



FORTALECIMIENTO DE LA CONVIVENCIA ESCOLAR A PARTIR DE LA
REGULACIÓN EMOCIONAL

YAMITH MARTÍNEZ RAMÍREZ

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE MANIZALES
FACULTAD DE ESTUDIOS SOCIALES Y EMPRESARIALES
MAESTRÍA EN ENSEÑANZA DE LAS CIENCIAS
MANIZALES

2022

FORTALECIMIENTO DE LA CONVIVENCIA ESCOLAR A PARTIR DE LA
REGULACIÓN EMOCIONAL

YAMITH MARTÍNEZ RAMÍREZ

Proyecto de grado para optar al título de magíster en Enseñanza de las Ciencias

Tutor

DRA. ANGÉLICA MARÍA RODRÍGUEZ ORTIZ

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE MANIZALES

FACULTAD DE ESTUDIOS SOCIALES Y EMPRESARIALES

MAESTRÍA EN ENSEÑANZA DE LAS CIENCIAS

MANIZALES

2022

RESUMEN

Objetivo: en la presente investigación se desarrolla con el objetivo de determinar una mejor regulación emocional para el fortalecimiento de la convivencia escolar en los estudiantes de grado quinto de primaria del EE El Águila de Puerto Rico Caquetá. Dicha determinación se asume como el cambio de actitud de los participantes frente a distintas situaciones de conflicto que suelen suceder en el escenario escolar.

Metodología: la investigación se aborda desde una metodología de investigación cualitativa desarrollando fases claves como el diagnóstico, la intervención y por último la valoración. Desde esa perspectiva se logra un cambio significativo a favor de la convivencia escolar desde la regulación emocional.

Resultados: entre los principales resultados se destacan la disminución de situaciones de conflicto y mejores interacciones entre los estudiantes dentro y fuera del aula de clases.

Conclusiones: como principales conclusiones se pueden mencionar además del alcance de los objetivos; la resignificación de la enseñanza y el aprendizaje de las ciencias sociales gracias al aporte que se hace desde la ciudadanía al comprender en el escenario escolar la existencia de un espacio privilegiado para la educación en la convivencia y la regulación de las emociones.

Palabras claves: convivencia; regulación; emociones; aprendizaje; resignificación (obtenidas del tesoro de la Unesco).

ABSTRACT

Objective: this research is developed with the objective of determining a better emotional regulation for the strengthening of school coexistence in fifth-grade students of the “El Águila” school in Puerto Rico Caquetá. The establishment is assumed as the attitudinal change in the participants when they find themselves in conflict situations that may occur in the school coexistence.

Methodology: this research is approached from a qualitative research methodology, with key phases such as the diagnosis, intervention, and the assessment. From this perspective, a significant change is achieved in support of the school coexistence from emotional regulation.

Results: among the main results, it is important to mention a decrease in conflict situations and a better relationship between students inside and outside of the classroom.

Conclusion: as a main conclusion, all objectives were met. The resignification of the teaching and learning of the social sciences thanks to the contribution of the citizens by understanding the existence of a privilege school setting to educate in coexistence and emotional regulation.

Keywords: coexistence; regulation; emotions; learning; resignification.

CONTENIDO

1	ÁREA PROBLEMÁTICA.....	10
1.1	PREGUNTA PROBLEMA	13
2	JUSTIFICACIÓN.....	14
2.1	OBJETIVOS	17
2.1.1	Objetivo General.....	17
2.1.2	Objetivos Específicos.	18
3	MARCO CONCEPTUAL.....	19
3.1	CONVIVENCIA ESCOLAR	19
3.2	REGULACIÓN EMOCIONAL	22
3.3	RELACIONES ENTRE CONVIVENCIA ESCOLAR Y REGULACIÓN EMOCIONAL	25
4	METODOLOGÍA	31
4.1	ENFOQUE Y ALCANCE	33
4.2	UNIDAD DE ANÁLISIS	34
4.3	UNIDAD DE TRABAJO	34
4.4	CONSIDERACIONES ÉTICAS	35
4.5	TÉCNICAS Y FUENTES DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN	35
4.6	SECUENCIA DIDÁCTICA	37
4.7	DISEÑO METODOLÓGICO.....	38
4.8	PLAN DE ANÁLISIS	39

5	ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS	41
5.1	FASE DE DIAGNÓSTICO.....	41
5.2	FASE DE INTERVENCIÓN.....	46
5.2.1	Aplicación de la Secuencia Didáctica.	48
5.3	FASE DE VALORACIÓN Y ANÁLISIS.....	55
6	CONCLUSIONES	60
7	RECOMENDACIONES.....	62
8	REFERENCIAS	63
9	ANEXOS.....	67

LISTA DE TABLAS

Tabla 1. Claridad sobre las técnicas e instrumentos utilizados en el desarrollo investigativo.	36
Tabla 2. Propuesta para la sistematización de resultados.	40
Tabla 3. Matriz de respuestas en la entrevista a estudiantes.	41
Tabla 4. Matriz de impacto observado con la ejecución de la secuencia didáctica.....	50
Tabla 5. Matriz consolidación de opiniones en los grupos de discusión.....	55

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Modelo de investigación cualitativa.	32
Figura 2. Modelo de triangulación de la información.	33
Figura 3. Principales emociones expresadas por los estudiantes en el contexto de la convivencia en la escuela.	45
Figura 4. Principales razones derivadas de la no regulación emocional por las que se generan conflictos que afectan la convivencia.	47
Figura 5. Regulación emocional vs situaciones de conflicto en las interacciones.	49
Figura 6. Porcentaje de respuestas a la pregunta 4 prueba final.	54
Figura 7. Comparación de situaciones antes y después de la implementación.	59

LISTA DE ANEXOS

Anexo 1. Propuesta de secuencia didáctica.....	67
Anexo 2. Formato entrevista semiestructurada.	79
Anexo 3. Formato prueba inicial.....	80
Anexo 4. Formato prueba final.....	81
Anexo 5. Formato grupos de discusión.....	82

1 ÁREA PROBLEMÁTICA

Gran parte de los conflictos que se presentan en los escenarios escolares son debido a la baja regulación emocional de los individuos, y ocurren precisamente porque el sistema educativo contribuye muy poco al reconocimiento y promoción de actividades que ayuden a la autorregulación emocional de los estudiantes. De acuerdo con Maslow (1970) una de las metas de la educación es “satisfacer las necesidades psicológicas básicas, ya que no puede alcanzarse la autorrealización mientras no sean satisfechas las necesidades de seguridad, pertenencia, dignidad, amor, respeto y estima” (p. 6).

Dichas necesidades están totalmente relacionadas con la afectividad y al ser buscados en el currículo escolar, se encuentra que son poco identificables y que al contrario gran parte de contenidos que la integran están enfocados a los saberes disciplinares y han dejado de lado, al menos en el contexto local e institucional del centro educativo el Águila del municipio de Puerto Rico los elementos claves para una sana convivencia a partir de la regulación emocional.

En el caso colombiano y específicamente en la región en donde se ubica el centro educativo antes mencionado, se tiene que la presencia de los conflictos sociales tales como el conflicto armado, el desplazamiento e incluso el desempleo y pobreza extrema son el detonante para que nuestros niños y adolescentes se vean afectados de una forma directa en la medida en que sus familias reflejan en la convivencia los enfrentamientos, discusiones, poco diálogo y nula solución pacífica a los conflictos que suelen suceder y educar desde el ejemplo a los niños y niñas que allí se ven involucrados.

En el contexto local factores sociales como el conflicto armado, la pobreza, la falta de escolaridad de las familias; continuamente inciden en el desarrollo y formación ciudadana. No es fácil para las familias, tanto del sector urbano como rural (con mayor fuerza en estas últimas), adelantar procesos formales de educación para sus hijos cuando se suman, además, factores externos como la violencia, el desplazamiento, la drogadicción, el alcoholismo, la prostitución, la cultura de la coca y una serie de problemas sociales evidentes en el contexto rural integrado por la zona veredal donde se ubica el CE El Águila

del municipio de Puerto Rico, Caquetá, las cuales caen al igual que una cascada e impactan la formación de los niños y niñas. Es importante decir que este desequilibrio social de acuerdo con lo señalado por Espejo (1999) “debilita los procesos de enseñanza y aprendizaje, así como la formación en general, no solo en el seno familiar sino en la escuela misma como institución con el encargo social de formar las nuevas generaciones” (p. 17) así mismo, en el interior del aula de clases de acuerdo con los informes periódicos a padres de familia se logra identificar situaciones de riñas, bullying, matoneo y algunos tipos de acoso que van desde lo académico hasta señalamientos por actuaciones individuales que descubren niveles de machismo e incluso de feminismo extremo.

En ese sentido sobre la convivencia escolar y la autorregulación emocional son múltiples las investigaciones adelantadas durante la última década. La presente investigación tiene un impacto social porque tal y como lo señala Pérez y Gutiérrez (2016) con la investigación denominada “El conflicto en las instituciones educativas” (p. 1) se logran identificar las principales formas de conflicto escolar que surgen y la manera como se puede enseñar para aprender a solucionar las dificultades desde el propio contexto escolar.

En el mismo sentido Pérez y Gutiérrez (2016) reconocen un conjunto de reacciones negativas ante diversas situaciones como muestra de la falta de regulación emocional que enfrentan los niños y niñas en los escenarios escolares y que son en sí mismos susceptibles de ser analizados y proponer acciones que desde la enseñanza ayuden a fortalecer el manejo de sus emociones contribuyendo a la construcción de una mejor convivencia escolar.

De acuerdo con Rodríguez, Russián, y Moreno (2020) al respecto de dicha problemática, señalan que “la regulación emocional guarda una estrecha relación con la inteligencia emocional y las características que puedan llegar a tener las relaciones entre los actores en la escuela, dado que las sensaciones, sentimientos y acciones dan forma a la convivencia escolar y es desde este contexto una oportunidad para mediar de forma positiva” (p. 13)

En el contexto regional se encuentran investigaciones relacionadas con el desarrollo de una sana convivencia escolar, en lo investigado por Mota y Cardona (2018) por ejemplo se enfocan la proyección del fortalecimiento de la convivencia escolar considerando como eje

central los derechos de los niños y niñas. Con el desarrollo de esta investigación se lograron hacer visibles muchos aspectos relacionados con la vulneración de los derechos de los infantes, así como de la importancia de dialogar y concertar la integración de mejores procesos comunicacionales, emocionales como elementos que aportan a la construcción de la paz y la convivencia escolar.

La formación de un ciudadano crítico, capaz de autorregularse debe ser un objetivo para toda la sociedad; una responsabilidad compartida entre familia, sociedad y escuela que se debe asumir con mayor dedicación y esfuerzo para garantizar una construcción colectiva del entorno social, promoviendo con ello la participación de cada uno de los miembros de la sociedad buscando la mejora en las prácticas de aula para formar un ciudadano crítico. Ante lo cual Martínez (2004) sugiere que “los procesos de construcción social se fundamentan en la regulación emocional y en la proyección de una ciudadanía crítica” (p.7)

Surge entonces una responsabilidad ética y política para quienes de forma directa participan en los procesos escolares dentro del centro educativo El Águila del municipio de Puerto Rico Caquetá, por lo cual se debe promover la práctica de valores y emociones alrededor de la responsabilidad del individuo como ser social debido a que es común observar niños y jóvenes haciendo uso de vocabulario soez, generando riñas y discusiones por distintas situaciones tanto escolares como familiares, vivenciando situaciones comunicativas donde las posiciones de poder y dominio sobre los asuntos son asumidas con apasionamientos sin control de sus emociones por lo que, despuntan o provocan conflictos sin llegar a acuerdos. Visto así se afirma que corresponde a la escuela y la familia promover unas acciones o situaciones específicas que favorezcan la regulación emocional y la convivencia escolar.

En esa perspectiva se defiende la idea de que todo docente debe estar capacitado para procurar la formación integral del estudiante, cuidando la parte académica y fortaleciendo la socio-afectiva con lo cual, la escuela proveerá las condiciones primordiales, necesarias y adecuadas para la formación ciudadana, por ser esta una herramienta indispensable para desenvolverse en la vida social de manera armónica y eficaz, además espacios de formación

en los que los sujetos se reconozcan como ciudadanos capaces de dar solución a sus propios conflictos y transformar su realidad social.

Según Franco y Jaramillo (2017) y Ramírez (2019) los problemas de violencia son constantes en el aula escolar, por lo cual se deben buscar estrategias que contribuyan a disminuir estos índices de conflicto. Sus estudios buscan mejorar la convivencia escolar a partir de estrategias significativas y para ello los autores dan a entender que es necesario fortalecer la expresión de ideas, pensamientos e historias de los estudiantes ayudando a la regulación de dichas expresiones y aportando a la solución pacífica de los conflictos en el aula. Esta es una de las investigaciones más similares a la presente investigación no solo por sus intereses, sino por la estrategia usada para alcanzar el fin de solucionar los conflictos en el aula.

Con lo expuesto hasta aquí, surge la necesidad de adelantar la presente investigación teniendo como categoría principal la regulación emocional que propicie la construcción de mejores ambientes de convivencia escolar, de tal manera que se contribuya a mejorar la problemática de mala convivencia escolar evidente en los constantes conflictos de aula que prevalecen en el centro educativo El Águila del municipio de Puerto Rico para ello, es necesario realizar la revisión documental, teórica, investigativa y práctica necesaria, en aras de consolidar propuestas que lleven al cumplimiento de los objetivos en concordancia con la realidad escolar que se evidencia en el establecimiento educativo.

Esto significa que la principal problemática a abordar es la no regulación de las emociones por parte de los estudiantes en la medida que vienen generando dificultades en el nivel de logro de los aprendizajes y sobre todo en la convivencia escolar.

1.1 PREGUNTA PROBLEMA

¿Cómo contribuye la regulación emocional al fortalecimiento de la convivencia escolar en los estudiantes de grado quinto de primaria de la IE El Águila del Municipio de Puerto Rico Caquetá?

2 JUSTIFICACIÓN

El presente trabajo de investigación busca dar respuesta a una constante problemática que se presenta con los niños de grado quinto del centro educativo El Águila del municipio de Puerto Rico Caquetá en donde con frecuencia surgen conflictos que desestabilizan y rompen la armonía dentro y fuera del aula de clases, siendo entonces necesaria la enseñanza y el fortalecimiento de la convivencia escolar a partir de la regulación emocional como tema objeto de estudio a partir del cual se busca generar un proceso de investigación en la escuela que permita replantear las prácticas de aula y a formular estrategias claras para la regulación emocional a favor de mejores ambientes de convivencia.

La ausencia de valores y el reconocimiento por las diferencias en los distintos grupos sociales son un llamado constante desde la escuela para reflexionar en torno a las prácticas de aula y generar el fortalecimiento de las prácticas de convivencia en donde los niños y niñas se formen en un ambiente de paz e igualdad que a su vez nos lleve a la construcción de una mejor sociedad.

Ante ese panorama fue que la UNESCO (1997) como producto de un debate educativo internacional, presenta un informe titulado “La educación encierra un tesoro” y citando a Delors (1996), plantea que “la educación para el futuro se debe construir sobre cuatro pilares fundamentales: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a ser y aprender a vivir juntos” dejando así en claro en su cuarto pilar que para tener procesos escolares significativos es necesaria una sana convivencia escolar (p.17)

En esa medida es relevante abordar en el establecimiento educativo El Águila del municipio de Puerto Rico, especialmente con los niños y niñas de grado quinto una adecuada resolución de los conflictos escolares y se hace necesario entonces, promover el aprender a ser y el aprender a vivir a juntos. Esta realidad puede ser evidenciada en los informes académicos y asambleas de padres de familia según las actas de reuniones informativas del año 2019 donde está la opinión generalizada por parte de los padres de familia acerca de este tema es que existen múltiples situaciones de especial cuidado que surgen entre los niños tales como riñas por útiles escolares, uso de vocabulario soez en

espacios académicos, vergüenzas, miedos, nervios, tristezas e incluso estrés, entre otros, y especificando que son múltiples las razones que generan estas emociones y que van desde la falta de tolerancia, el irrespeto generalizado y la falta de diálogo.

Estos factores no permiten un ambiente escolar en donde los niños y las niñas puedan desarrollar sus habilidades de forma espontánea desde la tranquilidad de un contexto escolar que se caracterice por la no agresión, el dialogo, el respeto y la promoción de la autorregulación emocional. La existencia de factores que reducen o limitan el diálogo y la concertación ante manifestaciones o reacciones conflictivas deben ser atendidos de manera inmediata desde la mediación pedagógica y no expresando o asignando sanciones que poco contribuyen a una verdadera formación del carácter y por ende al mejoramiento de las relaciones interpersonales.

Por esta razón se presenta este proyecto, como una alternativa por mejorar la convivencia escolar en el centro educativo El Águila. Para ello se piensa que un elemento central es el papel que juega la regulación emocional en el reto de superar las dificultades en convivencia escolar y en proponer el fortalecimiento de la misma a partir del manejo de las emociones centrandose su quehacer en la autorregulación emocional, resolución de conflictos escolares y de aquellos que se generan en el contexto familiar y que van en detrimento de la sana convivencia en la escuela y fuera de ella.

Es evidente de acuerdo con los factores, situaciones y emociones antes señaladas que los estudiantes de grado quinto del centro educativo El Águila en el municipio de Puerto Rico Caquetá no asumen posiciones de diálogo y concertación frente a los conflictos, siendo entonces, pertinente el diseño e implementación de estrategias didácticas a favor de la regulación emocional y por ende de la convivencia escolar.

En ese sentido, para convivir en comunidad se requiere de regulación emocional de acuerdo con Franco y Jaramillo (2017) “sin ese elemento se afectan seriamente las interrelaciones y la convivencia, desarrollando prácticas que no promueven mejores relaciones interpersonales y que traen consigo consecuencias que van desde la presencia de conflictos

hasta dificultades en los procesos de aprendizaje y por ende en los niveles de desempeño”
(p.23)

Desde esa perspectiva cada uno de los sustentos teóricos serán ampliados en el marco conceptual y nos permitirán comprender y explicar la dinámica entre las relaciones que materializan las categorías centrales. Al tiempo que se fortalece el proceso investigativo encontrando pertinencia con la línea de ciudadanía, porque aporta a la formación de un ciudadano crítico, desarrollándose desde el área de ciencias sociales e integrando nuevos elementos que durante mucho tiempo han sido abordados de forma alejada o sin darle la importancia que ameritan y que están en el marco del macro concepto de ciudadanía como eje articulador de la regulación emocional necesaria para lograr una mejor interacción, conocimiento de las individualidades, el respeto por la diferencia y la construcción colectiva de escenarios de sana convivencia.

En ese sentido, al atender y fortalecer, a través de una secuencia didáctica, la regulación emocional de los niños y niñas de nuestro establecimiento educativo se consolida una estrategia central para formar integralmente y estimular desde temprana edad la solución pacífica de los conflictos en el marco de ambientes de paz, de sana convivencia y de respeto por las particularidades tanto emocionales como sociales en las que se circunscriben la población en los contextos regionales donde se ubica la escuela.

Con lo anterior se comprende la idea de que las interacciones escolares si bien están claras desde lo institucional, se conciben desde otro tipo de relaciones que surgen a partir de la interacción entre los sujetos y que estas pueden causar traumatismos a la convivencia escolar al no asumir la resolución de conflictos como una necesidad imperante cuando de relaciones sociales se trata. Considerando de manera especial que los aprendizajes y el ser de la persona se basa en el conocimiento verdadero y significativo a la luz de conocimientos previos y de mejores relaciones entre sí.

En la misma perspectiva de acuerdo con Linares (2013) aprender significa que:

Las competencias se conecten de forma armónica no porque sean lo mismo, sino porque tienen que ver con el ser humano de una manera equilibrada y significativa. Pensando en la regulación emocional y la resolución de conflictos como base para una convivencia escolar, se está dando equilibrio al desarrollo de competencias de tipo cognitivo que permiten inferir que los niños, niñas y jóvenes al desarrollar un sentido comunitario generan acción, sensibilización, conocimiento y solución a través de la incursión social y esto le permitirá fomentar sentido de pertenencia e identificación con su entorno desencadenando mejores aprendizajes. (p. 34).

En consecuencia, al relacionar la regulación emocional con los conflictos escolares, la convivencia escolar y los aprendizajes se justifica y denota la gran importancia de abordar estas estrategias y habilidades en aras de controlar las reacciones emocionales que podrían ser disruptivas para el aprendizaje. Esto implica que en la medida en que se asumen posturas constructivas en las prácticas de aula y se diseñen estrategias a favor de la regulación emocional es muy probable un cambio de actitud en los estudiantes frente al desarrollo escolar y académico.

Sin embargo, es importante puntualizar que los desarrollos escolares de los niños y niñas están implícitamente relacionados con el desarrollo profesoral y las vivencias en familia. Principalmente porque el desarrollo socioemocional está sujeto a las pautas de crianza, a los niveles socioeconómicos, la pobreza e incluso fenómenos perinatales que inciden en los comportamientos futuros de los seres humanos.

2.1 OBJETIVOS

2.1.1 Objetivo General

Determinar una mejor regulación emocional para el fortalecimiento de la convivencia escolar en los estudiantes de grado quinto de primaria del EE El Águila de Puerto Rico Caquetá.

2.1.2 Objetivos Específicos

- Caracterizar las reacciones de los estudiantes de grado quinto del EE El Águila de Puerto Rico Caquetá, ante diferentes situaciones que alteran la convivencia escolar.
- Implementar unas secuencias didácticas con los estudiantes de grado quinto, en donde se promueva desde la regulación emocional el fortalecimiento de la convivencia escolar.
- Valorar los resultados de la intervención a favor de la regulación emocional y convivencia escolar de los estudiantes de grado quinto en el EE El Águila de Puerto Rico Caquetá.

3 MARCO CONCEPTUAL

Los contextos escolares se han configurado como lugares de encuentro, en espacios donde conviven buena parte del día a día, personas con variadas formas de pensar, actuar y sentir, producto de las diferentes culturas y estilos de formación que han tenido desde el seno de sus hogares.

Dichas formas de actuar, pensar y sentir están caracterizadas por las influencias que el desarrollo histórico y social han logrado permear en sus desarrollos particulares. Por lo tanto, en el marco de la presente investigación se deben comprender y conceptualizar principalmente dos categorías centrales: la primera de ellas la convivencia escolar y la segunda la regulación emocional.

3.1 CONVIVENCIA ESCOLAR

Con relación a esta categoría se encuentran diferentes definiciones que, en su gran mayoría la enmarcan como la suma de factores, alrededor de las concepciones de cultura, estrato, situación económica, educación, e incluso como subcategoría emergente, las relaciones de poder y de relación entre los actores del proceso escolar.

Dichos factores pueden entenderse en su conjunto de acuerdo con Onetto (2003) como la competencia social que se tiene para llevarse bien con los otros a pesar o por encima de las diferencias particulares. En los niños esto contribuye en el desarrollo positivo de todas las dimensiones en las cuales se centran sus interacciones. Para Pérez (2009) se define como “la adecuación de las conductas sociales a un determinado contexto social, generando juicios que son distintos de unos contextos culturales a otros, ya que cada uno tiene normas y valores diferentes” (p.4)

Lo fundamentado por Pérez (2009) señala entonces que la convivencia escolar y social promueven el desarrollo de comportamientos claves y particulares que se pueden entender como las habilidades sociales que demuestran en el escenario escolar. Las diferencias entre las formas de actuar o reaccionar de los niños se fundamente precisamente en el desarrollo positivo o negativo de dichas habilidades, lo cual significa que las habilidades sociales y la

regulación emocional son comportamientos específicos que en su conjunto forman el comportamiento social que desde luego deberían aportar a una sana convivencia escolar. (Pérez, 2009, p.5)

Así mismo, Molina y Pérez (2006) con respecto a los comportamientos violentos señalan que “no son más que los mismos que el niño ha aprendido a lo largo de su formación, los mismos que actúan en sus otros espacios de relación social, un submundo de violencia que se recrea en la escuela y en el que participan todos los miembros de la comunidad educativa, en mayor o menor grado” (p.6)

Así aprender a vivir juntos como lo expone Delors (1996) se convierte en uno de los cuatro pilares esenciales en los procesos educativos. Pese a ello, las realidades de nuestras escuelas nos dejan ver que no hay una convivencia armónica como se espera (Del Rey, Ortega, & Feria, 2009). Por ello la convivencia sana como lo expone Onetto (2003) exige una planeación intencional constante del maestro, para enseñar a los niños y jóvenes a controlar sus emociones.

Los autores coinciden en que la convivencia escolar debe ser vista, estudiada y comprendida como subconcepto de las ciencias sociales que a su vez involucra elementos claves como: construcción de ciudadanía, democracia, valores, derechos humanos y la paz (Morales y López, 2019, p.6)

Ahora bien, para Fierro-Evans y Carbajal (2019) a la hora de revisar las concepciones sobre convivencia escolar se pueden tomar tres grandes categorías en sus definiciones:

La primera de ellas es la convivencia como estudio de clima escolar. Esta es “relativa a formas de maltrato entre estudiantes, perfiles, presencia por género, por antecedentes de diverso tipo, entre otros” (Fierro-Evans y Carbajal, 2019, p. 4).

La segunda entendiendo la convivencia como educación socioemocional centra su atención al desarrollo de habilidades sociales como elemento central de la convivencia.

En el mismo sentido Fierro (2013) definen la convivencia como educación para la ciudadanía y democracia:

La convivencia se aborda como un espacio formativo desde la vida escolar y que puede aportar en distintos sentidos: aprender a reconocer la diversidad de identidades y capacidades de otras personas; valorar la pluralidad de ideas; participar en espacios de deliberación, argumentación, elaboración y seguimiento de normas, así como desarrollar herramientas dialógicas para enfrentar los conflictos interpersonales, entre otros. (p. 5).

Es importante decir que, desde estas perspectivas y clasificaciones realizadas hay muchas similitudes en las formas de entender la convivencia escolar. No obstante, pese a estas similitudes, el foco que concierne a este trabajo es el segundo, es decir, abordar la regulación emocional para mejorar la convivencia escolar y en general las interacciones de los estudiantes. Lo que implica que primero se debe centrar el rol del sujeto, en su propio proceso de regulación para una sana convivencia y luego en la parte social. Esto no implica desconocer que el hombre es un ser social, sino por el contrario, comprender que esa sociedad se construye dadas las interacciones y acciones colectivas en la que aportan cada uno de los sujetos.

La participación e interacción lleva a configurar desde la perspectiva planteada en el párrafo anterior que se configura también lo que Fernández (1994) denomina el famoso clima escolar, asumido como el ambiente que está determinado tanto por factores físicos, elementos estructurales, personales y culturales de la institución que, en su conjunto condicionan a la escuela y sus actores de un estilo particular y contextual.

Tanto la estructura como la cultura del centro educativo influyen en el clima escolar resaltando dentro de ese componente cultural, el sistema organizativo (el cual está constituido por procesos de intercambio comunicativo, es decir, las conversaciones formales e informales, la información subjetiva y objetiva) y el entorno de este sistema organizativo (miembros del equipo directivo, docentes, alumnos, padres de familia, infraestructura, recursos tecnológicos, reglamentos) ambos consideran tanto a personas como a objetos y elementos que inciden en el clima del centro. La cultura en el clima

escolar, tiene que ver con las interpretaciones que los diferentes grupos de sujetos han aprendido en su interacción con los demás y que como consecuencia establecen dentro de su actuar (Murillo y Becerra, 2009).

Al respecto de la importancia de la cultura en el clima escolar, se encuentra que en ella convergen multiplicidad de actores, con sus diversas formas de actuar, pensar y sentir que dan a la escuela precisamente ese tinte de color y diversidad que la hacen única desde su heterogeneidad y riqueza que la componen. De tal suerte que desde esas relaciones se puedan comprender que el clima y la convivencia escolar son conceptos diferentes pero dependientes uno del otro. Las relaciones positivas o negativas de la convivencia en la institución educativa influyen en el desarrollo del clima. Un buen clima, a su vez, contribuye a un adecuado tipo de relación entre los participantes del establecimiento y a su desarrollo socio emocional.

Desde ese punto de vista se debe distinguir entonces en el marco de la convivencia escolar, lo que significa no solo el clima escolar sino también lo que representa el clima de aula. Al respecto Pérez (2011) señala que:

Debe ser un clima de relación espontánea, de libertad responsable, de cordialidad, de estímulo permanente (...), de acogida, de seguridad, de optimismo, de alegría, de serenidad, de paciencia ante las contradicciones y, sobre todo, el que se genere la habilidad de favorecer el encuentro entre los participantes. (p. 4).

Siendo entonces clave que desde esas características del clima de aula y las múltiples relaciones que allí se generan en torno a la categoría de las emociones se deben promover la regulación y/o autorregulación de las mismas.

3.2 REGULACIÓN EMOCIONAL

La regulación emocional de acuerdo con los planteamientos de varios autores, se encuentra relacionada con la incidencia sobre las emociones propias y las de los demás. Al respecto Gross y Thompson (2007) explican en otras palabras que regular las emociones no es

solamente controlar o inhibir las emociones negativas o positivas sino, que implica la inhibición o intensificación de ambas situaciones emocionales.

Esta categoría se relaciona con la convivencia escolar porque hay un punto de encuentro en el que para acceder a la construcción social de una convivencia escolar positiva se hace necesaria la interacción social y con ella la regulación emocional. Por lo tanto, de acuerdo con Chóliz (2005) las emociones las podemos considerar como:

Aquellas reacciones psicofisiológicas que representan modos de adaptación a ciertos estímulos del individuo cuando percibe un objeto, una persona, un lugar, un suceso o un recuerdo importante. Esto aporta significativamente a la presente investigación porque nos enfoca en que las emociones son aquello que sentimos, cuando percibimos algo o a alguien y los requisitos que debe cumplir cualquier emoción para ser considerada como básica son los siguientes: Tener un sustrato neural específico y distintivo, Tener una expresión o configuración facial específica y distintiva, Poseer sentimientos específicos y distintivos, Derivar de procesos biológicos evolutivos, Manifestar propiedades motivacionales y organizativas de funciones adaptativas. (Chóliz, 2005, p. 7).

En el mismo sentido de lo expuesto por Chóliz, se encuentra en Damasio (1994) quien en otras palabras señala que las emociones son elementos que afectan e influyen en el proceso de aprendizaje y consecuentemente interfieren o participan en el proceso de toma de decisiones. Al respecto señala puntualmente que:

Somos esencialmente creadores de soluciones para nuestra vida. Algunas veces somos creadores no conscientes y otras veces lo hacemos con pleno dominio emocional. En cualquier caso, a la hora de aportar las soluciones, necesitamos de ese elemento que es parte de todo el proceso y que tiene que ver con la regulación de la emoción y el sentimiento. (Damasio, 1994, p. 8).

Desde la perspectiva planteada por Damasio se evidencia una comprensión de que las emociones son un proceso complejo que integra respuestas de tipo psicológico, fisiológico y conductual que deben ser reguladas teniendo a su vez tres tipos de funciones:

- a) La primera de ellas es la función adaptativa que se explica como la preparación de el organismo para la acción dentro de un contexto en particular.
- b) La segunda función es la motivacional en donde es clave la presencia de factores endógenos y exógenos que motivan la conducta de las personas.
- c) Por último la función social nos marca pautas comportamentales que generan cierto tipo de estereotipos de acuerdo confactores previamente conocidos e incidentes en las formas de actuar, pensar y sentir.

El desarrollo de esas tres funciones desde el contexto de la regulación emocional son definidas por Sroufe (2020) como:

Una reacción subjetiva a un suceso sobresaliente, indicando que los acontecimientos y los individuos están relacionados, puesto que, los acontecimientos y motivaciones suelen desencadenar diferentes reacciones emocionales en los individuos a lo largo de diversos momentos o situaciones de su vida” (p.17)

Ante lo cual, entran a jugar un papel clave categorías más amplias a las que se aporta, como lo son la construcción de ciudadanía, en especial, la resolución de conflictos como consecuencia de el establecimiento de relaciones, reacciones y situaciones en el contexto escolar.

En ese contexto, sin lugar a dudas, se deben desarrollar las habilidades socioemocionales de autorregulación, de tal forma que los estudiantes sean por sí mismos responsables de controlar, evaluar y modificar reacciones emocionales, en las cuales se logre mayor conciencia y control a la hora de actuar en relación con los demás.

De acuerdo con Thompson (2006) una adecuada regulación emocional permite mayor compromiso social, resolución de conflictos y comunicación efectiva, posibilitando relaciones sociales satisfactorias y adecuado desarrollo socioemocional. Si esto no se da,

trae como consecuencia una serie de alteraciones en las acciones y convivencia de los niños o de los estudiantes generando trastornos psicológicos y físicos que los puede llevar incluso a repetir situaciones ya vividas en el colectivo social tales como el consumo de sustancias, trastornos de ansiedad, ataques de pánico, autolesiones físicas, agresividad etc.

3.3 RELACIONES ENTRE CONVIVENCIA ESCOLAR Y REGULACIÓN EMOCIONAL

Con respecto a la conceptualización de las categorías centrales, hay una clara incidencia en los escenarios escolares y la problemática sustentada en el presente proyecto de investigación existiendo un entramado teórico y conceptual que debe ser abordado desde la investigación en el escenario escolar. Al respecto Heinz (2001) fundamenta que:

Las formas de conducta de un organismo no son causadas sólo por estímulos externos, siempre importantes para determinados estados de carencias o necesidades, sino también por estímulos internos, mentales. Que de una u otra forma llevan al ser humano a actuar de acuerdo con su instinto y a reaccionar de diversas maneras dependiendo de sus creencias y percepciones. (p. 17).

Dichas reacciones que suelen tener los estudiantes, por ejemplo, se evidencian no solo en el escenario escolar, sino que tienen su origen incluso en las familias que son el primer agente o protagonista en la socialización y formación del ser humano. En muchos casos hay ausencia de la familia nuclear, pero siempre se tiene alguien alrededor que cumple este rol y desde el cual se toma referencia sobre la incidencia que puede llegar a tener en el aspecto conductual, adaptativo, emocional y social que manifiestan los niños o niñas en el escenario escolar.

En ese mismo sentido, hay un sustento teórico en lo expuesto por Goleman quien fundamenta una relación directa entre la conducta o el comportamiento con la inteligencia emocional a favor de la convivencia, y aporta un concepto o subcategoría clave que relaciona la convivencia escolar y la regulación emocional no solo con la conducta sino también la inteligencia emocional, que es para Goleman (1995) un estado en el cual los seres humanos logramos:

Conocer las propias emociones teniendo conciencia de los actos, y siendo responsables de los mismos. También el desarrollo de la regulación emocional se asume como la habilidad para manejar los propios sentimientos a fin de que se expresen de forma apropiada; ante lo cual es inherente el dominio y control de las reacciones debido a que el equilibrio de expresiones de ira, furia o irritabilidad es fundamental en las relaciones interpersonales. (p. 37).

En el mismo sentido es importante resaltar que una emoción provoca reacciones en serie en la medida en que las emociones y las motivaciones se interrelacionan causando acción y efecto. Ante estas acciones es clave entonces, tener autocontrol de las emociones que bien podrían identificarse como por ejemplo el pleno dominio sobre la impulsividad que en la mayoría de los casos en la escuela es la causante de los conflictos en la convivencia.

Desde las comprensiones realizadas por Goleman (1995) y Heinz (2001) se tiene como actividad importante el reconocimiento de las emociones del otro. Esto implica que desde el contexto de la convivencia se deben considerar las emociones individuales, la comprensión de las distintas maneras de ser, actuar y sentir para que se alcance como prerequisite de una sana convivencia, un estado o relación entre los seres humanos llamado empatía.

Esa empatía, como prerequisite de una sana convivencia, se encuentra basada en el conocimiento de las propias emociones y el respeto por las ajenas, con lo cual se integra una comprensión de lo que sucede, lo que se manifiesta y efectúa por parte de los demás. Esto la hace apropiada para fomentar mejores interacciones y construir escenarios de convivencia escolar. Se puede entender entonces que la construcción de una mejor convivencia escolar está supeditada a la capacidad del manejo óptimo de las emociones por parte de quienes interactúan y son constructores en dichos espacios o grupos sociales. Es decir, tal y como lo afirma Thompson (1994) es:

Un constructo englobado dentro de la inteligencia emocional intrapersonal que nos permite transformar una vivencia potencialmente estresante y emocionalmente alterante en algo que, aunque continúe siendo desagradable, comprendemos que es pasajero, impersonal y controlable. (p. 18).

Desde esa perspectiva regular la emoción implica ser capaz de identificar aquello que sucede, monitorear su progreso e intervenir sobre el mismo para ser asumida con el suficiente autocontrol en aras de aportar a un ambiente de sana convivencia. Estas identificaciones o comprensiones permiten a su vez tener claridad sobre lo que implica la regulación y su posterior efecto como autorregulación al respecto muchos de los autores ya citados en párrafos anteriores indican de forma global que la regulación es más reactiva, con menos voluntad y control del individuo, mientras que la autorregulación, parte del interior del ser, de manera voluntaria aunque no precisamente consciente; además, implica un esfuerzo en la regulación para controlar la emoción y la cognición cuando esta se da de manera adaptativa (Aldrete, Carrillo et al. 2014, p. 201).

Desde ese contexto teórico se comprende que la regulación tiene su origen desde el contexto externo del individuo, supeditado a estructuras de poder que señalan el cómo actuar, exigen el que hacer e indican el cómo reaccionar (casos padres de familia, adultos, acudientes, profesores, directivos, etc) incluso si se piensa en el aporte o los fundamentos realizados desde la psicología y la biología se encuentra que desde la etapa prenatal y los primeros años de vida existe una radical disposición para regular emociones; por ejemplo cuando el feto se inquieta en el vientre de la madre se acude en algunos casos a hablarles, colocarles música suave, dar un baño con agua fría, buscando con ello por medio de la sensibilidad regular o calmarlos.

Algo muy parecido sucede cuando ya está el niño o niña en la edad inicial o postnatal en donde ante reacciones o situaciones de alteración se acude a suministrar teteros, diseñar ambientes agradables con sonidos, colores, olores etc, que buscan tranquilizar al bebé y regular sus emociones. Mientras que la autorregulación va haciendo su debut por decirlo de alguna manera producto precisamente desde esas pautas de crianza y trato que son a su vez variadas y dependientes de factores internos y externos.

Al hacer una lectura crítica y comprensiva de los diferentes autores; especialmente de Damasio (1994), Thompson (1994), Goleman (1995), Cholz (2001) y Aldrete Et al (2014) se encuentra que la construcción o adquisición de habilidades de autorregulación son

complejas en la medida que para su fortalecimiento se debe estar a la par del desarrollo no solo escolar sino biológico y psicológico. Por ejemplo, Atance y O'Neill (2005) indican que de acuerdo con la edad cronológica de los infantes existen marcadas diferencias en la adquisición y desarrollo de las habilidades de autorregulación.

Por ejemplo, entre los tres o cuatro años se despiertan las conductas de inhibición mientras que entre los cuatro o cinco años los niños comprenden por qué se deben inhibir las conductas impulsivas o reaccionarias. Desde esa perspectiva la presente investigación al ser abordada con niños de diez años promedio pertenecientes al grado quinto de primaria del centro educativo El Águila de Puerto Rico Caquetá busca dinamizar no solo con teoría sino desde la práctica, la comprensión de la autorregulación y la ejecución de una unidad didáctica que favorezca la enseñanza de algunas técnicas o procedimientos que coadyuven regular las emociones para una mejor convivencia escolar.

Desde ese contexto la presente investigación está abordando la convivencia escolar y la regulación emocional como las categorías claves y centrales que integran no solo la conducta o comportamiento sino también la inteligencia emocional (la regulación de las emociones), que son para Goleman (1995) un estado en el cual los seres humanos logramos:

Conocer las propias emociones como el primero paso para ser inteligentes emocionalmente, reconociendo el tipo de sentimiento frente a situaciones cotidianas en el contexto escolar o familiar con lo cual al ser capaces de comprenderlas y reconocerlas no hay lugar a quedar a merced de las emociones incontroladas.

Así mismo, el manejo de las emociones se caracteriza por la habilidad para manejar los propios sentimientos a fin de que se expresen de forma apropiada y se fundamenten en la toma de conciencia de las propias emociones. Esto desata el desarrollo de habilidades que ayudan a suavizar por decirlo de una manera coloquial expresiones de ira, furia o irritabilidad lo cual es fundamental en el fortalecimiento de las relaciones interpersonales.

Es igualmente importante de acuerdo con las comprensiones de expuesto por Goleman (1995) el hecho de la automotivación, principalmente porque una emoción tiende a impulsar hacia una acción. Por eso, emoción y motivación están íntimamente interrelacionados y es importantísimo encaminar las emociones, y la motivación consecuente, hacia el logro de objetivos. En esa perspectiva es esencial prestar atención, auto motivarse, manejarse y realizar actividades creativas.

El autocontrol emocional conlleva a demorar gratificaciones y dominar la impulsividad, lo cual suele estar presente en el logro de muchos objetivos. Las personas que poseen estas habilidades tienden a ser más productivas y efectivas en las actividades que emprenden. Porque entre otras cosas ayudan a reconocer las emociones de los demás y a establecer excelentes relaciones que finalmente al hacer un ejercicio de espejo o verse reflejado en el otro ayuda a despertar y desarrollar competencia social y las habilidades que conlleva, siendo la base del liderazgo, la eficiencia, la sociabilidad y la aceptación de la diversidad.

Las personas que dominan estas habilidades sociales son capaces de interactuar de forma eficiente y humana con los demás. Se puede entender entonces que la construcción de una mejor convivencia escolar está supeditada a la capacidad del manejo óptimo de las emociones por parte de quienes interactúan y son constructores en dichos espacios o grupos sociales. Al respecto de la capacidad de manejo y optimización de las emociones hay algunos elementos que deben ser igualmente comprendidos en aras de reconocer esos factores que inciden en la emocionalidad.

Algunos expertos señalan por ejemplo que el sueño, el ejercicio, y la alimentación pueden ser factores que alteren el manejo o regulación emocional; por ejemplo, si los niños no duermen mínimo de 8 a 10 horas diarias pueden llegar a exponerse a situaciones de irritabilidad, o lo que puede resumirse como poca disposición para estar en clase y lograr niveles de concentración necesarios para la participación y el aprendizaje. Igual sucede cuando existen problemas de nutrición o mala alimentación porque por ejemplo el consumo excesivo de dulces o grasas tienen un efecto en el cerebro que limita la conciencia sobre la necesidad de control y de cambio frente a las propias reacciones en circunstancias variadas.

Estos nuevos elementos que parecieran tener poca lógica en las relaciones existentes entre regulación emocional y convivencia escolar; subyacen en la sociedad, en el sistema educativo y hacen presencia cotidiana en el escenario escolar del centro educativo El Águila del municipio de Puerto Rico Caquetá. Principalmente en lo expuesto por Rodríguez et al (2010) se tiene que:

Ante la sensación de hambre, la simple ingesta de una comida puede alterar el humor y las emociones reduciendo el nivel de activación y la irritabilidad, al tiempo que incrementa la calma y el afecto positivo. No obstante, para que surta efecto, la cantidad y composición de los alimentos ha de estar cerca de los hábitos de la persona. Así, se ha visto que una comida excesivamente copiosa o poco saludable puede provocar sentimientos negativos en la persona. Por otra parte, la sensación de fatiga o cansancio puede estar provocada por un estilo de vida muy activo que, en ocasiones, conlleva una dieta muy restrictiva, con carencia de vitaminas y minerales. Las personas que tienen este problema tratan de incrementar su energía mental comiendo, bebiendo o tomando suplementos dietéticos, hasta alcanzar un equilibrio en los nutrientes que le faltaban, lo cual mejora su estado de ánimo. (p. 17).

Desde ese fundamento se puede explicar entonces cómo la emocionalidad de los estudiantes es diversa o variada dependiendo no solo de los factores externos ampliamente descritos en párrafos anteriores, sino que ahora hace su aparición un factor adicional como lo es la alimentación; la cual debe ser tomada en cuenta a la hora de analizar la relación entre las categorías principales y las realidades o acciones evidentes en los niños y niñas de grado quinto del centro educativo El Águila de Puerto Rico Caquetá en el marco de la presente investigación.

4 METODOLOGÍA

Considerando las características de la presente investigación y el planteamiento del problema expresado, se debe señalar que esta es una investigación cualitativa con un alcance descriptivo sustentado en lo propuesto por Hernández (2003) debido a que, “busca realizar estudios de tipo fenomenológicos o narrativos constructivistas, que intentan describir las representaciones subjetivas que emergen en un grupo humano sobre un determinado fenómeno” (p.123)

Desde esa perspectiva y considerando que el fenómeno o problemática identificada en la presente investigación es la forma en la que la regulación emocional incide en la convivencia escolar de los niños y niñas del grado quinto del centro educativo rural El Águila, ubicado en el municipio de Puerto Rico Caquetá se considera pertinente adelantar la investigación desde los parámetros o fases que la investigación cualitativa descriptiva sugieren.

En ese sentido de acuerdo con el diseño de Denzil y Lincoln (1994) para la investigación cualitativa descriptiva se pueden desarrollar cuatro fases centrales que son: La fase preparatoria o de diagnóstico, la fase de trabajo de campo, la fase de análisis y una fase final denominada informativa (p. 12)

Aunque con referencia a los autores citados es importante mencionar que ellos clasifican incluso ocho fases en la investigación cualitativa que no serán mencionadas en la presente investigación debido a que de acuerdo con las características y la intencionalidad investigativa no son pertinentes o necesarias de ser abordadas en el marco del presente contexto investigativo. Pero sí se destaca de forma clara que se hace tránsito por tres fases claves que son el diagnóstico, la intervención y la valoración del trabajo investigativo con la respectiva entrega de análisis y valoración de resultados.

En ese sentido desde el contexto investigativo reseñado al comienzo de este documento se establece que para lograr los objetivos o propósitos señalados se hace pertinente realizar inicialmente una recolección de información, mediante la observación de las prácticas e

interacciones, la realización de entrevistas semiestructuradas (fase de diagnóstico) y a continuación construir de forma colectiva, a partir de las relaciones descubiertas, las categorías de análisis y fundamentos teóricos; unas acciones que favorezcan el mejoramiento de la convivencia escolar desde las prácticas de aula (fase de intervención). Lo cual será posible con la implementación de actividades en el marco de una unidad didáctica y el diligenciamiento de un diario de regulación para que los estudiantes puedan llevar control sobre sus propias emociones y/o reacciones validando finalmente su propio progreso (fase de Valoración-análisis de resultados).

En la última fase de resultados, se realiza la valoración del trabajo investigativo con relación al alcance de cada uno de los objetivos específicos. Con ello se pretende fortalecer las relaciones dentro y fuera de la escuela, dándole mayor valor a la regulación de las emociones en aras de promover la sana convivencia, mejores relaciones escolares y por ende mejores aprendizajes o mejora en el nivel de logro.

Figura 1. Modelo de investigación cualitativa.

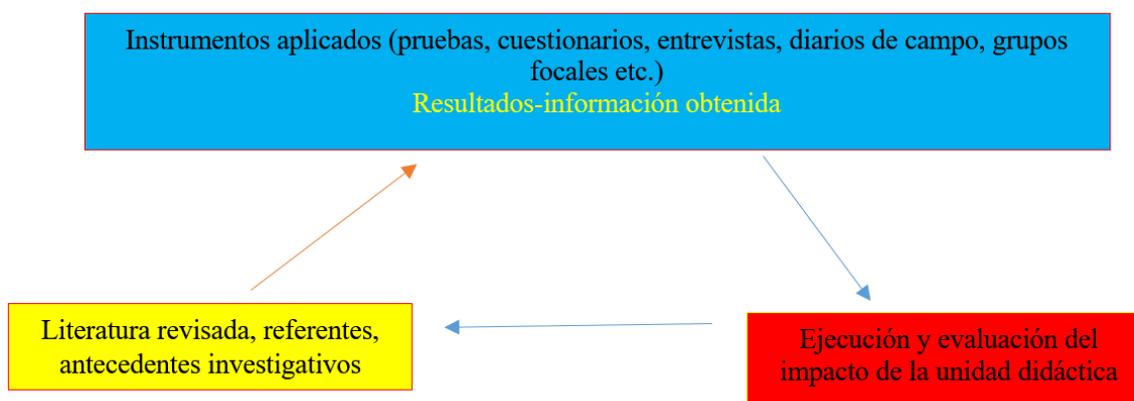


Nota: La figura muestra las fases que se adelantarán en el marco de la investigación cualitativa descriptiva que se propone.

Finalmente, una vez realizado el proceso de fase 1 y fase 2 se realiza una triangulación de la información recolectada; que se puede comprender desde la perspectiva de la triangulación de la información fundamentada en Benavidez y Gómez (2005) para quienes está representada en “El uso de varios métodos, fuentes de datos, teorías o investigaciones alrededor de un mismo fenómeno” (p,3) haciéndose evidente que en el desarrollo de los

resultados del proceso de investigación se han considerado las combinaciones de informaciones y evidencias a partir de los instrumentos aplicados, los referentes investigativos fundamentados no solo en lo teórico y conceptual sino en función de los antecedentes investigativos que tienen una relación directa con la promoción de la regulación emocional y el mejoramiento en la convivencia escolar; incluso mejoras en los niveles de logro o desempeño escolar a los que pueden llegar los estudiantes si se trabaja de manera seria la regulación emocional dentro y fuera del aula de clases.

Figura 2. Modelo de triangulación de la información.



Nota: la figura muestra los elementos que se tendrán en cuenta para el análisis de la información. Tomada del análisis y ejercicio investigativo del autor (2022).

4.1 ENFOQUE Y ALCANCE

Se fundamenta un enfoque cualitativo que tiene como principal objetivo interpretar y describir la complejidad de la regulación emocional, la convivencia escolar, el manejo en la solución de conflictos y las experiencias vividas por parte de los niños y niñas de grado quinto del centro educativo El Águila en Puerto Rico Caquetá. En tal sentido esta investigación se centra en los sujetos, adoptando una postura participativa desde el fenómeno que se estudia buscando siempre que sea lo más integral y completa posible; lo cual hace que adopte una perspectiva descriptiva del fenómeno mismo.

Para ello es clave la interacción del docente investigador con los estudiantes en el rol de participantes, considerar toda la información recolectada y con la información, buscar respuestas a preguntas que se centran en la vivencia y experiencia escolar, cómo se crea y cómo da significado a las reacciones y acciones que se materializan desde la regulación emocional.

El alcance es descriptivo en cuanto se analizan y resaltan ciertas características de una situación particular desde dos categorías centrales (autorregulación emocional y convivencia escolar) en el marco de hechos y fenómenos sociales reales del contexto, con esto se busca inicialmente el diseño y ejecución de una unidad didáctica que fortalezca la regulación de las emociones frente a situaciones de conflicto escolar.

4.2 UNIDAD DE ANÁLISIS

La unidad de análisis está fundamentada en las relaciones que se pueden presentar entre las variables de regulación emocional y la convivencia escolar. Las variables de acuerdo Sabino (1996), son "cualquier característica o cualidad de la realidad que es susceptible de asumir diferentes valores, pudiendo las variaciones producirse tanto para un mismo objeto como para diferentes objetos considerados." (p.48). Esto significa desde el contexto investigativo que, si se logra una mejora en la regulación emocional frente a situaciones de conflicto, indudablemente la convivencia escolar debe tender a mejorar.

4.3 UNIDAD DE TRABAJO

Está compuesta 15 niños de grado quinto del CE el Águila del municipio de Puerto Rico, Caquetá, pertenecientes a familias que llevan más de 20 años en el sector y de una u otra forma pese a las dificultades económicas y sociales a causa del conflicto armado que padecieron y siguen padeciendo tienen un gran sentido de pertenencia por el establecimiento educativo y ven en la educación y formación de sus hijos la única posibilidad de cambiar sus historias de vida. esta unidad de trabajo la compone 8 hombres y 7 mujeres que oscilan entre los 10 y 12 años.

4.4 CONSIDERACIONES ÉTICAS

La presente investigación es un proceso en el cual se ven implicados tanto investigador como población focalizada, haciendo de este, un trabajo en donde la persona que indaga o investiga pone a prueba su ética y formación profesional. Por tal razón se tiene como principio la no utilización de ideas ajenas sin permiso, el reconocimiento o crédito de aportes investigativos, ante esto se considera necesario hacer uso de los consentimientos informados de acuerdo con la resolución 8430 de 1993 con un nivel de riesgo mínimo.

En conclusión, como aluden Ojeda, Quintero y Machado (2007):

Así como el investigador posee obligaciones con el grupo de estudio, también tiene obligaciones éticas con su comunidad científica en general, es por ello que se debe mantener la consideración necesaria con aquellos que hayan realizado trabajos previos al que se esté llevando a cabo, sobre todo si nos vemos en la necesidad de recurrir a ellos para que nuestro proyecto tenga más significado. (p. 13).

4.5 TÉCNICAS Y FUENTES DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

Las principales técnicas que se utilizarán en el desarrollo de la presente investigación son la entrevista, cuestionarios y los grupos de discusión; desde las cuales se hará uso de instrumentos pertinentes tales como; entrevista semiestructurada dirigidas a estudiantes, prueba inicial, grupos de discusión y prueba final una vez sea ejecutada la unidad didáctica. Es pertinente puntualizar que en los grupos de discusión se llevarán a cabo actividades que permiten la socialización y construcción colectiva en cada una de las fases buscando finalmente develar el nivel de control o autorregulación emocional por parte de los estudiantes.

La entrevista semiestructurada se realiza a los niños participantes al comienzo y previo al diseño o planeación de las secuencias didácticas y busca develar sus principales respuestas emocionales frente a situaciones de conflicto en el aula, sus formas de solucionar conflictos y las maneras en que actúan en distintos ambientes o situaciones de la vida diaria correlacionado esto con la manera que interactúan dentro y fuera del aula de clase; asimismo, se espera abordar cómo conciben la convivencia escolar.

Con la prueba inicial, por medio de los cuestionarios se busca consolidar o develar la forma como afrontan las situaciones de conflicto, las reacciones emocionales y la manera como aportan para su solución, este cuestionario se realiza haciendo uso de un formato sencillo y de fácil acceso, y están dirigidos a los estudiantes antes y después de la intervención con la unidad didáctica.

En los grupos de discusión participan los estudiantes, y el docente investigador se revisarán las percepciones de estos actores y se usará en dos fases, en la inicial y en la final, para presentar los resultados que se alcanzaron y contrastar si efectivamente hay o no cambio en los procesos de regular las emociones para mejorar la convivencia escolar.

Tabla 1. Claridad sobre las técnicas e instrumentos utilizados en el desarrollo investigativo.

Fase	Técnica	Instrumento	Análisis de la información	Actores
<i>Diagnóstica</i>	Entrevista	Entrevista semiestructurada	Matriz de información recolectada	estudiantes, docente investigador
	Revisión documental			
<i>Intervención</i>		Formato de la unidad didáctica	Matriz observaciones en el desarrollo de la unidad didáctica	Docente investigador y estudiantes
	Ejecución de unidad didáctica	Formato diario de campo		
	Observación participante	Cuestionario grupos de discusión	Matriz resultados grupos de discusión	
	Grupo de discusión	propuesta unidad didáctica		
<i>Valoración y análisis</i>	Sistematización de la información	Texto narrativo de triangulación	Matriz de triangulación de la información	Docente investigador- estudiantes
	Narrativa	Resultados-Marco Teórico-propuesta aplicada		Docente investigador

Nota: La tabla resume de acuerdo con el desarrollo de cada una de las fases cuáles son las técnicas, los instrumentos y la forma en que analizarán los resultados del proceso investigativo. Tomada del ejercicio de la investigación (2022).

4.6 SECUENCIA DIDÁCTICA

La Secuencia didáctica de acuerdo con lo planteado por Ibáñez (1992) es considerada como “la interrelación de todos los elementos que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje con una coherencia interna metodológica y por un periodo de tiempo determinado” (p.4)

Esto significa que al diseñar la secuencia didáctica se deben considerar oportunamente los intereses y necesidades de aprendizaje de los estudiantes, los tiempos, el espacio, los recursos y la manera como se evaluarán los aprendizajes e incluso el proceso mismo. Al respecto de la unidad didáctica existen muchas conceptualizaciones, entre las cuales se destaca para la presente investigación lo fundamentado por Tamayo et al. (2011) en donde se enfoca desde un modelo constructivista que señala lo siguiente:

Al ser la enseñanza una actividad que involucra distintas entidades y no una actividad de transmisión de información, vemos la necesidad de abordar la educación de las ciencias desde una perspectiva constructivista y evolutiva, en la cual se integren aspectos tales como: la historia y epistemología de los conceptos, las ideas previas de los estudiantes, la reflexión metacognitiva, los múltiples lenguajes que incluyen las TIC y el proceso de evolución conceptual como aspecto que permite una evaluación formativa, la transformación del conocimiento del pensamiento inicial y final de los docentes y de los estudiantes. (p. 106).

Desde esa perspectiva, el significado de unidad didáctica bien puede corresponder a la interrelación de todos los elementos de un diseño intencional con el que se intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje con una coherencia interna metodológica y por un periodo de tiempo determinado (Ibáñez, 1992, p4) lo cual, desde la configuración y organización dentro del marco de la investigación, se realiza asumiendo el desarrollo de momentos como; la exploración de conocimientos o saberes previos, la práctica, la transferencia, y la valoración permanente que se hace desde el marco de la evaluación formativa.

La Secuencia didáctica propuesta tiene además sustento teórico en lo planteado por Furió Mas y Furió Gómez (2009) para quienes “el principal material didáctico en una secuencia de enseñanza inspirada en este modelo de aprendizaje consistirá en un programa de actividades cuya elaboración requerirá previamente una estructura problematizada en forma de cuestiones que orientarán el diseño de las actividades” (p.12)

Desde ese enfoque y de acuerdo con las orientaciones enmarcadas dentro del PTA (Programa Todos a Aprender del MEN) la estructura de la unidad didáctica tendrá particularmente cuatro (4) momentos, un primer momento de exploración de las interacciones y la regulación emocional, un segundo de ejecución o desarrollo en donde se hace seguimiento a las propias situaciones de convivencia escolar y el papel protagónico que juega el estudiante en las distintas situaciones, un tercer momento o fase de cierre en el cual se logra conceptualizar y reflexionar acerca de las interacciones propias y colectivas buscando la identificación de las mejoras y las oportunidades para seguir fortaleciendo la convivencia desde la acción individual y grupal. Y un momento final de verificación o valoración del impacto y desarrollo de la propuesta didáctica.

4.7 DISEÑO METODOLÓGICO

Teniendo en cuenta el enfoque y tipo de investigación, el método aquí sustentado se orienta a desarrollar los objetivos específicos, cumpliendo con el objetivo general de la investigación. Se considera pertinente entonces que este proyecto se desarrolle en tres fases señaladas anteriormente (ver figura 1, Modelo de investigación cualitativa, p.40)

Previamente hay una clara detección del problema asociado con la identificación de las formas como se resuelven los conflictos e incluso la manera en que se reacciona emocionalmente hablando frente a las distintas situaciones dentro o fuera del aula por parte de los estudiantes de grado quinto del CE El Águila del municipio de Puerto Rico Caquetá.

Para lo cual se aplican instrumentos de recolección de información tales como entrevistas y cuestionarios de entrada. Se debe abordar también en este primer momento una lectura de referentes e investigaciones previas que conduzcan a fortalecer el nivel de información que se tiene para el andamiaje inicial que se requiere desde este contexto investigativo.

En segundo lugar, se desarrolla la fase de intervención con su respectivo trabajo de campo que involucra un plan de acción el cual desarrolla el objetivo específico de diseñar y ejecutar una unidad didáctica articulada con el desarrollo de actividades de reflexión e introspección para fortalecer de manera significativa la convivencia escolar y la solución de conflictos desde la regulación emocional, desarrollando de esa forma habilidades del pensamiento que incluyen además de la participación, la reflexión y la acción transformadora desde un ámbito de la metacognición.

Posteriormente, en la fase de análisis se abordan los resultados obtenidos luego de la aplicación y desarrollo de cada uno de los instrumentos con los cuales se recaudó información, incluyendo allí los diarios de campo, entrevistas, cuestionarios aplicados. Este análisis de la información se hace mediante un proceso organizado, definido por Elliot (2000) como: “La acción de reunir observaciones e informes sobre una misma situación (o sobre algunos aspectos de esta) efectuados desde diversos ángulos o perspectivas, para compararlos y contrastarlos” (p. 102).

Es decir, que este principio hace referencia a que se pueden comparar los resultados de los instrumentos iniciales y del análisis de los informes elaborados según la propia perspectiva del docente o resultados de grupos de discusión de acuerdo con el tipo de investigación que ha sido seleccionada. Desde ese contexto se valora entonces el impacto de la unidad didáctica en el desarrollo de las clases en aras de fortalecer la regulación emocional llegando incluso desde la reflexión metacognitiva a replantear o rediseñar aquello en donde resulten factores de debilidad o de necesidad a favor de lograr los objetivos de la investigación.

4.8 PLAN DE ANÁLISIS

En aras de ser lo más objetivo posible se propone el siguiente plan para analizar los resultados de cada una de las fases a desarrollar involucrando las categorías centrales de la presente investigación señalando de antemano la posible vinculación o articulación de otras, una vez se inicie con la ejecución del proyecto mismo.

Tabla 2. Propuesta para la sistematización de resultados.

Momentos o fases	Categorías involucradas	Análisis de la información	Resultados
<i>Diagnóstica</i>	‘Regulación emocional’	Matriz de información recolectada	
<i>Intervención</i>	‘Convivencia escolar’	Matriz observaciones en el desarrollo de la unidad didáctica Matriz resultados grupos de discusión	
<i>Valoración y análisis</i>		Matriz de triangulación de la información	

Nota: La tabla muestra la forma en que se analizarán los datos o acciones realizadas de acuerdo al desarrollo o implementación de instrumentos en cada uno de los momentos.

Se aclara que el desarrollo del análisis y discusión de resultados se mostrarán desarrollados en el próximo capítulo y que para ello es clave el uso de las matrices de análisis que se diseñan para organizar y sistematizar la información obtenida con la ejecución de cada uno de los instrumentos a la luz de las fases diseñadas.

5 ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

El análisis y discusión de resultados se realiza en coherencia con el desarrollo de cada una de las fases diseñadas en aras de alcanzar los objetivos o propósitos específicos en contribución al alcance del objetivo general de “Determinar una mejor regulación emocional para el fortalecimiento de la convivencia escolar en los estudiantes de grado quinto de primaria de la IE El Águila de Puerto Rico Caquetá”

5.1 FASE DE DIAGNÓSTICO

Con el desarrollo de esta fase se buscó caracterizar las reacciones de los estudiantes de grado quinto de la institución educativa El Águila de Puerto Rico Caquetá, ante diferentes situaciones que alteran la convivencia escolar, para tal fin se hace uso del instrumento de entrevista semiestructurada (ver anexo 2) aplicada a 15 estudiantes de grado quinto de este establecimiento educativo quienes al responder las 6 preguntas generales aportaron información considerada como muy importante en el contexto de la investigación en curso desde la perspectiva de indagar acerca de las principales causas que afectan la convivencia escolar y el papel que juega la regulación emocional. Dichas preguntas y sus respectivas respuestas se pueden sistematizar y comprender cualitativamente en la siguiente matriz:

Tabla 3. Matriz de respuestas en la entrevista a estudiantes.

Pregunta	Respuestas de estudiantes	Análisis cualitativo	Categoría que relaciona
1.¿Qué tipo de conflictos se evidencian dentro y fuera del aula de clases?	<p>“Los principales conflictos son las peleas de los niños” afirmación de E4</p> <p>“Muchos niños tienen problemas porque no aprenden” afirmación de E6</p> <p>“En el salón de clases siempre pelean y se dicen groserías” Afirmación de E7</p> <p>“Hay niños muy pobres y los compañeros los molestan porque traen zapatos rotos”</p>	<p>Haciendo una comprensión holística de las respuestas de los estudiantes se tiene que E.1, E.2, E.3 consideran que los conflictos más evidentes en el contexto escolar son las riñas y las groserías que se dicen los compañeros.</p> <p>E.6, E.8, E.9 responden que el uso sin permiso de los útiles escolares, o el hurto de los mismos son conflictos que prevalecen en la</p>	Convivencia escolar

	Afirmación de E10	escuela. Para E4, E7, E8 y E10 los conflictos que se evidencian se relacionan con el acoso escolar generado por los niños más grandes e indisciplinados. E11 y E12 indican que los conflictos que se generan son producto de la falta de diálogo y por no seguir las normas del manual.	
2. ¿Cómo se manejan las emociones de los estudiantes frente a las situaciones de posibles conflictos?	<p>“No sé qué es manejar las emociones” Afirmación de E5</p> <p>“Es muy difícil las emociones porque los compañeros son muy cansones” Afirmación E9</p> <p>“El profesor siempre nos llama la atención y nos pide dialogar” Afirmación de E4</p> <p>“En las horas de titularidad nos han explicado la importancia de respirar, pensar y hablar” Afirmación de E10</p>	<p>Para la gran mayoría de los estudiantes entrevistados el manejo de las emociones no tiene mayor relevancia; al respecto E2, E5, E6, E7, E8, E9, E11 y E12 opinan que no conocer o no logran relacionar el manejo de las emociones y que los conflictos que se originan son causados por la falta de respeto.</p> <p>E1, E3, E4, y E10 coinciden en señalar que hay cierta regulación desde actores con poder o dominio del grupo para referirse a los docentes, quienes les llaman la atención y aplican la ruta de atención a conflictos plasmado en el manual de convivencia.</p>	Regulación emocional y convivencia escolar
3. ¿Cómo expresan los estudiantes las situaciones de descontento o inconformidad frente a las acciones escolares?	<p>“La inconformidad se expresa hablando” Afirmación E2</p> <p>“Siempre nos dirigimos a dialogar con el titular” Afirmación E5</p> <p>“Le doy mucha importancia a hablar, y llegar a acuerdos, aunque no se cumplan” Afirmación E8</p>	Los estudiantes en su totalidad coinciden en expresar que las principales formas de mostrar su descontento o inconformidad frente a las acciones escolares es hablar con el titular de curso	Regulación emocional
4. ¿De qué	“Siempre que me ofenden me	Sin tener un concepto claro sobre	Regulación

manera exteriorizan sus emociones?	pongo a llorar” Afirmación E4 “Me da rabia cuando veo injusticias” Afirmación E6 “Quisiera pegarles a los compañeros que son indisciplinados” Afirmación E8 “Me causa mucha risa si alguien se equivoca” Afirmación E9 “Me gusta hablar con mis compañeros y contarles historias” Afirmación E12	lo que significan las emociones los estudiantes en general (E1 a E15) indican que en muchas ocasiones hay tristeza, llanto, depresión e ira cuando ocurren problemas o situaciones que los afecta, en otras circunstancias cuando las situaciones son chéveres o bonitas según sus respuestas se genera felicidad y tranquilidad como cuando los felicitan o logran buenas notas.	emocional
5.¿Consideran que comprenden las situaciones y vivencias de sus compañeros?	“Es muy bonito ayudar a los demás en sus problemas” Afirmación E8 “Me gusta escuchar y comprender a los compañeros” Afirmación E10 “Cada quien que se defienda como pueda” Afirmación E5	Solo E4, E8, y E10 opinan que si comprenden las vivencias y situaciones de sus compañeros, porque se sienten identificados, mientras que los demás estudiantes no les interesa o no se identifican con nada en particular.	Convivencia escolar
6.¿Cómo apoya o contribuye a la convivencia escolar desde el aula o casa?	“Hay que respetar las reglas del manual de convivencia” Afirmación E6 “Si cumplo el manual de convivencia gano puntos en comportamiento” Afirmación E8 “Acá nadie respeta a nadie” Afirmación E5 “Falta mayor cuidado y presencia de los profesores en el patio de recreo, para que no haya problemas” Afirmación E9	En cuanto a esta pregunta se obtiene que E1, E2, E3, E4, E6, E8 y E10 coinciden en responder que se deben asumir las reglas y normas estipuladas en el manual de convivencia y las orientaciones de los padres, los demás estudiantes piensan de forma general que no existe una buena convivencia por falta de dialogo, concertación y regulación de los actos.	Convivencia escolar

Nota: En la matriz se generaliza la opinión de los estudiantes que han sido codificados desde E.1 hasta E.15. Fuente: Elaboración propia.

Con la aplicación de la entrevista se puede constatar lo fundamentado por Onetto (2003) para quien la diversidad de situaciones y factores que se derivan de la interacción en la escuela se constituyen en la convivencia; entendida como la competencia social que se tiene para llevarse bien con los otros a pesar, o por encima de las diferencias particulares. En los estudiantes claramente de acuerdo con sus respuestas en la entrevista se observa la existencia de diversas manifestaciones y comprensiones de dichas relaciones esto contribuye en el desarrollo positivo de todas las dimensiones centrando sus interacciones en lo que Pérez (2009) define como “la adecuación de las conductas sociales a un determinado contexto, generando juicios que son distintos de unos contextos culturales a otros, ya que cada uno tiene normas y valores diferentes” (p. 002C4)

En la misma perspectiva al encontrar respuestas o expresiones como: E8 “Quisiera pegarles a los compañeros que son indisciplinados” (Respuesta a pregunta 4) “Me da rabia cuando veo injusticias” Afirmación de E6 “Me causa mucha risa si alguien se equivoca” Afirmación de E9, se logra poner en discusión que la forma como exteriorizan sus emociones es igualmente diversa al igual que las características de los estudiantes, al respecto se encuentra sustento en lo expresado de acuerdo con Chóliz (2005) al considerar las emociones como aquellas reacciones psicofisiológicas que representan modos de adaptación a ciertos estímulos del individuo cuando percibe un objeto, una persona, un lugar, un suceso o un recuerdo importante.

Existe además un elemento necesario y clave para ser considerado en el diagnóstico y es la manifiesta voluntad o disposición al diálogo que tiene los estudiantes al expresar que antes las distintas situaciones de mala convivencia y la diversidad de formas de expresión de su descontento o inconformidad frente a las acciones escolares la tarea más importante es hablar con el titular de curso; esto devela sin lugar a duda lo que Damasio (1994) señala como:

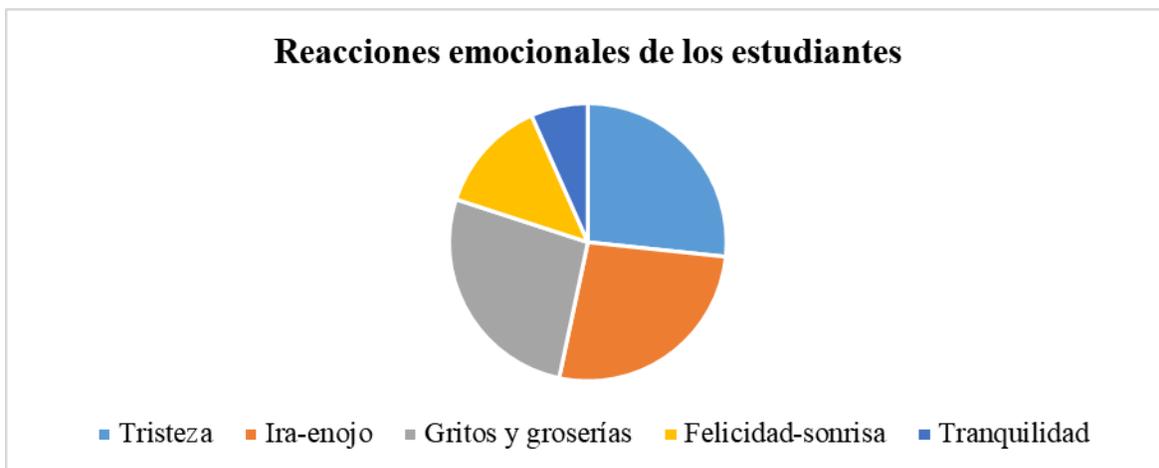
Somos esencialmente creadores de soluciones para nuestra vida. Algunas veces somos creadores no conscientes y otras veces lo hacemos con pleno dominio emocional. En cualquier caso, a la hora de aportar las soluciones, necesitamos de

ese elemento que es parte de todo el proceso y que tiene que ver con la regulación de la emoción y el sentimiento (p.8).

Este fundamento de Damasio sustenta el hecho de que hay una labor urgente de ser atendida y es precisamente mediar para la regulación emocional de los estudiantes ante distintas situaciones de conflicto o de alteración de la convivencia escolar; al respecto Goleman (1995) también sugiere que es muy importante conocer las propias emociones teniendo conciencia de los actos, y siendo responsables de los mismos.

En ese sentido producto de la primera fase de diagnóstico se encuentran relaciones directas entre la regulación emocional y la convivencia escolar desde la perspectiva de que a mayor regulación se puede presentar mejor convivencia escolar, representada en la disminución de las situaciones conflictivas expresadas por los y las estudiantes.

Figura 3. Principales emociones expresadas por los estudiantes en el contexto de la convivencia en la escuela.



Nota: La figura muestra las principales reacciones emocionales generadas en diversas situaciones producto de la interacción en el contexto escolar. **Fuente** elaboración propia

Se comprende entonces, desde los resultados de esta fase de diagnóstico que las emociones surgen o son factores que suelen aparecer antes, durante o después de las interacciones; y que las misma pueden ser el detonante o la consecuencia a una situación que motiva a

reaccionar, actuar, pensar o sentir de cierta forma bajo diversas circunstancias construyendo o deteriorando la convivencia escolar. Esta afirmación tiene sustento teórico en lo expresado por Thompson (1994) al entender que la construcción de una mejor convivencia escolar está supeditada a la capacidad del manejo óptimo de las emociones por parte de quienes interactúan y son constructores en dichos espacios o grupos sociales. Es decir que desde sus planteamientos se debe comprender que regular las emociones es:

Un constructo englobado dentro de la inteligencia emocional intrapersonal que nos permite transformar una vivencia potencialmente estresante y emocionalmente alterante en algo que, aunque continúe siendo desagradable, comprendemos que es pasajero, impersonal y controlable. (p. 18).

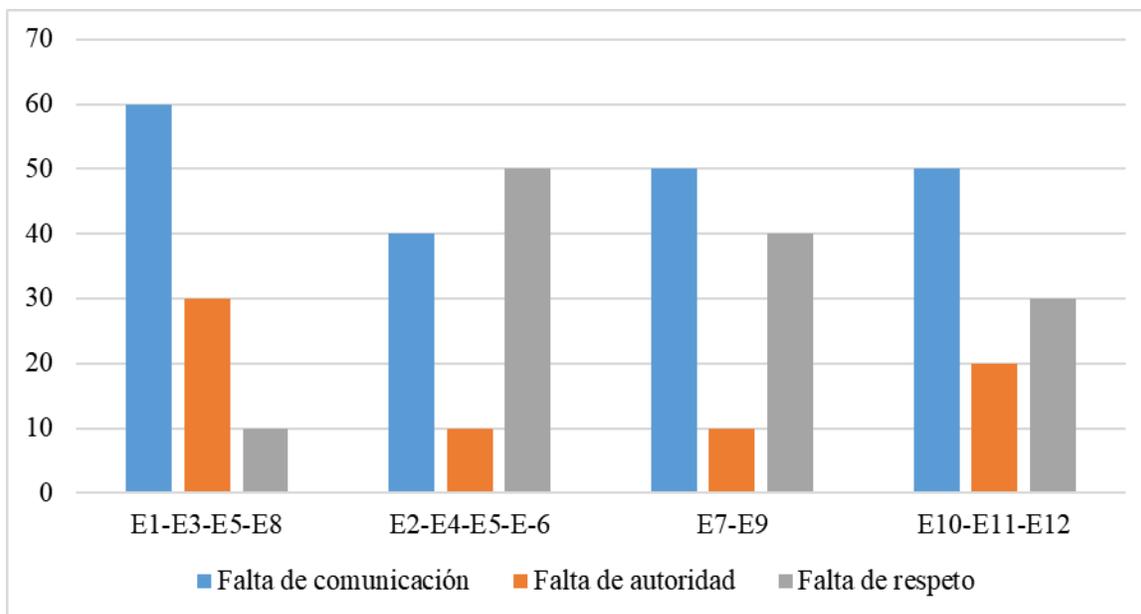
Dichas alteraciones causadas por el mal manejo de las emociones traen serias consecuencias en las relaciones interpersonales y poco contribuyen a escenarios de paz, comprensión de la diferencia y la diversidad en el marco de una de mejor convivencia escolar. Por tal razón es imperante articular acciones o buscar estrategias que contribuyan a una mejor regulación emocional en el aula de clases.

5.2 FASE DE INTERVENCIÓN

Los resultados obtenidos durante la fase de intervención responden al alcance del objetivo o propósito de implementar una unidad didáctica con los estudiantes de grado quinto, en donde se promueva desde la regulación emocional el fortalecimiento de la convivencia escolar. Esto fue posible con el diseño y ejecución de unas secuencias didácticas planeadas y pensadas como mediación en las prácticas de aula en aras de mejorar desde el reconocimiento de las emociones y su regulación en distintas situaciones la convivencia de las participantes.

Una primera actividad fue la aplicación de la prueba de entrada o prueba inicial (ver anexo 3) con la cual se obtiene la siguiente información:

Figura 4. Principales razones derivadas de la no regulación emocional por las que se generan conflictos que afectan la convivencia.



Nota: Las respuestas de los estudiantes se agrupan mostrando las coincidencias en cuanto a las razones o causas de la mala convivencia escolar. **Fuente** elaboración propia.

La información obtenida es el resultado de analizar las respuestas a las preguntas 2 y 3 (ver anexo 3) de la prueba inicial; las cuales muestran que tal y como lo fundamenta Del Rey, Ortega y Feria (2009) las realidades de nuestras escuelas nos dejan ver que no hay una convivencia armónica permanente y en ese sentido concuerda o coincide con lo expuesto también por Onetto (2003) al hablar de elementos necesarios para una convivencia sana lo cual exige una planeación intencional constante del maestro, para enseñar a los niños y jóvenes a controlar sus emociones teniendo como base la comunicación, el dialogo, la concertación y la permanente reflexión sobre los propios actos.

En ese mismo sentido, en cuanto a la permanente reflexión sobre los propios actos se encuentra que los estudiantes reconocen que la mayoría de las situaciones que afectan la convivencia surgen principalmente por la no regulación de emociones tales como:

Miedo, ira, tristeza, culpa, curiosidad, asombro, alegría o festejo; las cuales son reacciones o emociones que se hicieron más evidentes cuando se desarrollaron los momentos de reflexión y mediación con recursos audiovisuales que hacen parte de las secuencias didácticas. Estas secuencias distribuidas en tres (3) momentos, generan un momento de exploración de las interacciones y la regulación emocional, un segundo momento de ejecución o desarrollo en donde se hace seguimiento a las propias situaciones de convivencia escolar y el papel protagónico que juega el estudiante en las distintas situaciones, un tercer momento o fase de cierre en el cual se logra conceptualizar y reflexionar acerca de las interacciones propias y colectivas buscando la identificación de las mejoras y las oportunidades para seguir fortaleciendo la convivencia desde la acción individual y grupal.

En un momento final de verificación o valoración del impacto y desarrollo de la propuesta didáctica los estudiantes se observaron emocionalmente alterados; notándose que dicha alteración era para algunos positiva y otros expresaron una especie de arrepentimiento por sus actuaciones negativas en las interacciones previas dependiendo el contexto y las particularidades especiales de cada situación. Por tanto, consientes y concedores de la realidad del contexto escolar y las particularidades expresadas por los estudiantes al responder la prueba inicial sus opiniones han sido agrupadas de tal manera que se asocian a las categorías centrales de la investigación en torno a las principales razones por las cuales se agudizan los problemas de convivencia y en medio de su comprensión hace aparición el interés y necesidad de regular aquellas emociones que son consideradas para algunos teóricos como negativas pero que en palabras por ejemplo de Damasio, Cholis e incluso Goleman son necesarias de ser reguladas, afrontadas, entendidas y gestionadas como la base para el cambio y la mejora en el actuar.

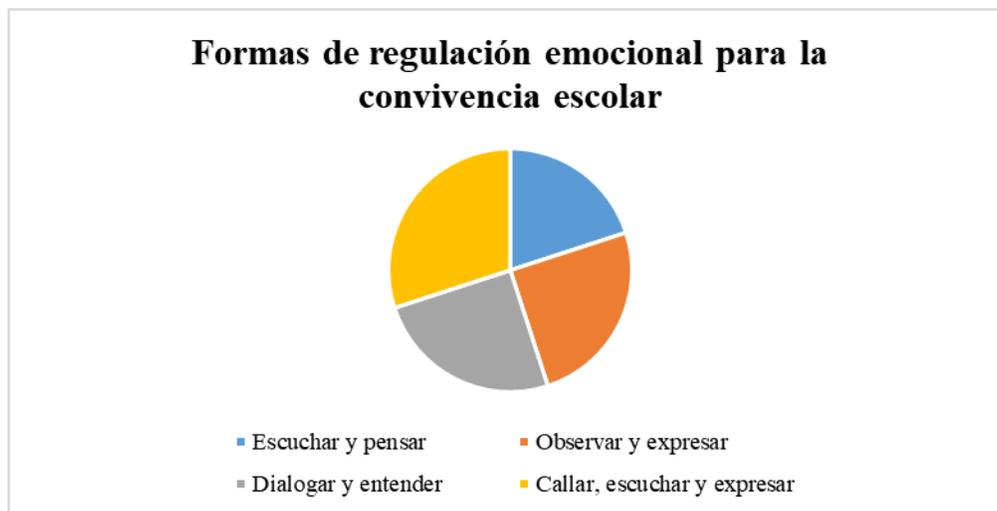
5.2.1 Aplicación de la Secuencia Didáctica.

El desarrollo de la secuencia con los estudiantes de grado quinto del centro educativo el Águila del municipio de Puerto Rico Caquetá arroja como resultado un cambio de actitud frente a la manera de responder o actuar en situaciones de conflicto y lleva a los estudiantes a asumir posiciones reflexivas en cuanto sus formas de actuar, pensar y sentir. Ese

planteamiento es el resultado de lo observado durante la implementación o aplicación de la secuencia didáctica durante las sesiones de clase desarrolladas entre el mes de Julio y primera semana de agosto del 2022; esto es fundamental porque responde de manera pertinente a la acción práctica para el cambio enfocada en la acción de regular las emociones que se entienden son las canalizadoras o detonantes de las distintas formas de actuar, pensar y sentir.

Se aclara que la interpretación y mención de la regulación emocional versus las situaciones de conflicto en las interacciones dentro y fuera del aula de clases son la evidencia de la transferencia que se logra en lo trabajado en las clases con el desarrollo de las actividades, estrategias, recursos y mediaciones planeadas en la secuencia 1 y 2. Esta transferencia es el efecto positivo que desde lo cognitivo, actitudinal y procedimental se logra con la participación y compromiso de los estudiantes.

Figura 5. Regulación emocional vs situaciones de conflicto en las interacciones.



Nota: La gráfica muestra las principales acciones que ayudan a regular las emociones que afectan la convivencia. **Fuente** elaboración propia.

Con la implementación de las secuencias didácticas “LA REGULACION EMOCIONAL PARA LA CONVIVENCIA ESCOLAR” se generan cambios significativos, aunque por el tiempo, no los esperados en las actuaciones de los estudiantes que a la vez lo reflejan en sus

opiniones y sobre todo en el clima escolar o de aula. Al respecto de lo cual hay respaldo teórico con lo fundamentado por Goleman (1995) para quien la regulación emocional al igual que la automotivación impulsan hacia una acción. Por eso emoción y motivación están íntimamente interrelacionados y es importantísimo encaminar las emociones y la motivación consecuente, hacia el logro de objetivos personales y comunes si lo que se quiere es construir un mejor escenario de convivencia.

Tabla 4. Matriz de impacto observado con la ejecución de la secuencia didáctica.

Secuencia Actividades realizadas	Actitudes observadas	Logros o avances de la relación regulación emocional-convivencia escolar
<p>Reconocemos las normas en la construcción de la convivencia escolar. Los niños analizarán y reflexionarán sobre las situaciones de convivencia. Establecen normas o compromisos de convivencia a partir de las situaciones observadas</p>	<p>De acuerdo con las observaciones realizadas se tiene que E4, E5, E7, E12 identifican y expresan las principales normas de convivencia; al tiempo que reconocen las dificultades existentes para su cabal cumplimiento; principalmente porque falta mayor responsabilidad, respeto y trabajo en equipo. Por su parte E1, E2, E3, E6, E8, E9, E10, no realizan las actividades de reflexión y ven los videos adjuntos como recursos de aula con muy poco interés porque no los encuentran significativos y no logran dar cuenta de las principales normas de convivencia.</p>	<p>Comprenden la importancia y los beneficios que trae la obediencia y cumplimiento de las reglas y normas para mantener el orden y proteger nuestra integridad en la medida y al tiempo que nos formamos como personas; esa comprensión la hacen desde el cambio de actitud cuando el docente está hablando, respetando los turnos o la palabra del compañero, haciendo parte del trabajo cooperativo y promoviendo las normas de convivencia en el aula, siendo más expresivos, menos agresivos y mejorando notablemente el vocabulario.</p>
<p>Comprendemos qué es la autorregulación y auto control emocional. El niño identificará las fortalezas y debilidades de su</p>	<p>Al generarse desde el aula de clases, escenarios ficticios o que recrean algunas situaciones de agresión, bullying, matoneo, acoso etc. Se observa en los</p>	<p>El principal logro es el reconocimiento y el fortalecimiento de la autoreflexión sobre el actuar, el pensar y sentir frente a las</p>

<p>reacción frente a variadas situaciones escolares. Comunicará abiertamente las creencias, pensamientos y conocimientos sin temor a equivocarse. Respetará los turnos y domina la ansiedad por el hacer o el participar</p>	<p>participantes E2, E3, E5, E7, E8, E9, E10, E12, E13 y E15 una actitud reflexiva en los estudiantes comenzando por dar su opinión de desacuerdo frente a las injusticias o actitudes negativas o violentas de las participantes de dichas situaciones Mientras que E1, E4, E6, E11 y E14 muestran apatía y desinterés por la participación actuando de forma irrespetuosa en el escenario escolar.</p>	<p>interacciones, lo cual constituye el marco de la convivencia escolar. Adicionalmente los estudiantes reconocen la importancia de la respiración, la escucha y la participación respetuosa teniendo en cuenta su autorregulación antes de intervenir o responder a los estímulos producto de la interacción.</p>
<p>Comprendemos la importancia de la tolerancia, la responsabilidad y trabajo en equipo Es paciente y permite la participación de sus compañeros. Recoge el sentir de sus compañeros y los expresa en público. Expone las ideas de forma verbal y no verbal.</p>	<p>Se observa en E1, E2, E3, E4, E5, E6, E7, E8, E9, E10, E11, E12, E13 y E15 una participación activa en las actividades propuestas, hay gran interés en preguntar sobre las situaciones que son mostradas en los videos y demás recursos TIC vinculados a las clases y que tienen como objetivo analizar distintas respuestas emocionales a situaciones diversas que regularmente ocurren en el aula Como Caso particular E14 sigue mostrándose apático en el desarrollo de las actividades.</p>	<p>Hay una gran lección sobre la espontaneidad de los estudiantes, su manera sencilla y transparente de hablar de los problemas que se observan en las ayudas audiovisuales y relacionarlos con situaciones de su casa o familia, refiriéndose a las peleas en el hogar, a los momentos felices e incluso a los momentos de soledad de formas simples, y como observador lo que se hace es problematizarlos buscando junto con ellos posibles soluciones a dichas situaciones.</p>
<p>Construye identidad desde la diversidad y la inclusión. Se relaciona con niñas y niños en el marco de los valores como el respeto, la tolerancia y el trabajo colaborativo, fortaleciendo sus relaciones de amistad. Explica las causas y consecuencias de sus actos y</p>	<p>Los estudiantes participantes muestran interés por involucrarse en las actividades que requieren de autorregulación para no reaccionar de forma violenta o agresiva. E3, E5, E7, E8, E9, E12, E14 realizan las actividades dentro y fuera de clase con mucha</p>	<p>Se logra mayor sensibilidad frente a los problemas e inconvenientes de los demás, hay mayor entendimiento de momentos difíciles en las dinámicas que implican la vida de los estudiantes y la del docente. Se alcanza mayor empatía al escuchar los relatos de los estudiantes,</p>

reacciones en grupo. Utiliza estrategias de autorregulación (respiración, distanciamiento, relajación y visualización) de acuerdo con la situación que se presenta.	responsabilidad y de forma decidida. Como apunte interesante se observa un cambio de actitud con E14 al notar que sus interacciones son más respetuosas y ha logrado regular sus emociones entrando en contacto o interactuando de forma creativa, feliz y tranquila en cada una de las actividades dispuestas en el marco del trabajo cooperativo y colaborativo.	que obviamente en momentos se relacionaba con experiencias de ira, dolor, felicidad y angustia vividas por nosotros mismos en la infancia. Se encuentra importancia en el afecto y la relación docente-estudiante, encontrando por ejemplo que el acto simple de sonreír despierta la misma intención en los demás creando de esta manera lazos de amistad, respeto y solidaridad.
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Fuente: elaboración propia.

Los resultados evidenciados con la ejecución de las secuencias didácticas dan cuenta de lo fundamentado por Linares (2013) al llevarlo a este contexto de construcción en el aula de clase indica que se aprende o adquieren competencias cuando las acciones en el aula se conectan de forma armónica de una manera equilibrada y significativa, en el sentido de pensar la regulación emocional y la resolución de conflictos como base para una convivencia escolar dando equilibrio al desarrollo del saber, el hacer y el ser.

En ese mismo sentido con los resultados obtenidos en los grupos de discusión y en la prueba final al indagar por ejemplo sobre las principales reacciones con las cuales se identifican los estudiantes al momento de estar en conflicto hay coincidencia y sustento teórico con lo expresado o fundamentado por Gross y Thompson (2007) que explican en otras palabras que, regular las emociones no es solamente controlar o inhibir las emociones negativas o positivas; sino, que implica la inhibición o intensificación de ambas situaciones emocionales. Siendo precisamente eso lo ocurrido en el caso de E14 porque se nota desde las primeras actividades desarrolladas en las secuencias didácticas poco compromiso o entusiasmo por participar, lo cual poco a poco con el acompañamiento del docente y el ejemplo desde la acción por parte de sus compañeros lo fue motivando a regular la

predisposición y apatía; entrando a hacer parte del trabajo en equipo y a aportar de forma significativa con su propia reflexión.

A partir de lo observado durante la ejecución de las secuencias, se puede abrir la discusión sobre el papel que las emociones tienen para la escuela en la actualidad y especialmente en la construcción de una mejor convivencia escolar.

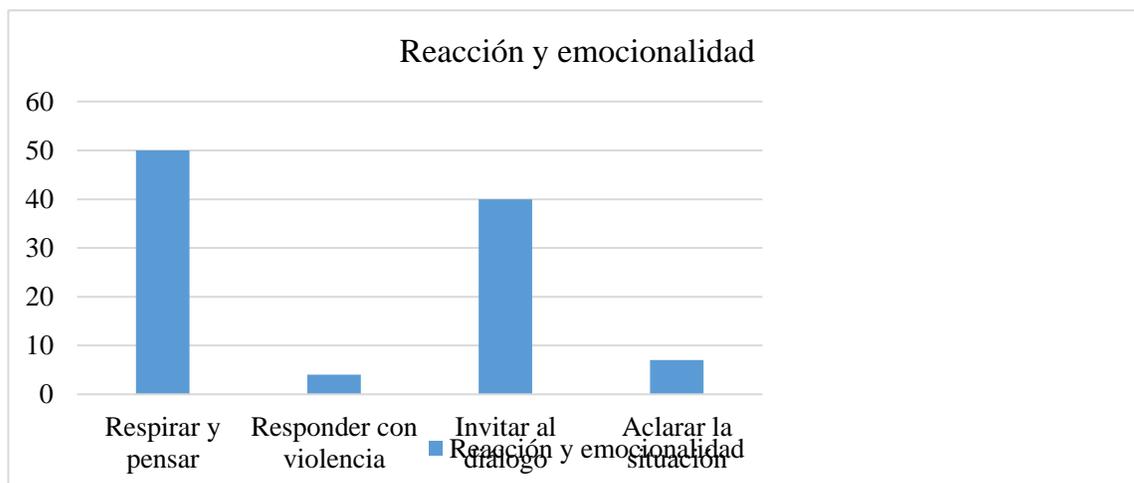
Al respecto de ello con lo planteado por Sroufe (2020) se comprende que las reacciones de los estudiantes en el desarrollo de las actividades responden a:

Una reacción subjetiva a un suceso sobresaliente, indicando que los acontecimientos y los individuos están relacionados, puesto que, los acontecimientos y motivaciones suelen desencadenar diferentes reacciones emocionales en los individuos a lo largo de diversos momentos o situaciones de su vida. (p. 17).

Esto implica una gran responsabilidad en el papel del docente al momento de planear y diseñar actividades de clase en procura de desarrollar habilidades de regulación emocional y las mismas convertirlas en una serie de procesos externos e internos responsables de controlar, evaluar y modificar reacciones emocionales, en las cuales se logre la reducción de acuerdo con Thompson (2006) no solo de las características de intensidad y temporalidad sino de reincidencia en las mismas llegando a alcanzar mejores relaciones de convivencia.

A propósito de ello con la pregunta ¿De las siguientes reacciones cuál es con la que, más te identificas al momento de estar en conflicto? (ver anexo 4) realizada en la prueba final o de salida al culminar la ejecución de la secuencia didáctica se obtiene lo siguiente:

Figura 6. Porcentaje de respuestas a la pregunta 4 prueba final.



Nota: La figura muestra los niveles de respuesta con relación a las reacciones emocionales en situaciones de conflicto luego de la ejecución de la secuencia didáctica.

Al respecto de los resultados expresados en donde es evidente un mayor índice en la necesidad de respirar, pensar e invitar al dialogo son reacciones que desde la lectura de los fundamentos de Damasio (1994), Thompson (1994), Goleman (1995), Choliz (2001) y Aldrete Et al (2014) explican que la construcción o adquisición de habilidades de autorregulación son complejas en la medida que para su fortalecimiento se debe estar a la par del desarrollo no solo escolar sino biológico y psicológico. En esa medida promover desde las actividades realizadas acciones tan sencillas como respirar antes de hablar y dialogar para concertar se constituyen en lo que Atance y O'Neill (2005) indican como determinantes de emociones positivas, constructivas y convocantes de mejores actitudes en el marco de la interacción y la convivencia escolar.

Estos mismos autores señalan también desde la comprensión de sus fundamentos que reacciones emocionales como la risa, alegría e incluso la tristeza son formas de expresión que analizadas desde el lenguaje multimodal utilizado en las secuencias deja de manifiesto las relaciones didácticas construidas para llevar a cabo los procesos de regulación emocional y de aprendizaje para la convivencia escolar. Entendiendo entonces que, las relaciones didácticas articulan contenidos curriculares, estudiantes y profesores, relación

que da como resultado el establecimiento de estrategias de trabajo en el aula, el uso de materiales y de mediaciones que involucran el desarrollo de las cuatro acciones inherentes para regular la emocionalidad (respirar, escuchar, reflexionar y dialogar).

5.3 FASE DE VALORACIÓN Y ANÁLISIS

Esta última fase corresponde al alcance del tercer objetivo o propósito de la investigación, denominado “evaluar el impacto de la intervención a favor de la regulación emocional de los estudiantes de grado quinto en el EE el águila de Puerto Rico Caquetá” para la cual se narra cualitativamente la información obtenida desde los grupos de discusión (ver anexo 5) que responden desde la formulación de las preguntas motivadoras a una valoración reflexiva por parte de los participantes en el desarrollo de la intervención y cuya información fácilmente se puede comprender en la siguiente matriz:

Tabla 5. Matriz consolidación de opiniones en los grupos de discusión.

Grupos de discusión	Preguntas motivadoras	Respuestas de participantes	Valoración cualitativa
	¿Cuáles crees que sean las principales necesidades e intereses de aprendizaje que deben ser abordados para regular las emociones en procura de una mejor convivencia escolar?	E2, E3, E5, E6 y E8 opinan “Hay que aprender a pensar antes de actuar” E1, E4, E7, E9, E10 “para regular las emociones hay que leer el manual de convivencia”	Consideran que las principales necesidades e intereses de aprendizaje radican en lograr canalizar las reacciones tal y como se observaba en los videos o recursos utilizados en las clases.
2	¿Qué características tienen tus emociones y las relaciones establecidas con los niños y niñas en los distintos ambientes o lugares dentro de la escuela?	E1, E2, E3, E4 y E14 indican que “las emociones son muy alteradas porque hay mucha grosería y nadie respeta” E5, E6, E7, E8, E9, E10 señalan que “Hay confianza y respeto por eso la pasamos tranquilos sin problemas de	De acuerdo con esta pregunta, se puntualiza que regularmente los niños y niñas buscan a partir de la “queja” apoyo en su profesor, de la misma forma al llegar a casa cuentan a sus padres aquellas situaciones que él considera debe compartir en casa; aclarando que no siempre lo hace cuando asumen que tiene la culpa o

	convivencia en la escuela”	responsabilidad sobre los hechos. Previo a esta forma de buscar salida a los conflictos muchos niños en varios casos evidenciados tratan de solucionarlos por medio de reclamos airados, o de forma apática al diálogo.
¿Cómo podemos gestionar una mejor regulación emocional de los niños y niñas a partir de situaciones problemáticas y ambientes de convivencia que se presentan con mayor frecuencia en la escuela?	E1, E2, E3, E4, E5 consideran que “se le debe dar mucha importancia al saber respirar, reflexionar y dialogar en todas las situaciones” E8, E9, E10, E11, E14 opinan que: “la mejor forma de gestionar la regulación emocional es haciendo caso al profesor y siguiendo los consejos”	De acuerdo con las opiniones registradas se encuentra una mejor regulación emocional se puede gestionar con actividades diseñadas y que radica en la prevención del conflicto Asumiendo que la prevención es la mejor fórmula para tratar los conflictos dado que al regular las reacciones se superan individualidades negativas sensibles a su influencia sobre los demás. De otro lado se señala que se deben realizar actividades recreativas y dinámicas que permitan familiarizarnos con la solución pacífica de los conflictos centradas en la regulación emocional para la convivencia escolar.
¿Qué papel cumple el docente en el desarrollo de la regulación emocional a favor mejores ambientes de convivencia escolar?	E5, E7, E9 opinan que el docente “cumple un papel mediador” Para E1, E3, E4, E8 “el docente es el que manda y hay que obedecer” E10, E12, E14 y E15 indican que “el papel del docente debe ser el de mediador del diálogo y la concertación”	En estas respuestas se resalta con mayor fuerza el diálogo al poner en común acuerdo los objetivos y estrategias para la realización efectiva de las acciones que el ambiente y el contexto escolar proponen, y que debe conducir a afianzar los lazos entre los distintos miembros del grupo escolar para el marco de una mejor convivencia escolar.

<p>¿Crees que la regulación emocional puede mejorar a partir del cambio de actitud y diseños de nuevos ambientes de aprendizaje que integran el desarrollo de la secuencia didáctica?</p>	<p>E4, E5, E6 “Si. La regulación de las emociones mejora su tenemos mejor actitud” E3, E7, E8, E10, E12 opinan “Con nuevas actividades de reflexión como las vistas en los recursos de la secuencia se ayudó mucho a la regulación” E1, E2 “la regulación emocional puede mejorar si ponemos de nuestra parte”</p>	<p>Los niños y niñas en general, manifiestan que ha ocurrido un cambio significativo, en la medida que ya no hay tantos problemas y los que intentan surgir son rápidamente abordados en el aula por iniciativas pacíficas que parten de los mismos niños que ha aprendido a regular sus emociones. Ante esto es evidente el impacto positivo que el trabajo cooperativo y la consolidación grupal de planes de mejora ha traído para el aula.</p>	
<p>3</p>	<p>¿Qué características tienen las actividades diseñadas en grupo para fortalecer la autorregulación emocional dentro y fuera del aula de clases?</p>	<p>E2, E3, E6, E9, E10, E11, E12, E13 y E15 coinciden en afirmar “son actividades muy dinámicas, recreativas y hacen uso de las TIC” Para E1, E5, y E8 “las actividades diseñadas tienen como característica principal el uso de estrategias fáciles de implementar para regular emociones”</p>	<p>Cada uno de los participantes ofrecen sus opiniones de forma ordenada, destacándose el sentido que se le ha venido dando al manejo de la regulación emocional y las diferencias que surgen. Esto con ocasión a las actividades que se diseñaron y propusieron ejecutar en conjunto y que se encuentran en la secuencia. Con ello se fortalece la idea de que la realización de nuevas actividades o el compromiso desde nuevas estrategias integradoras posibilitan el dialogo y la concertación; tendiendo con ellos fortalecer realmente la convivencia escolar.</p>
<p>¿Qué cambios significativos se notan a partir de la implementación de las actividades didácticas sugeridas</p>	<p>E1, E2, E3, E4, E5, E6, E7, E8, E9 *-"Uso de mejor vocabulario Respeto ante los turnos Participación activa y</p>	<p>Tener conciencia de los cambios emocionales y saber regularlos en el día a día son aspectos totalmente necesarios. Gracias a ello, se pueden desarrollar una serie de</p>	

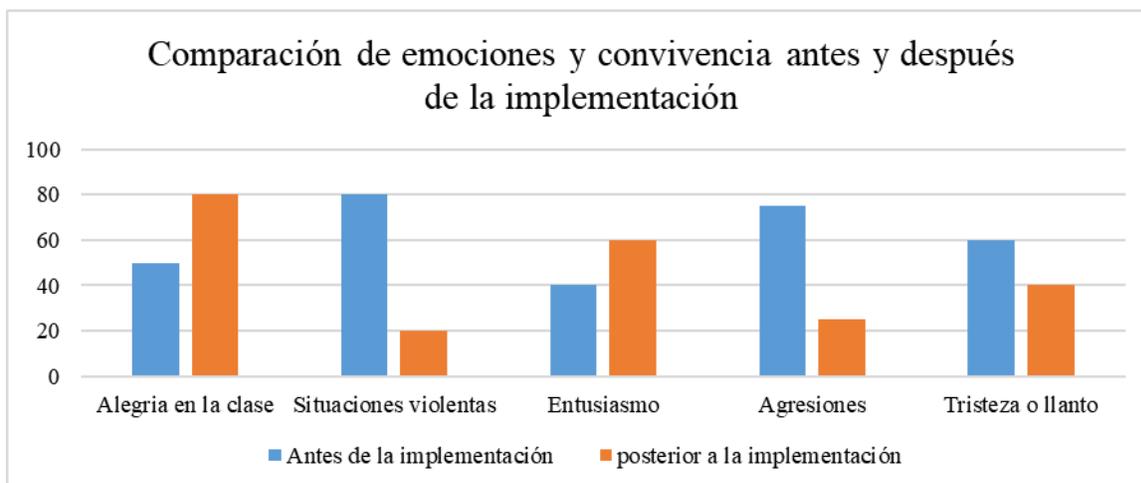
en el plan de acción con relación a la regulación emocional?	ordenada dentro y fuera del aula de clases. Cero agresiones físicas. Cero pérdidas de elementos u objetos dentro del aula de clases. Mayor diálogo con el docente y entre los mismos estudiantes”	competencias y habilidades que ayudan a favorecer tanto el bienestar personal como el de los demás. Por consiguiente, es clave que este tipo de cambios significativos continúen dándose en el contexto escolar.
--------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Fuente: elaboración propia.

De acuerdo con lo que se logra evidenciar durante la fase, claramente hay un avance positivo hacia mejores relaciones e interacciones que reflejan una mejor convivencia escolar a partir del cambio de actitud gracias a la regulación de emociones como la ira, la irritabilidad, enojo, que muy a menudo eran frecuentes en los estudiantes suscitando conflictos que surgen por razones como un mal chiste, una palabra soez, un empujón, tomar sin permiso un objeto o útil escolar.

Lo cual tal y como lo sustenta Aldrete, et al (2014) permitir regular nuestras emociones implica ser capaz de identificar aquello que sucede, monitorear su progreso e intervenir sobre el mismo para ser asumida con el suficiente autocontrol en aras de aportar a un ambiente de sana convivencia. Estas identificaciones o comprensiones realizadas por los mismos estudiantes permitieron a su vez tener claridad sobre lo que implica la regulación y su posterior efecto como autorregulación; al respecto muchos de los autores ya citados en apartados anteriores indican de forma global que la regulación es más reactiva, con menos voluntad y control del individuo, mientras que la autorregulación, parte del interior del ser, de manera voluntaria aunque no precisamente consciente; además implica un esfuerzo en la regulación para controlar la emoción y la cognición cuando esta se da de manera adaptativa (Aldrete *et al.*, 2014, p. 201).

Figura 7. Comparación de situaciones antes y después de la implementación.



Nota: La figura resume el cambio situacional en el aula de clases con referencia a algunas emociones que afectan positiva o negativamente la convivencia.

Desde esa perspectiva uno de los mayores logros o resultados desde la implementación de las secuencias didácticas es que los niños asumieran diferentes posiciones frente a situaciones de conflicto antes descritos, tales posiciones van desde;

- Ser pacientes y permitir la participación de sus compañeros.
- Respirar y pensar antes de opinar
- Recoger el sentir de sus compañeros y expresarlo en público.
- Exponer las ideas de forma verbal y no verbal.

Durante toda la implementación se logra activar la participación de todos los implicados en el proceso de investigación, involucrándolos con su propia regulación de emociones asumiéndose acciones participativas de acuerdo con lo sustentado por los planteamientos del investigador colombiano Orlando Fals Borda citado en Calderón y Cardona (2003) puesto que es un método de estudio y acción de tipo cualitativo que busca obtener resultados fiables y útiles para mejorar situaciones colectivas desde la participación y trabajo en equipo. Precizando que desde esta implementación se logra que cada uno de los participantes expresen sus opiniones y logren trabajar en equipo asumiendo roles y proyectando un cambio de actitudes en las interacciones desde la acción misma.

6 CONCLUSIONES

En la búsqueda de dar respuesta a la pregunta de investigación ¿Cómo contribuye la regulación emocional al fortalecimiento de la convivencia escolar en los estudiantes de grado quinto de primaria de la IE El Águila del Municipio de Puerto Rico Caquetá? Fue importantísimo tener un panorama claro a partir del objetivo o propósito general en el marco de la investigación cualitativa en aras de promover una mejor regulación emocional para el fortalecimiento de la convivencia escolar en los estudiantes de dicho grado de escolaridad expresado en la pregunta que estructura la investigación.

En tal sentido se concluye que gracias a la actividad desde el aula y la mediación de técnicas e instrumentos de investigación dispuestos para tal fin se logra el objetivo o propósito específico de caracterizar las reacciones de los estudiantes, de grado quinto de la institución educativa El águila de Puerto Rico Caquetá, ante diferentes situaciones que alteran la convivencia escolar. Ya con esa información que se encuentra ampliamente descrita en el apartado de análisis y discusión de resultados se escaló al diseño e implementación de una secuencia didáctica en donde se promovió desde la regulación emocional el fortalecimiento de la convivencia escolar. En esta implementación fue clave el compromiso y participación de los estudiantes quienes con la mediación del docente profundizaron en el reconocimiento de sus actuaciones y reacciones en el contexto de las interacciones escolares o mejor llamada convivencia escolar.

El alcance del tercer objetivo específico lleva a una reflexión más amplia que rompe el simple cumplimiento en el marco de la investigación sobre evaluar el impacto de la intervención a favor de la regulación emocional de los estudiantes; llevándolos a considerar la necesidad de interiorizar una permanente reflexión y/o regulación de sus reacciones, respuestas o manifestaciones a nivel grupal; entendiendo que los procesos de regulación emocional se basan en diferentes dominios, situados en diferentes niveles como son el fisiológico, el atencional, el cognitivo y el comportamental.

Finalmente se reconoce desde mi rol docente en el marco de la enseñanza y el aprendizaje de las ciencias sociales el aporte que se hace desde la ciudadanía al comprender en el

escenario escolar la existencia de un espacio privilegiado para la educación en la convivencia y la regulación de las emociones, activando desde la formación ciudadana y a través de la relación con los distintos agentes que en ella intervienen mejores planeaciones de aula que ayudan a comunicar los sentimientos y las emociones, a cooperar, construir en equipo, practicando la solidaridad y la responsabilidad ciudadana construyendo a la vez las normas que intervienen en la forma de resolver los problemas que la propia convivencia genera.

Es innegable que a convivir se aprende conviviendo y, por tanto, en la escuela tiene especial trascendencia todos los procedimientos que regulan el buen clima, la participación, la cooperación y la armonía. De ahí la importancia de regular las emociones y fortalecer las competencias socioemocionales proyectando una convivencia positiva que incida directamente en la mejora de las relaciones personales de todos los miembros de la comunidad educativa.

7 RECOMENDACIONES

Se recomienda que todos los actores del contexto escolar; docentes, estudiantes y familias reflexionen sobre las distintas formas de actuar, pensar y sentir en medio de sus interacciones, encontrando una oportunidad de mejora en la regulación para una mejor convivencia no solo escolar sino en todos los variados contextos y entornos en los cuales se participa y construye ciudadanía y sociedad

Los docentes deben incorporar prácticas de regulación emocional como mediación en la enseñanza y aprendizaje, especialmente de acuerdo con los resultados positivos de esta investigación, haciendo uso de secuencias didácticas, recursos audiovisuales, podcast, audiolibros, videos de superación personal entre otros que generan una identificación entre el yo y la otredad como nuevo concepto en el actuar de los participantes en la escuela.

Para que este tipo de proceso se alcance es clave considerar la limitante de los tiempos, por ello y búsqueda de que el aprendizaje sea significativo es recomendable que los docentes se actualicen constantemente leyendo y sistematizando sus propias experiencias interesándose por reconocer y comprender las diversas habilidades y/o comportamientos que tienen los estudiantes en aras de tener un panorama claro previo a la planeación de las mediaciones escolares que ayuden a regular emociones y construir una mejor convivencia en la escuela.

Por último, es clave y se recomienda que la escuela como espacio de construcción colectiva apoye los procesos e intervenciones en el aula resaltando la importancia pedagógica y didáctica que tienen las planeaciones innovadoras como lo son las secuencias didácticas entre otras formas para el aprendizaje no solo del lenguaje, las matemáticas o saberes disciplinares específicos sino de una nueva visión de ciudadanía crítica capaz de regular emociones en aras de ser mejor persona, mejor estudiante y mejor ciudadano.

8 REFERENCIAS

- Aldrete-Cortez, Vania. (2014). De la regulación emocional y cognitiva a la autorregulación en el primer año de vida. *Anuario de psicología*. 44. 199-212.
- Benavidez Mayumi, Gómez Carlos (2005) Métodos de investigación cualitativa: triangulación. *Revista Colombiana de Psiquiatría*. Vol. 34 No. 1 2005
- Chóliz, M. (2005). *Psicología de la Emoción: el proceso emocional* (pp. 1-33). España. Departamento de Psicología Básica. Universidad de Valencia.
- Colmenares, Nora & Maldonado, Isabel. (2006). El clima de relaciones interpersonales en el aula un caso de estudio. *Paradigma*. 27. 193-219.
- Damasio, Antonio (2003). *Looking for Spinoza: Joy, Sorrow, and the Feeling Brain*. Florida: Harvest Books.
- De López, Juana Ojeda; Machado, Ineida & Quintero, Johana (2007). La ética en la investigación. *Telos: Teoría Crítica de lo Contemporáneo* 9(2):345-357.
- Delors, J. (1996). *La educación encierra un tesoro*. Informe de la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI. Madrid, España: Santillana/UNESCO.
- Del Rey, R., Casas, JA & Ortega, R. (En revisión). Desarrollo y validación de escala de convivencia escolar.
- Denzin, N, Lincoln, Y. (comp.) 1994. *El campo de la investigación cualitativa*. Manual de investigación cualitativa. Vol.1. Barcelona, Gedisa, 2012
- Elliot, J. (2000). El cambio educativo desde la investigación – acción. Colección: Pedagogía. pp 89, 102
- Espejo, B. (1999). Hacia un modelo de educación integral: el aprendizaje emocional en la práctica educativa. *Revista de Ciencias de la Educación*, 180, 521-535.
- Fernández García, I. (1994). *Prevención de la violencia escolar y resolución de conflictos*. El clima escolar como factor de calidad. Madrid: Editorial Narcea.

- Fierro, M. Cecilia et al. (2013). Conversando sobre la convivencia en la escuela: Una Guía para el autodiagnóstico de la convivencia escolar desde las perspectivas docentes. *Revista Iberoamericana de Evaluación Educativa*
- Fierro-Evans, C; Carbajal-Padilla, P. (2019). Convivencia Escolar: Una revisión del concepto. *Psicoperspectivas*, 18(1), 9-27. Epub 15 de marzo de 2019. <https://dx.doi.org/10.5027/psicoperspectivas-vol18-issue1-fulltext-1486>
- Furió-Más, C., Solbes-Matarredona, J. and Furió-Gómez, C. Towards a proposal for effective ongoing training programmes for Science Teachers, *Problems of Education in the 21st Century*, 6, 60-69, 2008.
- Guerrero, L. (2013) Gestión pedagógica en el aula: Clima social escolar, desde la percepción de estudiantes y profesores del séptimo año de educación básica. Tesis de Maestría. Pontificia Universidad Católica Del Ecuador. 152 pg.
- Goleman, D. (1995). La inteligencia emocional. Buenos Aires: Javier Vergara Editor.
- Guzmán, E. Muñoz, J. Preciado, E. (2012). La convivencia escolar: Una mirada desde la diversidad cultural. Tesis de Maestría. Universidad de Manizales. 44 pg.
- Ibáñez, Gloria. Planificación de Unidades Didácticas: una propuesta de formalización. *Revista Aula*. N°1. abril 1992.
- Linares. (2017). Educação emocional e convivencia ... e agora? Rede de Centros de Educação Responsável. Região de Múrcia. Espanha. 130-170
- Martínez, M. (2004). Educar en valores es crear condiciones pedagógicas y sociales. En *¿Qué significa educar en valores hoy?* Barcelona: Colección educación en valores Octaedro-OEI.
- Maslow, Abraham (1970). A Theory of Human Motivation, psychclassics.yorku.ca
- MEN. (2013). Guías pedagógicas para la convivencia escolar. Bogotá
- Morales, A.J. y López, C. (2019). Espacios de entendimiento: percepción del conflicto y mediación escolar. *Scripta Nova*, 496, (18)

- Murillo, P. y Becerra, S. (2009). Perceptions of school climate for principals, teachers and students through the use of “natural semantic networks”. Its importance in the management of schools. *Journal of Education*, 350, 375-399.
- Onetto, F. (2003). La convivencia educativa: Despliegue temático abierto en el Foro Iberoamericano Subregional. OEI Monografías virtuales: Ciudadanía, democracia y valores en sociedades plurales.
- Pérez-Archundia, Eduardo; Gutiérrez-Méndez, David EL CONFLICTO EN LAS INSTITUCIONES ESCOLARES Ra Ximhai, vol. 12, núm. 3, enero-junio, 2016, pp. 163-180 Universidad Autónoma Indígena de México El Fuerte, México
- Pérez, T. (2014). El poder transformador de los educadores. Reflexiones y herramientas para cultivarlo. Bogotá, Magisterio editorial
- Ramírez, A., y Casillas, M. (2017). Saberes digitales de los docentes de educación básica. Una propuesta para la discusión desde Veracruz. (Primera ed.). Xalapa, Veracruz, México: Secretaría de Educación de Veracruz. Recuperado el 20 de agosto de 2019, de <https://www.uv.mx/personal/albramirez/files/2015/06/Saberes-Digitales-SEVlibro-final.pdf>.
- Rodríguez, Lucas Marcelo; RUSSIÁN, Gabriela Carolina; MORENO, José Eduardo. Autorregulación emocional y actitudes ante situaciones de agravio. **Revista de Psicología**, [S.l.], v. 5, n. 10, p. 25-44, nov. 2019. ISSN 2469-2050. Disponible en: <<https://erevistas.uca.edu.ar/index.php/RPSI/article/view/2496>>. Fecha de acceso: 15 mayo 2022
- Rodríguez, F.; Aracenta, J.; Serra-Majem, L. (2008). Psicología y nutrición. Elsevier España S.L
- Sabino Carlos. El proceso de investigación, Lumen-Humanitas, Bs.As., 1996.
- Sampieri, R. H. (2014). Metodología de la Investigación. México D.F: Mc Graw Hill.
- Sroufe, A. (2020). Desarrollo Emocional. México: Oxford.
- Tamayo Alzate, O.E., Vasco Uribe, C.E., Suarez de la Torre, M.M., Quiceno Valencia, C.H., García Castro, L.I. y Giraldo Osorio, A.M. (2011). La clase multimodal y la

formación y evolución de conceptos científicos a través del uso de tecnologías de la información y la comunicación. Manizales: Universidad Autónoma de Manizales.

Thompson, R. (1994). Emotion regulation: A theme in search for definition. En N, Fox (Ed.), *The development of emotion regulation: Biological and behavioral considerations*, Monographs of the Society for Research in Child Development, 59 (2/3, serial N° 240), 25-52.

Thompson, B. y Mazcasine, J. (2007). Attending to Learning Styles in Mathematics and Science Classrooms. ERIC Digest. Recuperado de www.ericdigests.org/2000-1/attending.html

Unesco. (2008). Convivencia Democrática, Inclusión y Cultura de Paz. Lecciones desde la práctica educativa innovadora en América latina. Santiago de Chile: Pehuén Editores

9 ANEXOS

Anexo 1. Propuesta de secuencia didáctica.

(Se retoman apartes de sugerencias realizadas en el marco del desarrollo de Programa todos a aprender-PTA)

LA REGULACION EMOCIONAL PARA LA CONVIVENCIA ESCOLAR

Institución Educativa	CENTRO EDUCATIVO EL ÁGUILA DE PUERTO RICO CAQUETÁ
Grado	QUINTO
Objetivo	Fortalecer la convivencia escolar ---
Interés y necesidades de aprendizaje	Existen muchas posibilidades de atención a partir de lo develado en el diagnóstico inicial, las cuales giran en torno la autorregulación de las emociones para que se potencien los aprendizajes a partir del empoderamiento de mejores relaciones personales, interacciones, y aceptación de normas para la convivencia escolar.

COMPETENCIAS	APRENDIZAJES	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE
Cognitivas	Escucha activamente y genera comprensiones asertivas dentro y fuera del aula de clases	<ol style="list-style-type: none"> 1.Participa activamente en clases. 2.trabaja cooperativamente. 3.asume aprendizajes significativos
Emocionales	Autoconciencia, Autorregulación, Motivación, Empatía y Habilidad social	<ol style="list-style-type: none"> 1.Controla las emociones y evita situaciones de conflicto. 2.Establece diálogos respetuosos y constructivos. 3.Respeto su cuerpo desde un enfoque del autocuidado.

		4. Valora las diferencias y construye en colectivo.
Comunicativas	Expresión verbal y no verbal de sus sentimientos y emociones	<p>1. Usa un vocabulario adecuado y respetuoso.</p> <p>2. Expresa sus emociones y sentimientos de forma natural a partir del auto control y la autorregulación.</p> <p>3. Lee y escribe con naturalidad, expresando sus ideas con liderazgo y respeto ante la diversidad.</p>

SECUENCIA DE SESIONES DE CLASE (Objetivos por alcanzar)	
<p>Secuencia 1</p> <p>Reconocer las normas en la construcción de la convivencia escolar.</p> <ul style="list-style-type: none"> } Los niños analizarán y reflexionarán sobre las situaciones de convivencia } Establecen normas o compromisos de convivencia a partir de las situaciones observadas 	<p>Secuencia 2</p> <p>Comprender qué es la autorregulación y auto control emocional.</p> <ul style="list-style-type: none"> } El niño identificará las fortalezas y debilidades de su reacción frente a variadas situaciones escolares. } Comunicará abiertamente las creencias, pensamientos y conocimientos sin temor a equivocarse. } Respetará los turnos y domina la ansiedad por el hacer o el participar.
<p>Secuencia 3</p> <p>Comprender la importancia de la tolerancia, la responsabilidad y trabajo en equipo.</p> <ul style="list-style-type: none"> } Es paciente y permite la participación de sus compañeros. 	<p>Secuencia 4</p> <p>Construir identidad desde la diversidad y la inclusión.</p>

<ul style="list-style-type: none"> } Recoge el sentir de sus compañeros y los expresa en público. } Expone las ideas de forma verbal y no verbal. 	<ul style="list-style-type: none"> } Se relaciona con niñas y niños en el marco de los valores como el respeto, la tolerancia y el trabajo colaborativo, fortaleciendo sus relaciones de amistad. } Explica las causas y consecuencias de sus actos y reacciones en grupo. } Utiliza estrategias de autorregulación (respiración, distanciamiento, relajación y visualización) de acuerdo con la situación que se presenta.
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

SECUENCIA 1 TIEMPO SEMANA

OBJETIVO: Reconocer las normas en la construcción de la convivencia escolar.

- } Los niños analizarán y reflexionarán sobre las situaciones de convivencia
- } Establecen normas o compromisos de convivencia a partir de las situaciones observadas

PRIMER MOMENTO DE EXPLORACIÓN (20 MINUTOS)

- En dialogo con los niños se habla sobre las actividades que realiza en casa, en la escuela y en general en su vida diaria.
- Leemos en voz alta los deberes y los compromisos pactados para el desarrollo de la clase.
- Se pregunta al grupo: ¿qué vamos a trabajar hoy?, ¿dónde encontramos normas?, ¿cómo son las normas en casa? ¿cómo son las normas en la escuela?

Posteriormente se comunica el propósito de la sesión mencionando en voz alta y escribiendo en el tablero los siguiente:

“Hoy vamos a escribir las normas que cumplimos y las que no nos gustan cumplir”

Pedimos a los niños que elijan una o dos normas de convivencia para ponerlas en práctica en el desarrollo de esta sesión.

SEGUNDO MOMENTO DESARROLLO DE LA CLASE (60 MINUTOS)

- Organizados y con buena conectividad (considerando la situación de aprendizaje o clase en casa), se solicita que escriban en un papel periódico o cartulina que entienden por reglas o normas. Pueden también dibujar y pintar.
- Luego se pide a los grupos o niños que publiquen sus trabajos en las paredes de su casa o en el lugar de la misma que haya elegido para atender la clase virtual de acuerdo con la condición de aislamiento social a causa del Covid 19 y que realicen una marcha virtual silenciosa observando y analizando los productos compartidos por sus compañeros.

Posteriormente se invita a formar un círculo imaginario y haciendo uso del popular juego del “tingo tango” pídeles que pasen de su mano derecha a la mano izquierda un objeto para que, de forma simbólica al tener el turno, den respuestas a los siguientes:

¿Qué hicieron antes de escribir en la cartulina o papel periódico? ¿para qué nos sirvió escuchar a los compañeros? ¿en qué se fijaron durante la escritura? ¿en qué tuvieron dificultad?

TERCER MOMENTO; CIERRE (30 MINUTOS)

- Realizamos la presentación de alguno de estos videos

<https://www.youtube.com/watch?v=hH0J8cTaCLQ>

<https://www.youtube.com/watch?v=AXBSN9esT5U>

- Se explica la importancia y los beneficios que trae la obediencia y cumplimiento de las reglas y normas para mantener el orden y proteger nuestra integridad en la medida y al tiempo que nos formamos como personas.
- Concédenos la palabra para que los niños expresen sus ideas y aprendizajes.

CUARTO MOMENTO; VALORACIÓN (10 MINUTOS)

- Solicitamos a los niños diligenciar el siguiente cuadro:

QUE APRENDÍ	PARA QUE ME SIRVE	QUE DUDAS TENGO

RECURSOS NECESARIOS PARA ESTA SESIÓN: video beam. Cartulina-papel periódico, marcadores de colores, trabajo en equipo y mucha dedicación.

SECUENCIA 2 SEGUNDA SEMANA

OBJETIVO: Comprendemos que es la autorregulación y auto control emocional.

- } El niño identifica las fortalezas y debilidades de su reacción frente a variadas situaciones escolares.

- } Comunica abiertamente las creencias, pensamientos y conocimientos sin temor a equivocarse

PRIMER MOMENTO DE EXPLORACIÓN (20 MINUTOS)

- Dialogamos con los niños sobre las situaciones de conflicto que surgen dentro y fuera del aula de clases.
- Mencionamos algunos casos de riñas o peleas sin mencionar nombres propios.
- preguntamos: ¿qué provoca las peleas?, ¿qué beneficios traen las discusiones o peleas?, ¿Dónde se presentan los conflictos, las peleas? ¿se pueden evitar los conflictos o peleas? Anota sus respuestas en el tablero.

Luego de escuchar y registrar las respuestas comunicamos el propósito de la sesión:

“Hoy aprenderemos a identificar las razones que pueden generar conflictos, y podremos así evitarlos al tener herramientas de juicio para afrontar dichas situaciones con mucha inteligencia y tolerancia”

SEGUNDO MOMENTO DESARROLLO DE LA CLASE (60 MINUTOS)

- Inicialmente les presentamos un video <https://www.youtube.com/watch?v=YoL9K7vN3MU> y al finalizar les pedimos que escriban lo que hayan comprendido desde esa experiencia audiovisual. Pueden también dibujar y pintar.
- Luego pedimos a los grupos que publiquen o compartan sus trabajos y que realicen una lectura u observación silenciosa analizando los productos de sus compañeros.

Posteriormente invitamos tomar un descanso activo y a realizar ejercicios de respiración, luego pídeles que nos cuenten que tipo de conflictos han tenido dentro o fuera de la clase o salón, recuérdales que lo pueden hacer sin mencionar nombres propios.

TERCER MOMENTO; CIERRE (30 MINUTOS)

- Realizamos la presentación de alguno de estos videos

<https://www.youtube.com/watch?v=X-adLyMUmeE>

https://www.youtube.com/watch?v=yiglz585_5E

- Explicamos la importancia de solucionar pacíficamente y mediante el dialogo todos los conflictos.
- concedemos la palabra para que expresen sus ideas y aprendizajes.

CUARTO MOMENTO; VALORACIÓN (10 MINUTOS)

- Solicitamos a los niños diligenciar el siguiente cuadro:

QUE APRENDI	PARA QUE ME SIRVE	QUE DUDAS TENGO

RECURSOS NECESARIOS PARA ESTA SESION: video beam. Cartulina-papel periódico, marcadores de colores, trabajo en equipo y mucha dedicación.

- Organizados y atentos a lo que se desarrolla, solicitamos a los niños que piensen en una situación donde haya existido un conflicto con los compañeros y que traten de representarlo en un dramatizado con sus compañeros de clase, familiares. Se puede variar con otro tipo de presentación lúdica o cultural (cantos, títeres etc)
- Luego pedimos uno a uno que hagan sus presentaciones ante el grupo.

Posteriormente invitamos haciendo uso del diálogo a participar activamente en un debate a partir de la pregunta:

¿Cómo solucionamos o podemos evitar un conflicto?

Tomamos nota de las participaciones.

TERCER MOMENTO; CIERRE (30 MINUTOS)

- Realizamos la presentación del siguiente video

<https://www.youtube.com/watch?v=OHma93eZiBY>

- Explicamos la importancia y los beneficios que trae la tolerancia y la solución pacífica y dialogada de los conflictos, mencionales que la única pelea que se gana es la que se evita.
- concedemos la palabra para que expresen sus ideas y aprendizajes.

CUARTO MOMENTO; VALORACIÓN (10 MINUTOS)

→ Solicita a los niños diligenciar el siguiente cuadro:

QUE APRENDI	PARA QUE ME SIRVE	QUE DUDAS TENGO

RECURSOS NECESARIOS PARA ESTA SESION: video beam. Cartulina-papel periódico, marcadores de colores, trabajo en equipo y mucha dedicación.

SECUENCIA 4

CUARTA SEMANA

OBJETIVO: Construye identidad desde la diversidad y la inclusión.

PRIMER MOMENTO DE EXPLORACIÓN (20 MINUTOS)

- Dialogamos con los niños sobre las características físicas y las formas de ser de cada persona.
- Pedimos a alguien del grupo si desea contar o hacer una descripción personal en público.
- preguntamos: sobre cómo le gustaría ser y como le gustaría que fueran y/o se portaran sus compañeros.

Comunicamos el propósito de la sesión:

“Hoy aprenderemos a aprovechar nuestras formas de pensar y a regular nuestras opiniones, palabras, gestos para no herir los sentimientos de las otras personas”

SEGUNDO MOMENTO DESARROLLO DE LA CLASE (60 MINUTOS)

→ observamos el siguiente video

<https://www.youtube.com/watch?v=h7W4fMbXoy4>

Organizados y atentos escribimos en una cartelera las acciones donde se evidencian actitudes que dan muestra de la falta de valores.

→ Luego pedimos a los grupos que publiquen sus trabajos vía email o whatsapp y que realicen un análisis de los productos de sus compañeros.

Observemos el siguiente video <https://www.youtube.com/watch?v=FHVrBwah77E>

¿Qué puede suceder si pasa el tiempo y no mejoramos nuestras actitudes? ¿para qué nos sirve escuchar a los demás?

TERCER MOMENTO; CIERRE (30 MINUTOS)

→ Realizamos una presentación de alguno de estos videos

<https://www.youtube.com/watch?v=f5mmq-ReJ1c>

<https://www.youtube.com/watch?v=zhp2E6FL3kw>

Pedimos que reflexionen en torno a la convivencia escolar y que escriban una carta para alguien que ellos consideren han sido ofendidos, presentando las excusas pertinentes y ofreciéndole su amistad. Pueden hacer un post- o dibujo si lo desean.

CUARTO MOMENTO; VALORACIÓN (10 MINUTOS)

▢ Solicita a los niños diligenciar el siguiente cuadro:

QUE APRENDI	PARA QUE ME SIRVE	QUE DUDAS TENGO

RECURSOS NECESARIOS PARA ESTA SESION: video beam. Cartulina-papel periódico, marcadores de colores, trabajo en equipo y mucha dedicación

Anexo 2. Formato entrevista semiestructurada.

Fecha de entrevista_____

Entrevistado _____

Objetivo: Indagar acerca de las principales causas que afectan la convivencia escolar

1. ¿Qué tipo de conflictos se evidencian dentro y fuera del aula de clases?
 2. ¿Cómo se manejan las emociones de los estudiantes frente a las situaciones de posibles conflictos?
 3. ¿Cómo expresan los estudiantes las situaciones de descontento o inconformidad frente a las acciones escolares?
 4. ¿De qué manera exteriorizan las emociones?
 5. ¿Consideran que comprenden las situaciones y vivencias de sus compañeros?
 6. ¿Cómo apoya o contribuye a la convivencia escolar desde el aula o casa?
-

Anexo 3. Formato prueba inicial.

1. ¿Cuáles son los temores más comunes cuando estas estudiando?

A: ser regañados por no hacer las cosas bien

B: perder el año

C: Que mis padres se enojen

D: Perder las evaluaciones

2. ¿Por qué se generan los conflictos en casa o en la escuela?

A: Por falta de comunicación

B: Falta de autoridad

C: Falta de respeto

3. ¿De las siguientes razones cual es con la que más te identificas al momento de estar en conflicto?

A: Los malos pensamientos

B: La respuesta a una Agresión

C: La falta de diálogo.

4. ¿Durante las situaciones de conflicto en el aula, cuáles son tus principales reacciones?

Por favor escríbelas.

Muchas gracias por su colaboración y respuestas.

Anexo 4. Formato prueba final.

5. ¿Puedes mencionar un temor que hayas superado con el desarrollo de las actividades planeadas?

A: ser regañados por no hacer las cosas bien

B: perder el año

C: Que mis padres se enojen

D: Perder las evaluaciones

6. ¿La mayor incidencia en cuanto a las causas que generan conflictos en el aula se gestan por?

A: Por falta de comunicación

B: Falta de autoridad

C: Falta de respeto

D: Ausencia de regulación emocional

7. ¿De las siguientes reacciones cual es con la que, más te identificas al momento de estar en conflicto?

A: Respirar y pensar

B: Responder con violencia

C: Invitar al diálogo

D: Aclarar la situación

8. ¿Durante las situaciones desarrolladas en clase, cuáles son tus principales reacciones? Por favor escríbelas.

Muchas gracias por su colaboración y respuestas.

Anexo 5. Formato grupos de discusión.

FORMATO GRUPO DE DISCUSIÓN #1

Este instrumento se realiza en el marco del proyecto de investigación “**Fortalecimiento de la convivencia escolar a partir de la regulación emocional**”

Participantes: docente investigador y estudiantes

Moderador: Yamith Martinez Ramirez

Fecha de la reunión hora 8 AM hasta 10 AM

Para iniciar se lanza una pregunta de exploración con referencia a las actividades realizadas hasta el momento (fase diagnóstica) y las generalidades relacionadas con la forma como afrontan y reaccionan ante distintas situaciones escolares.

1. ¿Qué tipo de reacciones creen ustedes que son las más frecuentes ante las situaciones que surgen en el aula de clases o fuera de ella?
2. ¿Qué aspectos de tu comportamiento y reacciones que evidencias crees que son mejorables? ¿Cómo se haría? ¿Quién lo haría?
3. ¿Cómo influye en el logro de tus aprendizajes la autorregulación de las emociones?
4. ¿Qué tipo de conflictos o situaciones problemáticas se presentan con mayor frecuencia en el escenario escolar?
5. Para cerrar este grupo de discusión, menciona actividades que se consideran necesarias para lograr una adecuada autorregulación emocional.

Varios/Consideraciones finales:

