. El periodo asignado para la intervención y la observación de la muestra fue relativamente corto. Esto compromete la validez externa de los resultados, ya que impide una generalización segura hacia otros contextos educativos. Además, la imposibilidad de un seguimiento a largo plazo significa que no pudimos verificar la perdurabilidad de las mejoras observadas en las habilidades emocionales tras la finalización del programa. En segundo lugar, las dificultades logísticas operativas introdujeron variabilidad en la implementación. Específicamente, la gestión del espacio físico disponible en el aula resultó ser un desafío constante. Sumado a esto, la participación de algunos estudiantes se vio intermitente debido a la necesidad de atender otras obligaciones académicas o formativas. Estas barreras logísticas pudieron haber afectado la profundidad con la que se alcanzaron los avances previstos y la uniformidad en la aplicación de las estrategias diseñadas.

Se demuestra de manera concreta que la incorporación activa de estrategias pedagógicas creativas dentro del aula no solo funciona como un poderoso motivador intrínseco para los estudiantes, sino que también consolida directamente su desarrollo emocional y su capacidad de autocontrol. Este es un punto crucial, dado que los modelos de enseñanza tradicional a menudo

priorizan el contenido curricular sobre estas competencias socioemocionales. Estos resultados tienen el potencial de inspirar a las instituciones educativas a reevaluar sus enfoques didácticos predominantes. Específicamente, se sugiere que los centros educativos consideren la integración transversal y sistemática de la educación emocional en sus planes de estudio, reconociéndola como un pilar tan importante como las asignaturas fundamentales para el bienestar integral del estudiante.

En resumen, el fortalecimiento del autocontrol y la identidad emocional en los estudiantes es un proceso que exige un esfuerzo docente significativo, el cual se ve potenciado al integrar estrategias lúdico-pedagógicas. El uso de herramientas como la lectura enfocada, actividades creativas (ej. el muro de las emociones), y el diálogo reflexivo mediante preguntas abiertas, demostraron un impacto positivo claro en el reconocimiento y desarrollo emocional, favoreciendo consecuentemente la convivencia escolar. A partir de estos resultados, surge una pregunta fundamental para la investigación futura: ¿De qué manera se sostiene la autorregulación emocional adquirida en la niñez a lo largo de las transiciones educativas subsiguientes?

Conclusiones y Recomendaciones

La evidencia recopilada demuestra que la introducción de metodologías pedagógicas innovadoras impactó positivamente el manejo del autocontrol emocional en los niños de jardín del Liceo Campestre Montesoria en Melgar, Tolima. Durante la intervención, se evidenció una progresión clara en cómo los participantes lograban nombrar y gestionar sus sentimientos, facilitada por dinámicas grupales y el uso del diálogo. Esto confirma la efectividad de las estrategias seleccionadas para alcanzar el objetivo de potenciar la autorregulación, respondiendo directamente a la interrogante inicial sobre el impacto de las narraciones y el muro de las emociones..

Desde una óptica formativa, este estudio logró activar en los estudiantes dimensiones fundamentales del ser, como el autoconocimiento, la empatía y la introspección emocional. Al crear espacios seguros para que cuestionaran y regularan su esfera afectiva, se observó un cambio en la manera en que establecían vínculos consigo mismos y con sus pares. Este proceso contribuye significativamente a moldearlos como individuos más completos en su desarrollo social y emocional. Las herramientas lúdico-pedagógicas implementadas, específicamente el muro de las emociones y las actividades narrativas, generaron una alta respuesta en la muestra. La motivación y la participación activa se dispararon, lo cual resultó en una mayor disposición a expresar y gestionar sus estados internos en un entorno de confianza. Sin embargo, se detectó que la comprensión de afectos de mayor complejidad aún requiere de un refuerzo continuo y prolongado para consolidarse plenamente.

Finalmente, los hallazgos aportan solidez a la literatura existente sobre el rol mediador de las herramientas didácticas en el aprendizaje emocional dentro de la escuela.

Metodológicamente, la combinación de técnicas cualitativas con la observación participante

durante el trabajo colaborativo constituye un aporte relevante, sugiriendo rutas metodológicas amplias para futuros estudios interesados en profundizar la exploración sobre la autorregulación emocional infantil.

Se recomienda encarecidamente que las instituciones educativas incorporen de forma estructurada las dinámicas lúdico-pedagógicas dentro de su currículo, enfocándose particularmente en la formación socioemocional. Es fundamental diseñar secuencias didácticas que entrelacen el componente lúdico y creativo con la reflexión emocional, asegurando que estas sean apropiadas para la etapa de desarrollo y los intereses específicos de los niños.

Adicionalmente, es imperativo invertir en la formación docente para que los educadores dominen estas herramientas y puedan guiar eficazmente los procesos afectivos, cultivando así entornos de aprendizaje más seguros, colaborativos y empáticos, se sugiere que las futuras indagaciones amplíen su alcance metodológico, optando por diseños de investigación mixtos que permitan una triangulación de datos más robusta. Sería muy provechoso investigar la influencia de factores externos, como el rol activo de las familias en la gestión emocional o el impacto potencial de las tecnologías digitales en el fortalecimiento de estas habilidades, lo cual podría ofrecer una perspectiva holística sobre cómo sostener a largo plazo el desarrollo emocional de los estudiantes.

Referencias Bibliográficas

- Álvarez, E. (2020). Educación socioemocional. *Revista Redalic*, 11(20), 2020.
<https://www.redalyc.org/journal/5886/588663787023/588663787023.pdf>
- Arestre, J. (2015). *Las emociones en educación infantil: Sentir, reconocer y expresar* [Trabajo de fin de grado, Universidad Internacional de La Rioja].
<https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/3212/ARESTE%20GRAU%2c%20JUDIT.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7–43. <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071/94661>
- Correa, C. (2018). *La educación emocional a través de los cuentos* [Trabajo de fin de grado, Universidad de Valladolid]. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/32233/TFG-G3087.pdf;sequence=1>
- Ferreira, M., Reis-Jorge, J., Olcina Sempere, G., & Fernandes, R. (2023). El aprendizaje socioemocional en la educación primaria: una investigación sobre las concepciones y las prácticas de los maestros en el aula. *Revista Colombiana de Educación*, (87), 37–60.
<https://revistas.upn.edu.co/index.php/RCE/article/view/12704/12869>
- Goleman, D. (1997). *Inteligencia emocional*. Kairós.
http://www.cutonala.udg.mx/sites/default/files/adjuntos/inteligencia_emocional_daniel_goleman.pdf
- Congreso de la República de Colombia. (2006). *Ley 1098 de 2006: Código de Infancia y Adolescencia*. Instituto Colombiano de Bienestar Familiar.
<https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/codigoinfancialey1098.pdf>

Ministerio de Educación Nacional [MEN]. (2017). *Sentido de la educación inicial. Serie de orientaciones pedagógicas para la educación inicial* (Documento No. 20, pp. 69–80).

https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-341880_archivo_pdf_doc_20.pdf

Piaget, J. (1959). *La formación del símbolo en el niño*. Fondo de Cultura Económica.

<https://es.scribd.com/document/480440647/Piaget-La-formacion-del-simbolo-en-el-nino-pdf>

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO].

(2022). *Sobre los conocimientos y las emociones*.

https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000382104_spa/PDF/382104spa.pdf.multi

Vygotsky, L. S., & Cole, M. (1978). *La mente en la sociedad: El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Prensa de la Universidad de Harvard.

<https://saberepsi.wordpress.com/wp-content/uploads/2016/09/vygostki-el-desarrollo-de-los-procesos-psicolc3b3gicos-superiores.pdf>

Apéndices

Apéndice A

Muestras de Investigación

https://unadvirtualedu-my.sharepoint.com/:f:/g/personal/kdriosr_unadvirtual_edu_co/EkTxlp69QtZLkrSeb4fATDoB3wRvfRYSPpdoLeBevpS8ag?e=H0UTnL