

## El autoconocimiento para favorecer la regulación emocional en preescolar a través de la educación a distancia

Karla Vanelly López-Arriaga  
Universidad Pedagógica Nacional (UPN)  
Unidad 152 Sede Regional Nezahualcóyotl, México  
[karla.vanelly@seiem.edu.mx](mailto:karla.vanelly@seiem.edu.mx)

José Alfredo Hernández-Pérez  
Universidad Pedagógica Nacional (UPN)  
Unidad 152 Sede Regional Nezahualcóyotl, México  
[josealfredo.hernandez@seiem.edu.mx](mailto:josealfredo.hernandez@seiem.edu.mx)

Filiberto Rivera-Tecorral  
Universidad Pedagógica Nacional (UPN)  
Unidad 152 Atizapán, México  
[filiberto.rivera@seiem.edu.mx](mailto:filiberto.rivera@seiem.edu.mx)

*Recepción: 15 de julio del 2023*  
*Aprobación: 15 de agosto del 2023*  
*Publicación: 01 de octubre del 2023*

### Resumen:

El presente artículo científico es producto de una investigación mixta realizada en el jardín de niños “Félix Lope de Vega y Carpio”, ubicado en el municipio de Nezahualcóyotl, Estado de México, específicamente con el tercer grado grupo “A”, durante el ciclo 2020-2021, esto requirió la utilización del método investigación-acción para tener una mayor interacción con el hecho educativo, por su parte el objetivo se centró en demostrar que el autoconocimiento favorece la regulación emocional en preescolar a través de la educación a distancia, asimismo la estructura metodológica hizo necesario la formulación de un diagnóstico áulico así como institucional, combinando una serie de instrumentos cuantitativos y cualitativos, por ejemplo el diario de campo, entrevistas y cuestionarios, se fortaleció con un trabajo de investigación documental y de campo, también se constituyó un marco teórico con las aportaciones de destacados especialistas en la materia, mientras que los ejes centrales fueron el autoconocimiento, regulación emocional y educación a distancia, asimismo se diseñó y evaluó una propuesta de intervención titulada: “La vida tras la pantalla”, cuyo propósito consistió en que el alumnado desarrollará a través de secuencias de aprendizaje un sentido positivo de sí mismo y aprendiera a regular sus emociones, finalmente se incluyen los resultados con base en la triangulación de la información considerando el diagnóstico, la intervención y la fundamentación teórica, además de incluir los saberes, habilidades y actitudes mostradas por los estudiantes del nivel preescolar desde la modalidad a distancia.

**Palabras clave:** Autoconocimiento, regulación emocional, preescolar y educación a distancia

### **Self-knowledge to promote emotional regulation in preschool through distance education**

**Abstract:**

This scientific article is the product of a mixed research carried out in the kindergarten "Félix Lope de Vega y Carpio", located in the municipality of Nezahualcóyotl, State of Mexico, specifically with the third grade group "A", during the 2020-2021 cycle, this required the use of the research-action method to have a greater interaction with the educational fact, For its part, the objective focused on demonstrating that self-knowledge favors emotional regulation in preschool through distance education, also the methodological structure made it necessary to formulate an aulic as well as institutional diagnosis, combining a series of instruments quantitative and qualitative, for example the field diary, interviews and questionnaires, was strengthened with a documentary and field research work, a theoretical framework was also constituted with the contributions of leading specialists in the field, while the central axes were self-knowledge, emotional regulation and distance education, also an intervention proposal was designed and evaluated entitled: "Life behind the screen", whose purpose was that the students will develop through learning sequences a positive sense of themselves and learn to regulate their emotions, finally the results are included based on the triangulation of the information considering the diagnosis, the intervention and the theoretical foundation, in addition to including the knowledge, skills and attitudes shown by the students of the preschool level from the distance modality.

**Keywords:** Self-knowledge, emotional regulation, preschool and distance education

Al iniciar el proyecto nos encontrábamos en las primeras semanas del COVID-19 en México por lo cual el diagnóstico institucional y contextual se realizó sin mayor problema lo cual nos permitió tener un panorama real de la población, en primera instancia se realizó el diagnóstico geográfico del contexto donde se desarrolló la población estudiantil, esto para entender la influencia sociocultural en el desarrollo académico personal y social de los educandos.

**Karla Vanelly López-Arriaga, José Alfredo Hernández-Pérez y Filiberto Rivera-Tecorral**  
*El autoconocimiento para favorecer la regulación emocional en preescolar a través de la educación a distancia*

En este caso, se retomó al autor Mollá (2007) quien presenta la siguiente definición de diagnóstico: “Diagnosticar en educación no pretende demostrar o falsar hipótesis o conjeturas, sino encontrar soluciones correctivas o proactivas, para prevenir o mejorar determinadas situaciones de los sujetos en orden a su desarrollo personal en situaciones de aprendizaje.” (pág. 110).

De acuerdo con el autor el diagnóstico busca la mejora en la educación y éste se lleva a cabo mediante diversos instrumentos que se retomaron a lo largo del proceso investigativo, como son:

- Diario de campo: Dónde se registra la observación y vivencias diarias dentro del aula, las cuales tienen suma importancia puesto que son un reflejo latente de la realidad educativa y muestran los hechos educativos que permean en el grupo.
- Fotografías de las actividades diagnósticas mediante las cuales quedan constatadas las mismas.
- Entrevistas las cuales ayudan a supervisar la acción de otras personas mediante el registro de conversaciones, las cuales proporcionan información relevante y registro de momentos significativos.
- Documentos oficiales del archivo escolar los cuales dan validez sustento a la investigación al apoyar la información recabada.
- Cuestionarios los cuales arrojan la perspectiva de los alumnos y ayudan a interpretar su realidad en el aula. (Mollá, 2007, pág. 117).

Posterior a la aplicación de los instrumentos se identificó que la mayor parte de los padres de familia residentes del municipio se dedicaban al comercio y, por tanto, aunque lograban satisfacer las necesidades de los alumnos no les dedicaban el tiempo adecuado para el acompañamiento en el desarrollo personal de los niños, para constatar esto se aplicó una ficha de identificación del alumno la cual contestaron los padres.

Aunado a esto al concluir la primera semana de intervención se declaró la pandemia por COVID-19 y entramos a un periodo de cuarentena. Al redactar la investigación en agosto del 2020 los datos estadísticos de la situación del municipio ante el COVID-19 el cual de acuerdo

con el H. Ayuntamiento de Nezahualcoyotl se encontraba en semáforo naranja, siendo uno de los municipios más afectados a nivel Estado de México.

Sumado a esto el desempleo creció pues de acuerdo con el secretario de finanzas del Estado de México, en Nezahualcóyotl “Un total de 58 mil empleos se perdieron únicamente en el periodo entre marzo, mes en que arrancó la Jornada Nacional de la Sana Distancia y mayo, cuando inició la Nueva Normalidad.” (INFOBAE, 2020).

Esto repercutió de manera directa e indirecta en los hogares de los niños que habitan en el municipio, así como en su calidad de vida y desarrollo personal, sin embargo, estos datos solo se toman como referente del panorama que se vivió en el mes de agosto del 2020.

La colonia donde se ubicaba este jardín de niños y de la cual eran habitantes los alumnos era la Benito Juárez y específicamente en la calle Rielera 407, en la zona escolar número 21 y de acuerdo con el diagnóstico institucional proporcionado por la directora se encontraba inmerso en un área urbana con un nivel socioeconómico medio a bajo y donde ambos padres trabajaban en la mayor parte de los casos.

Aunado a ello los alumnos no contaban con zonas recreativas cercanas, ni de entretenimiento así que la gran parte de ellos se quedó en casa al cuidado de sus familiares que en la mayor parte de los casos los resguardan hasta que sus padres vuelven de sus actividades cotidianas, el cambio radical de rutina al desempleo, falta de acceso a las tecnologías, pago de internet o adquisición de materiales para el trabajo a distancia, marcó el ausentismo y la brecha económica que vivieron algunos alumnos.

El grupo con el cual se trabajó fue el 2º grupo “A” integrado por 25 alumnos 13 niños y 12 niñas los cuáles tenían una edad promedio de 4 años, y de acuerdo con Piaget se encuentran en la etapa de desarrollo cognitivo preoperacional. Contextualizando a grandes rasgos el grupo con el que se trabaja.

Al aplicar el diagnóstico pedagógico inicial podemos mencionar lo siguiente: El 62.5% de los alumnos que conforman el grupo no reconocían de manera óptima las emociones, en gran parte del grupo tenía dificultad para diferenciar el miedo de la tristeza y en algunos casos no identificaban las emociones en ningún aspecto, ya que se les pidió que las dibujaran en los dibujos y estos tendían a ser iguales en cada una de las casillas.

Fue difícil para la mayoría de los alumnos explicar sus dibujos puesto que eran confusos y no tenían clara la idea de cada una de las emociones el 37.5 % de ellos lo logro, aunque con algunas deficiencias, sin embargo, el 62.5 % no pudo concretar esta tarea. Asociado a esto se aplicó un cuestionario dirigido a padres de familia el cual se contestó en el salón de clases junto con sus niños, uno de los aspectos más importantes es que se les preguntó si consideran importante que a los alumnos se les hablara sobre emociones, ya que los resultados del diagnóstico reflejaron una deficiencia en esa área de desarrollo personal y social.

El 100% de los padres respondieron de manera positiva al planteamiento sobre educar emocionalmente a los alumnos algunos de los comentarios que plasmaron en el apartado donde se les preguntó porque lo consideran importante son los siguientes: 1. Les ayudaba a desarrollar más empatía entre otras cualidades, 2. Porque les parecía importante preguntar cómo se sentían, 3. Porque aprendieron a conocerse a sí mismos.

Ante los resultados obtenidos podemos notar que existió la necesidad de atender esta área de educación lo cual es reconocido por la institución educativa, la docente frente a grupo, y los padres de familia, sin embargo, al enfrentarnos a la pandemia. Las actividades diseñadas debían responder a los tres canales de percepción, pues la cantidad de alumnos en cada una de ellas tenía poca diferencia. 37.5 % visual, 37.5% kinestésico y 25 % auditivo.

Se empezó a trabajar en la integración del proyecto respondiendo las nuevas necesidades del contexto que se vivían en este momento para lo cual la primera fase se centró en un conversatorio de lo cual se retomaron los resultados más relevantes, entre ellos las respuesta a la pregunta en donde los alumnos externaron, el 40% regularmente estaba pensando en que quería volver a la escuela, el 30% se sentía preocupado por no contagiarse de COVID-19 o gripe y el 30% restante mencionaba que la mayor parte del tiempo estaba jugando y no tiene una rutina fija.

En cuanto a las preguntas restantes el 40% de los alumnos mencionaron que se sentían enojados al realizar sus actividades escolares en casa ya que en palabras de los alumnos sus papás no tenían tiempo, les gritaban o los regañaban, por las mismas razones el 30% se sentían tristes y el 30% se sentía feliz ya que sus papás se tomaban el tiempo de realizar las actividades escolares con ellos.

En otra pregunta el 45% de los alumnos mencionó que se sentían felices de poder pasar tiempo en familia en cuarentena ya que anteriormente el tiempo en familia era menor, el 35% señaló que se sentían tristes ya que sus papas estaban de malas, enojados o trabajando todo el tiempo y el 20% restante indicó que estaban enojados puesto que no pueden salir de casa.

Por último, al preguntar cómo se sentían cuando escuchan hablar de COVID-19, el 60% mencionó que tristes ya que habían escuchado que las personas morían en las noticias o tenían casos de familiares enfermos, el 40% menciona que enojados ya que no pueden salir de casa por la enfermedad.

Se consideró relevante esta problemática ya que desembocó en múltiples problemas tanto en cuestión emocional como en desempeño académico de los alumnos, atendiéndolo de manera óptima se pudo aportar a la reducción de agresiones en el aula al retornar a clases presenciales, al motivar y captar la atención de los estudiantes a su vez se impactó de manera positiva en los padres de familia y así mejoró su participación y comunicación.

En cuanto a los pilares de la educación se atendió, aprender a ser en cuanto a los valores y actitudes ayudando a los educandos a reconocer sus emociones y mejorar de manera favorable su autorregulación, además de vincularlas con sus acciones, de acuerdo con el perfil de egreso se estuvo atendiendo a las habilidades socioemocionales donde el alumnado utilizó dichos conocimientos adquiridos en su vida cotidiana.

En cuanto al currículo, se abordaron las áreas de desarrollo personal y social, específicamente el área de la educación socioemocional no de una forma clínica, si no como lo menciona la Secretaría de Educación (SEP) (2017) en Aprendizajes Clave: “Tiene como propósito proveer a los estudiantes y a los docentes de herramientas para trabajar el ámbito instruccional y las interacciones que ocurren cotidianamente en el aula, en aspectos socioemocionales cruciales para favorecer el aprendizaje y la convivencia escolar” (p. 166).

El docente debía tomar en cuenta que el alumno no solo tenía que adquirir conocimientos que le favorecieran en lo curricular básico, sino que también se debía tomar en cuenta sus emociones y sentimientos ya que, se trabajó con seres humanos, y que si este

no se encontraba bien consigo mismo al saber enfrentar los obstáculos y los problemas con los que tenía en su contexto, difícilmente podría tener un buen desempeño académico.

Es por esto, que surgió la pregunta de investigación: ¿Cómo el autoconocimiento favorece la regulación emocional en preescolar a través de la educación a distancia?

Con base en esto se dio apertura a la creación de los siguientes objetivos de investigación:

Objetivo general:

- Demostrar que el autoconocimiento favorece la regulación emocional en preescolar a través de la educación a distancia

Objetivos específicos:

- Diagnosticar el autoconocimiento y la regulación emocional en preescolar a través de la educación.
- Analizar la información del autoconocimiento y la regulación emocional en preescolar a través de la educación a distancia.
- Plantear el autoconocimiento para favorecer la regulación emocional en preescolar a través de la educación a distancia

A nivel internacional el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2020) menciona que: “El impacto en los niños, niñas, adolescentes y sus familias será devastador, con enfermedades, aislamiento, miedo y pérdida de medios de vida.” (pág. 23). Este análisis se realizó en el mes de abril casi un mes después de iniciada la pandemia y también menciona que:

Millones de niños, niñas y adolescentes afectados por la pobreza, la violencia y los conflictos, niños y niñas desarraigados, o muriendo por causas prevenibles, están fuera de la escuela o perdiendo vacunas esenciales. Ellos necesitan que se les proporcione salud, educación, agua y saneamiento, nutrición y protección. Estos servicios nunca han sido tan críticos. (UNICEF, 2020, pág. 86).

Ante este panorama fue necesario retomar como punto fuerte las afectaciones en el desarrollo personal, social y emocional en los educandos como un factor fundamental en la falta de regulación emocional de los alumnos, además de reiterar la necesidad de educación de las NN pero no una educación robotizada que se encargue de cubrir y cumplir con tareas y trabajos si no que se centre en las necesidades reales de los alumnos en su contexto y vivencias actuales.

La metodología que se utilizó a lo largo de este proyecto de innovación docente fue cualitativa “los estudios cualitativos pueden desarrollar preguntas e hipótesis antes, durante o después de la recolección y el análisis de los datos.” (Hernández, 2014, pág. 326).

Lo cual ofrece una oportunidad para mejorar la investigación en cualquiera de sus fases ya que no se definen hipótesis concretas si no que se utiliza la recolección y análisis de los datos para afinar las preguntas de investigación o revelar nuevas interrogantes en el proceso de interpretación.

A su vez se implementó la metodología de investigación acción la cual encaja de manera prudente en la metodología cualitativa, el autor que se utilizó fue Latorre (2005) quien establece que: “La investigación-acción se puede considerar como un término genérico que hace referencia a una amplia gama de estrategias realizadas para mejorar el sistema educativo y social” (pág. 23). Esto con el fin de mejorar la calidad educativa reflexionando a través de la acción docente, lo cual permitirá al profesorado generar propuestas que lo lleven a resolver las problemáticas detectadas en su investigación y así, implementar acciones que busquen solucionar las mismas.

El proyecto que se implementó fue el proyecto socio-formativo mismo que surgió de la socioformación y que entre sus características se retomó de manera prioritaria: “Convierte el aula en una micro comunidad a través del trabajo con problemas contextualizados y la metodología de los proyectos formativos” (Tobón, 2016, pág. 2) Asimismo menciona que la evaluación está orientada no solo a los conocimientos académicos si no a partir de los problemas del contexto basándose en evidencias de desempeño y producción.

La metodología para implementar la intervención consistió en el proyecto socioformativo mismo que surge de la socioformación y que entre sus características se

retomó de manera prioritaria: “(Convertir)... el aula en una micro comunidad a través del trabajo con problemas contextualizados y la metodología de los proyectos formativos” (Tobón, 2016, pág. 2) de igual forma se menciona que la evaluación estaba orientada no solo a los conocimientos académicos si no a partir de los problemas del contexto basándose en evidencias de desempeño y producción.

Este tipo de proyectos buscó resolver las problemáticas en la educación que comprenden:

1. Aislamiento y fragmentación de las asignaturas.
2. Énfasis en los contenidos cognitivos conductuales.
3. Bajo grado de vinculación con los retos sociales y organizacionales.
4. Ausencia de estrategias relacionadas con el emprendimiento.
5. Orientación del aprendizaje para la sociedad industrial. (Tobón, 2016, pág.2).

En este caso se atendió de manera directa al punto número, dos y de manera indirecta al resto de ellos. Para poder desarrollar este tipo de proyecto se diseñaron actividades de acuerdo con las fases de la socioformación, las 6 fases determinadas por Tobón (2016) fueron:

- **Presentación del proyecto:** Dónde se muestra al alumnado que dado a los datos recopilados en el diagnóstico se diseña una estrategia para atacar el problema del contexto con su participación, al inicio de las actividades se deben establecer las normas de trabajo.
- **Análisis de los saberes previos:** Posteriormente de presentar el proyecto se deben retomar los saberes previos del alumnado para establecen una línea de partida en cuanto a conocimientos y áreas de oportunidad.
- **Gestión del conocimiento y ejemplo:** Se retoman los saberes previos del alumnado y se vinculan a los nuevos mediante la intervención pedagógica y los nuevos contenidos, que el docente recopilara para dar respuesta a las problemáticas del grupo.
- **Contextualización o diagnóstico:** En esta fase se contextualiza al alumnado sobre el problema y como debe ser atacado, que acciones dependen de ellos como centro del proceso de aprendizaje.

- **Aplicación:** A partir de lo realizado en las sesiones anteriores de manera conceptual los alumnos deben mostrar lo aprendido de manera práctica mediante actividades previamente diseñadas y dirigidas.
- **Socialización:** Los alumnos deben dar a conocer a la comunidad estudiantil lo aprendido dentro del aula mediante la socialización. (Tobón, 2016, pág.30)

Se realizó el diseño de la propuesta de intervención retomando los puntos anteriores en cuanto al proyecto socioformativo, enfocándonos en la psicopedagogía de las emociones como base y considerando en todo momento los Aprendizajes Clave para la educación integral en educación primaria como guía en cuanto a los indicadores de logro.

Para la realización de la actual investigación, se retomaron diversos autores los cuales se ven representados en la siguiente tabla 1, como panorama general:

Tabla 1. Mapeo de categorías y subcategorías de investigación.

<b>Título</b>	<b>Categoría</b>	<b>Subcategoría</b>	<b>Autores</b>	
“El autoconocimiento para favorecer la regulación emocional en preescolar a través de la educación a distancia”	Autoconocimiento	Competencias emocionales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Charles Darwin</li> <li>• Daniel Goleman</li> <li>• GROU</li> <li>• Rafael Bisquerra</li> <li>• Jaques Delors</li> </ul>	
		Educación socioemocional		
	Regulación emocional	COVID19		<ul style="list-style-type: none"> <li>• UNESCO</li> <li>• Rafael Bisquerra</li> </ul>
		Confinamiento		
	Educación a distancia	Tecnologías de la Información y Comunicación		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sergio Tobón</li> <li>• IISUE</li> <li>• UNESCO</li> </ul>
		Socioformación		
	Preescolar	Estudiantes	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SEP</li> <li>• Aprendizajes Clave para la Educación Integral</li> </ul>	
		Procesos de enseñanza aprendizaje		

Tabla 1. Mapeo de categorías y subcategorías de investigación. Elaboración propia.

De acuerdo con la tabla anterior se desarrollaron en cada una de las categorías y subcategorías mencionadas actividades enfocadas en dar respuesta a las barreras de aprendizaje, las cuales surgieron del título del proyecto y se centraron en la condición social, educativa, de salud y emocional que se vivió durante la pandemia del COVID-19 y se buscó

favorecer la autorregulación en los alumnos de preescolar para brindarles herramientas que aminoraran el impacto de la pandemia en su desarrollo personal y social.

El autoconocimiento engloba a grandes rasgos los siguientes aspectos: Toma de conciencia de las propias emociones, dar nombre a las emociones, comprensión de las emociones de los demás, tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento. La conciencia emocional fue el primer paso para comprender las siguientes.

En este punto es importante aclarar que la regulación emocional es un componente de las competencias emocionales, y el autoconocimiento específicamente favorece a la autorregulación, sin embargo, ya que la última es nuestro objetivo específico se le ha designado un apartado de mayor relevancia, habiendo mencionado lo anterior podemos decir que: “Es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas, etc.” (Bisquerra, 2009, pág. 149).

Esta competencia se compone de las siguientes micro competencias:

1. Expresión emocional apropiada
2. Regulación de emociones y sentimientos
3. Habilidades de afrontamiento
4. Competencia para autogenerar emociones positivas

En esta investigación nos centraremos en el número dos y cuatro, al ser alumnos de preescolar tomaremos como referencia los indicadores de logro del plan y programa de estudio de acuerdo con su edad, tomando en cuenta el contexto en el que se desarrolló la presente investigación la UNICEF (2020) nos indica que:

“El impacto psicosocial y de salud mental ocasionado por la pandemia del COVID-19 en la vida de niños, niñas, adolescentes y sus familias es significativo. Si bien las intervenciones en salud mental y apoyo psicosocial se articulan mediante los servicios generales de salud y de protección infantil; las escuelas, en tanto plataformas que integran los esfuerzos intersectoriales, también pueden proporcionar este apoyo crítico.”

Es por ello por lo que como educadores en si momento buscamos facilitar las herramientas que favorezcan el desarrollo y conocimiento personal para los educandos ya que esto se vuelve una prioridad mundial ante esta nueva modalidad educativa.

El proyecto de intervención tomó como eje los siguientes puntos:

Propósito de la intervención:

Que el alumnado desarrolle a través de las secuencias de aprendizaje un sentido positivo de sí mismo y aprenda a regular sus emociones.

Indicadores de logro

El alumno reconoce y expresa características personales: su nombre, como es físicamente, que le gusta, que no le gusta, que se le facilita y que se le dificulta.

El alumno reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, seguridad, tristeza, miedo, o enojo y expresa lo que siente.

El proyecto socio formativo que se aplicó se tituló: “*La vida tras la pantalla*” con enfoque cualitativo basado en la socioformación la cual: “Busca la formación integral de las personas por medio del abordaje de problemas del contexto con base en la colaboración y la creación colectiva del conocimiento” (Tobón, 2016) ya que se indagó la formación integral de los individuos para que estos constituyeran una sociedad del conocimiento la cual se caracterizaría por el trabajo colaborativo entre las personas para lograr la realización personal y contribuir a la mejora de la vida además de contribuir a el cuidado ambiental.

El trabajo consistió en realizar proyectos con los estudiantes para resolver un problema del contexto, en este caso afrontar los problemas emocionales que causa el confinamiento en los alumnos, este proyecto se conforma por los 6 pasos mencionados con anterioridad el cual se aplicó de acuerdo con el siguiente cronograma, plasmado en la tabla 2.

Tabla 2 Cronograma de implementación

Cronograma de implementación				
			Actividad	Producto

Numero de sesiones 1	Presentación del proyecto	Se agendó una reunión con padres de familia para presentarles la propuesta del proyecto y mostrarles algunas experiencias exitosas, así como pedir su autorización para trabajar con las fotografías y audios.  Posteriormente se realizó la propuesta al alumnado de manera más dinámica y divertida a través de una asamblea virtual donde ellos dieron propuestas para enriquecer el proyecto	Trabajo en plenaria  Conversatorio  Conciencia de las emociones propias bienestar	Evidencias Fotográficas  Registro de ideas principales
1	Analizar los saberes previos	En esta etapa se realizaron actividades sobre el autoconocimiento y la auto regulación con los alumnos sin profundizar, pues se pretendió conocer sus saberes previos.	Actividad	Producto
			¿Quién soy yo?	Autorretrato Exposición
1	Gestionar el conocimiento y ofrecer un ejemplo	Se realizaron actividades con el alumnado buscando vincular su conocimiento previo con el proyecto de intervención y mostrándoles que es lo que se esperaba realizar	Actividad	Producto
			Dibujamos emociones	Mi collage de emociones Exposición
3	Contextualizar y diagnosticar	Al obtener la información anterior se procedió a generar un diagnóstico general más certero para diseñar la propuesta de aplicación.	Actividad	Producto
			¿COVID-19?	Lluvia de ideas Anecdotario
5	Aplicación	Una vez realizado el diagnostico se procedió a generar secuencias de aprendizaje que atendieran a los objetivos de investigación e indicadores de logro, se pretendió crear un blog con las vivencias cotidianas de los alumnos donde se trabajó con su vida cotidiana.	Actividad	Producto
			Una carta a mi preescolar Periódico Félix	Dibujos y audios
2	Socialización	Se presentó el blog a la comunidad estudiantil, las familias y autoridades educativas a través de un conversatorio que permitió a los alumnos expresar su sentir y vivencias durante la educación a distancia	Actividad	Producto
			Moldeado de plastilina: El monstruo de colores y el visitante	Taller Fotografías de actividades

Elaboración propia

La educación emocional se evaluó de una manera vivencial según Bisquerra (2009) es decir: “La forma de hacer una evaluación auténtica es basándose en los comportamientos manifestados por el alumnado en las situaciones de la vida cotidiana.” Es por ello que fue

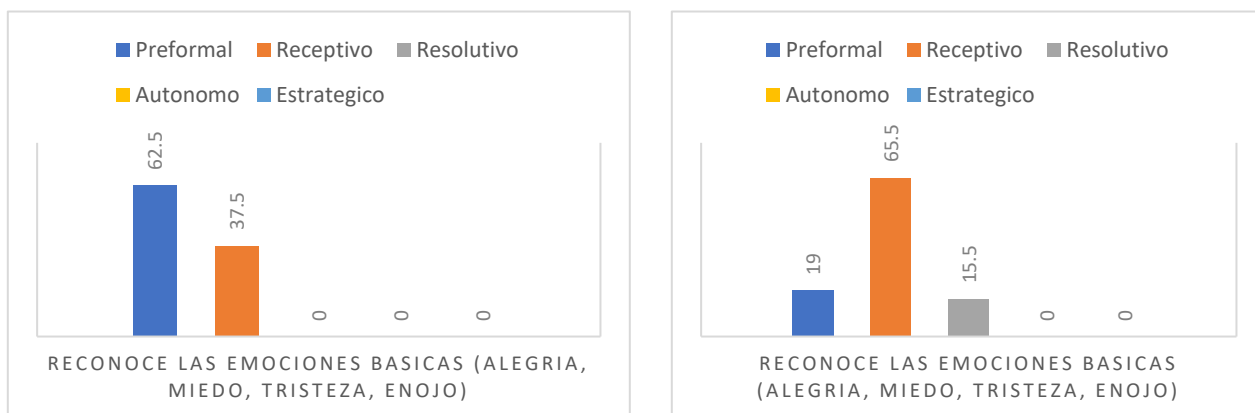
importante llevar un registro en el diario de campo de lo que se vivió en cada una de las sesiones sin embargo esto sirvió para que el docente generara una reflexión pedagógica propia y la cual fue de mucha utilidad para evaluar a cada uno de los alumnos de manera particular.

Para llevar a cabo el plan de evaluación se utilizaron en primer momento las matrices analíticas a lo largo de toda la secuencia didáctica, mientras que para evaluar la secuencia de manera genérica se utilizaron las matrices sintéticas.

Después de analizar las sesiones aplicadas podemos contrastar los resultados de la investigación analizando las siguientes figuras:

- Indicador de logro 1: Reconoce las emociones básicas (alegría, miedo, enojo, tristeza) e identifica cómo se siente ante distintas situaciones. (Ver figura 1).

Figura 1. Triangulación indicador de logro 1.



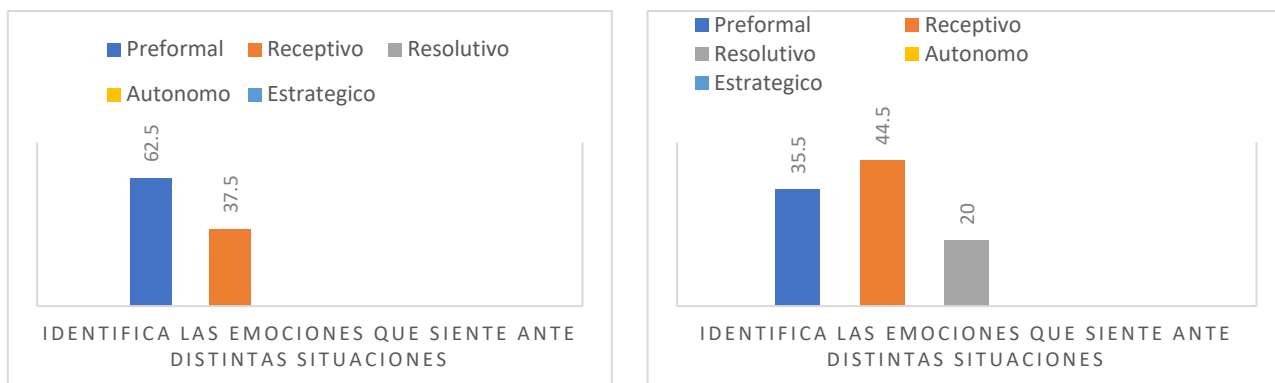
#### *Elaboración propia.*

Al inicio de la intervención el 62.5% de los alumnos se encontraban en un nivel preformal, al finalizar la intervención este número se situó en 19%. El nivel receptivo era de 37.5% antes de intervenir, concluyendo la aplicación se ubicó el 65.5% de estudiantes en este nivel y por último se logró que el 15.5 % alcanzara el nivel resolutivo.

- Indicador de logro 2: El alumno reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, seguridad, tristeza, miedo, o enojo y expresa lo que siente (Ver figura 2)

Figura 2. Triangulación Indicador de logro 2.

*El autoconocimiento para favorecer la regulación emocional en preescolar a través de la educación a distancia*



*Elaboración propia.*

Al inicio de la intervención el 62.5% de los alumnos se encontraban en un nivel receptivo al finalizar la intervención este número se ubicó en 35.5%, del 37.5% que se encontraba en el nivel receptivo este aumento al 44.5% y por último se logró que el 20 % alcanzara el nivel resolutivo. Logrando el aprendizaje esperado en el 64.5% del alumnado sin dejar de lado al 35.5% restante que no logro concretarlo del todo.

## CONCLUSIONES

Se considera satisfactoria la intervención tomando en cuenta el contexto en la que esta se realizó, sin embargo, se reconoce que se tienen áreas de oportunidad a mejorar, en cuanto al propósito de intervención: “Que el alumnado desarrolle a través de las secuencias de aprendizaje un sentido positivo de sí mismo y aprenda a regular sus emociones.” (SEP, 2017, pág. 520)

Se logró que los alumnos identificaran y nombraran sus características personales, por ejemplo ¿cómo es físicamente?, ¿qué le gusta?, ¿qué no le gusta?, ¿qué se le facilita?, ¿qué se le dificulta? Además de reconocer y nombrar situaciones que le generan felicidad, tristeza, miedo o enojo. Todo esto tuvo una correspondencia con los indicadores de logro propuestos en el proyecto socioformativo asimismo se contestó la pregunta de investigación: ¿Cómo favorecer la autorregulación en alumnos de educación prescolar en tiempos de COVID-19?

Además, se logró mediante el proyecto socioformativo “Mi vida tras la pantalla” la autorregulación en un 64.5% mediante el autoconocimiento.

Después de realizar el trabajo de indagación e intervención se reflexiona sobre la dura situación que vivimos como humanidad a lo largo del confinamiento, donde se alteró la rutina y se limitó la interacción humana externa, los alumnos solo podían ver y hablar con sus compañeros mediante una pantalla que era su ventana al mundo exterior y donde no existía el miedo al contacto, pero si se notaba el impacto de la situación pues muchos vivieron de cerca pérdidas por la enfermedad, desgaste físico, mental y social. Es importante mencionar que se plantea la posibilidad de continuar con este trabajo, pero ahora atendiendo la afectación en la población post pandemia pues dentro del contexto actual los alumnos presentan afectaciones sociales en los vínculos y las maneras de relacionarse.

## REFERENCIAS

Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2020). *Consejos para mamá y papá: Apoyo emocional para niños y niñas ante el COVID-19*. México: Gobierno de México.

H. Ayuntamiento de Nezahualcoyotl. (2019). *Seminario Nacional de seguridad pública municipal*. México: Dirección general de seguridad ciudadana. Obtenido de Cuentame inegi:  
[http://cuentame.inegi.org.mx/monografias/informacion/mex/territorio/div\\_municipal.aspx?tema=me&e=15](http://cuentame.inegi.org.mx/monografias/informacion/mex/territorio/div_municipal.aspx?tema=me&e=15)

Hernández, R. (2014). *Metodología de la investigación*. España: McGraw-Hill.

INFOBAE. (2020). *Infobae*. Obtenido de Infobae:  
<https://www.infobae.com/america/mexico/2020/07/10/desempleo-en-edomex-por-covid-19-50000-personas-que-perdieron-su-trabajo-recibiran-apoyo-del-gobierno/>

Latorre, A. (2005). *La investigación- acción. Conocer y cambiar la práctica educativa*. España: Garó.

---

Mollá, R. M. (2007). *Propuesta de un modelo de diagnóstico en educación*. Bordón. España

Ravela, P. (2017). *¿Como mejorar la evaluaicon en el aula?*. México: Secretaría de Educación Pública.

Secretaría de Educación Pública. (SEP). (2017). *Aprendizajes Clave*. México: SEP.

Tobón, S. (2016). *Secuencias didácticas y socioformación*. México: Pearson.