

Entrevistas Finales

Hola Deris, ¿cómo estás? Muy bien, gracias. Bueno, Deris, gracias por estar aquí y te vamos a hacer la entrevista final de nuestra tesis de grado, de la investigación que estamos haciendo. Entonces, te voy a hacer unas preguntas y me vas a responder.

Si de pronto no entiendes alguna pregunta o me dices, señor, explíqueme mejor alguna cosa. ¿Listo? Listo. Bueno.

Entonces, ¿le gusta a tu hijo ir al taller de yoga? Sí. ¿Por qué? Porque le gusta los ejercicios. Dicen que lo hace de distintas maneras, con las manitos para atrás, metiendo las piernas, eso de distintas maneras que a ella le gusta.

¿Qué cambios en el manejo de las emociones has notado en tu hijo por participar en los talleres de desarrollo emocional? ¿Qué cambios ha tenido, o sea, con esos ejercicios, esas actividades, esos talleres que hemos hecho? Bueno, es muy calmada, más calmada. Sí. Porque era muy, es más calmada.

¿Has notado que tu hijo se siente más tranquilo o feliz después de hacer yoga? Sí, sí se siente feliz. ¿Te ha contado tu hijo algo que le gusta del taller de yoga? Los ejercicios que hace. ¿Crees que el yoga ha ayudado a tu hijo a controlar su enojo o tristeza cuando se siente mal? Sí, sí se ha ayudado a controlar mucho.

¿Cómo? ¿Cómo observas eso? En el modo de que de pronto que ella... Cuando está triste, expresa, ¡Mamía mía, estoy triste por esto! O porque tú me pegaste o porque por cualquier cosa. O porque tú no me ayudas en esto. Está linda.

Bueno. ¿Has visto que tu hijo presenta más atención en la escuela o en la casa después de hacer yoga? En la casa. En la casa.

Ok. ¿Y cómo lo notas? Porque mi hija era muy rebelde. Ahora casi no.

Ya más calmada, más relajada. Ay, qué bueno. ¿Crees que tu hijo se siente más seguro de sí mismo después de participar en los talleres de yoga? Yo digo que sí.

Sí, ¿por qué? Porque... ¿Seguro de sí misma es que ella sea capaz de hacer las cosas? ¿Te doy cuenta de por qué? Porque ella casi muy poco de las tareas. Ella misma ya hace las maneras y ella misma hace sus tareas. Ok.

¿De qué manera ha cambiado la relación entre tu hijo con sus amigos o hermanos después de los talleres de yoga? Ya casi muy poco discuten o pelean entre ellos. Ay, qué bueno. Bueno.

¿Les recomendarías estos talleres a otros papás? Sí, claro. ¿Por qué? Eso es muy bueno porque le ayuda al niño a relajarse. Ok.

¿Qué parte del taller crees que ha sido más útil para tu hijo? ¿Qué parte del taller crees que ha sido más útil para tu hijo? O si consideras que todo. Pues sí, todo. ¿Tienes alguna idea para mejorar el taller o hacerlo más divertido? No sé, porque a veces los talleres son diferentes.

No sé cómo, de qué manera. Ok. Sí, esa parte pues siento que nos faltó de pronto invitarlos.

Ajá, ¿cuáles eran los talleres? Invitarlos siquiera a un taller para que los conocieran y vieran las actividades. Bueno, Deris, muchísimas gracias por tu apoyo y colaboración y sobre todo el tiempo. Gracias.

Dios te bendiga.

Bueno, buenos días, mi nombre es Luz Maria y usted es? , Usted es la mamá? Yo soy la mamá de Carmen Bueno, en el día de hoy vamos a realizar la entrevista final después de los talleres de yoga que estuvimos realizando con los niños Entonces, el objetivo es evaluar y reflexionar sobre los

cambios observados en los niños en términos de competencias socio-emocionales después de la implementación del programa de yoga Además, se pretende recopilar información sobre la experiencia general con el programa de yoga identificando los beneficios, áreas de mejora y recomendaciones para futuras implementaciones Entonces, tenemos aquí disponible 30 minutos pero si lo podemos hacer antes, perfecto Vamos a iniciar Doña Carmen, ¿le gusta a su hijo? Ah, perdón, a su hija, cierto, es Carmen ¿El taller de yoga? Sí ¿Por qué usted identifica que a la niña sí le gusta el taller de yoga? Porque ella dice que hace muy chiquitos hacen colores, se quitan los zapatos, ya sé ¿Qué cambios en el manejo de las emociones ha notado en su hija por participar en los talleres de desarrollo emocional? Yo la veo contenta ¿Ha notado que su hija se siente más tranquila o feliz después de hacer yoga? Sí ¿Por qué? Porque ella dice que ella comparte a los compañeros, a la maestra ¿Crees que el yoga te ha ayudado a tu hija a controlar su enojo o tristeza cuando se siente mal? Sí, un poquito ¿Por qué? Porque yo la veo... ¿Qué hace ella cuando se enoja? Pataleta

¿Y entonces ahora después de los talleres de yoga? Ya, ya está más... Más calmada, se calma más rápido ¿Has visto a tu hija... ¿Has visto que tu hija presta más atención en la escuela o en casa después de hacer yoga? En la escuela Porque ella allá está pendiente al hermano, a jugar con el hermanito Está más atenta a las cosas que debe hacer Sí ¿Crees que el yoga ha ayudado a tu hija a controlar su enojo? Perdón, esa no es ¿Crees que tu hija se siente más segura de sí misma, de sus capacidades, de lo que ella puede hacer después de participar en los talleres? Sí, sí ¿Cómo ha identificado usted eso? Porque ella me dice, mami, mira, a mí me dicen esto y esto y es así ¿Y cuándo va a hacer las cosas, se atreve, le da miedo o ya se arriesga a hacerlo? Sí, un poquito, porque yo entonces... ¿Tímida? Sí ¿Y ahora cómo es? Ella dice, mami, vamos a hacer las tareas, vamos a hacer esto y esto ¿De qué manera ha cambiado las relaciones entre su hija, con sus amigos, hermanos, familiares, después de practicar yoga? Con el hermano, ese es el problema ¿Qué problemas tiene con el hermano? A veces pelea con el hermano, porque ella le dice, mira, ¿qué es esto? Con los compañeros ¿Y después de realizar los talleres de yoga, sigue lo mismo? No ¿Cómo actúa ahora? Ahora es más diferente, le dice, le da miedo, se quieta, que no, ahora es... ¿Le recomendarías estos talleres a otros papás? Sí, porque... Para que ellos aprendan a... ¿A identificar? A identificar sus emociones ¿Qué parte del taller crees que ha sido más útil para tu hija? ¿Qué parte del taller cree usted que le gustó más a la hija? Yo creo que le gusta pintar ¿Y qué hacía en esos dibujos? En esos colores ¿Para representar qué? Representar... Emociones ¿Tienes alguna idea para mejorar el taller o hacerlo más divertido como hicimos? No, yo digo que más divertido porque ella como... se emociona más Exacto, muy bien Bueno, doña Liliana, esas eran todas las preguntas Le agradezco yo Ah, sí, ya esa era la última Bueno, muchas gracias Me manda otra si falta alguien. Dígame también, o sea, ¿qué experiencia has vivido con ella después del taller sobre cuando usted la ve enojada, cuando la ve triste? ¿Qué le dices? Bueno, cuando me ve enojada, por lo menos cuando me ve enojada a mí lo que me dice es mamá, contrólate, por favor, cuentas tras tres, respira. Esa es una de las técnicas que utilizamos acá para el manejo de la ira. Así le dices, excelente.

Hola Mayra, ¿cómo estás? Muy bien, profe. Bien, bien, gracias a Dios, me alegro que estés bien. Bueno, Mayra, estamos aquí y primero, ante todo, te doy las gracias por sacar este espacio y tu tiempo, que es muy importante.

Entonces, te voy a hacer unas preguntas. Esto es una entrevista final del proceso de nuestra investigación, ¿ya? Entonces, te voy a hacer unas preguntas y tú me vas a responder con sinceridad lo que yo pregunto. Listo.

¿Le gusta a tu hijo ir al taller de yoga? Le fascina. ¿Por qué? Porque dice que se divierte mucho y es algo nuevo que aprendió. Ok.

¿Qué cambios en el manejo de las emociones has notado en tu hijo por participar en los talleres de yoga? La carita feliz, felicidad. Felicidad, muy bien. ¿Y has notado que tu hijo se siente más tranquilo o feliz después de hacer yoga? Sí, feliz.

Feliz. ¿Cómo lo demuestra? Se emociona contando todo lo que hacía cuando les tocaba el taller con yoga. Ok.

¿Te ha contado tu hijo algo que le guste del taller de yoga? Sí. ¿Qué? Que le encanta hacer yoga y que los compañeritos con él y todos se sienten felices porque eso es algo nuevo. Un poco de cosas.

Ok. ¿Crees que el yoga ha ayudado a tu hijo a controlar su enojo o tristeza cuando se siente mal? Sí. Sí.

¿Y cómo se ve eso? ¿Cómo tú lo has percibido? ¿Cómo? ¿Cómo has notado tú que sí le han servido los talleres al niño para controlar su enojo o su tristeza? Porque él se pone que cuando está triste, mire, cuando yo estoy triste pongo la carita triste, pero no, porque yo estoy siempre feliz porque yo soy un niño feliz. Bendecido por Dios. Esto es lo que él me dice.

Que bueno, que bueno. Bueno, ¿has visto que tu hijo presta más atención en la escuela o en la casa después de hacer yoga? En la escuela. En la escuela.

Bien. ¿Crees que tu hijo se siente más seguro de sí mismo después de participar en los talleres de yoga? Sí. Sí.

¿Y cómo lo has percibido? Porque se ve que le ha puesto más interés a las cosas, hacer las cosas. Ok. Desde que está en el, desde que hizo el taller.

Ok. ¿De qué manera ha cambiado las relaciones entre tu hijo con sus amigos o hermanos después de practicar yoga? O sea, ¿cómo son las relaciones después de él hacer un taller de yoga? ¿Cómo es la relación con sus, con sus primos, con ustedes? Porque sé que no tiene hermanitos. O sea, sí tiene, pero no... Ah, ok.

No bien con ellos. O sea, él con los primos siempre se lo ha llevado bien. Ajá.

Pero después de que él hace yoga allá en la casa, ¿cuántas son esas relaciones? ¿Cómo llega? No bien feliz. Él llega de aquí del colegio a un lugar y después llega a la casa muy contento. Tiene buenas relaciones entonces.

Y entonces cuando hace los talleres de yoga, ¿esas relaciones son iguales o supera un poquito más? Se emociona más. Ok. ¿Le recomendarías este taller a otros papás? Sí, claro.

¿Por qué? Porque me parece que es excelente y más que todo porque tratan con los niños manual sus emociones. Y ellos expresan lo que ellos sienten, las emociones que ellos sienten. Así es.

¿Qué parte del taller crees que ha sido más útil para tu hija? Considero que todos. Ok. ¿Tienes alguna idea para mejorar el taller o hacerlo más divertido? Me gustaría que siguieran todo el año haciéndolo todo, el proceso escolar, el yoga.

Oiga. Bueno, buena sugerencia y la vamos a tener en cuenta. Muchísimas gracias Mayra por tu tiempo y bendiciones.

Amén.

Hola María, ¿cómo estás? Bien, señorita. Bien, gracias a Dios. Bueno María, estamos aquí para que nos colabores con la entrevista final de nuestro proyecto de investigación.

Ajá, sí, señorita. Vamos a hacer unas preguntas y tú nos vas a responder con mucha sinceridad. Listo.

¿Le gusta a tu hijo ir al taller de yoga? Sí, señorita. ¿Y por qué? Porque a él le gusta jugar, hacer ejercicio de buenas señas y todo eso. ¿Qué cambios en el manejo de las emociones has notado en tu hijo por participar en los talleres de desarrollo emocional? Porque él se emociona, porque dice que viene otra profesora a hacerle unos talleres y unos trabajos en él.

Ok. ¿Y qué, a raíz de eso, él ha tenido cambios en sus emociones, en sus expresiones? Sí, señorita. Sí.

Ajá. ¿Cómo le has notado? Porque él se contenta, porque dice, no, viene otra señora a hacernos otras cosas diferentes, otros dibujitos, pintamos con pintura y todo. Ok.

Bueno. ¿Ha notado que tu hijo se siente tranquilo o feliz después de hacer yoga? Sí, él se siente contento porque dice, no, yo hice esto y esto en el colegio. Ok.

Otra señora. ¿Te ha contado tu hijo algo que le guste del taller de yoga? ¿Qué le gusta de ese taller? ¿Qué le gusta? A él le gusta todo, señorita. ¿Todo? Todo.

Ajá. Muy bien. ¿Crees que el yoga ha ayudado a tu hijo a controlar su enojo o tristeza cuando se siente mal? No, él va contento.

Pero le ha ayudado esos talleres a controlar su rabia, su tristeza, sus emociones. Sí. Sí.

Ajá. ¿Y cómo ves tú eso? Yo lo veo porque él a veces va contento de aquí del colegio, cuando vienen las profesoras. No, ahí viene otra señora y viene otra señora.

Ajá. Hermana de la señora. Bueno.

Bueno. ¿Has visto que tu hijo presenta más atención en la escuela o en la casa después de hacer yoga? En la casa también, porque yo lo pongo a hacer tareas y él me pone atención. Presta atención.

Y cuando hace los talleres de yoga, ¿cómo llega? Él llega y dice, mami, yo trabajé en un trabajo en el colegio. Ajá. Ajá.

Ok. Bueno. ¿Crees que tu hijo se siente más seguro de sí mismo después de participar en los talleres? Más seguro de sí.

Sí, sí. Sí. ¿Y cómo ves tú eso? Creo que él debe ser que le gustan los talleres que le dan a hacer.

¿De qué manera ha cambiado las relaciones entre tu hijo, con sus amigos, hermanos, después de practicar yoga? Que dice mami, o va a la casa y dice mami, yo trabajé con yoga, dice él. Le dice al hermano que también trabajó con eso. ¿Y se ponen a hacerlo o qué? Se ponen a jugar.

Ok. ¿Le recomendarías este taller a los papás? ¿A otros papás? Sí, sí. Sí.

¿Por qué? Porque son muy buenos, porque enseñan a los niños. Ok. ¿Qué parte del taller crees que ha sido más útil para tu hijo? ¿Qué parte del taller ha sido más útil para tu hijo? O sea, ¿qué será de ese taller, qué es lo que más le ha servido a él? ¿Qué ha servido? Ay, sí.

¿Ah? Ay, no sé. No sabes. Bien, listo.

¿Tienes alguna idea para mejorar el taller o hacerlo más divertido? Sí, hacerlo contento. Se divierte con la ceña, haciendo el dibujo, pintando, con pintura y todo eso. Ok.

Bueno, María. Entonces, muchísimas gracias por tu participación. Bendiciones.

Bueno. Chao.

Bueno, mi nombre es Luz María Gámez y usted es... María Eugenia Vertel.

Bueno, doña María Eugenia, usted es la mamá de... María Celeste Díaz El objetivo de esta entrevista... Bueno, el objetivo es evaluar y reflexionar sobre los cambios observados en los niños en términos de competencias socioemocionales después de la implementación del programa de yoga Además, se pretende recopilar información sobre la experiencia general con el programa yoga identificando beneficios recibidos, áreas de mejora y recomendaciones para futuras implementaciones o ajustes Bueno, entonces, la primera pregunta ¿Le gusta a tu hija el taller de yoga? Sí, le gusta ¿Por qué sí y por qué no? ¿Por qué sí? ¿Por qué le gusta? Porque ella después de la salida acá siempre me decía Mami, hoy vino la señora María Y, o sea, diciéndome lo que habían hecho Hoy nos quitamos los zapatos, dijimos que era la posición de la cobra, de no sé qué Ah, y otra que... ¿De la sábana? Ajá, bueno Y que a ella sí le gustaba En cuanto a las emociones, ¿qué te decía? ¿Qué emociones aprendió a identificar? Bueno, me habló de ira, tristeza, alegría, enojo Listo, bien ¿Qué cambios en el manejo de las emociones ha notado en su hija por participar en los talleres de desarrollo emocional? Bueno, que ella facilito cogía mucha rabia, ¿sí lo entiendes? Y

ya como que más calmada Sí, ay Uy, se me hacían unas pataletas que mal Pero mira que ya Bueno, ¿ha notado que su hija se siente más tranquila o feliz después de hacer yoga? Sí, se siente más tranquila ¿De qué manera ha notado eso? Es como que más relajada, sí, mi hija Más calmada Más calmada ¿Te ha contado tu hija algo que le guste del taller de yoga? Sí, sí, me dice que No sé si acá le sacan unas colchonetas o algo Y cuando No sé qué día, que la Seyo no vino a clase Ella dijo, tienes que mandar a los niños a dos horas porque viene la Seyo Mar Yo quiero ir porque es que a mí me gustan las clases que me da la Seyo Mar Las yoga, le gustan las yoga Ok ¿Crees que el yoga ha ayudado a tu hija a controlar su enojo o tristeza cuando se siente mal? No, yo digo el enojo El enojo Ella era rabiosa Uf ¿Y cómo has notado esto que ella? Mira que, bueno, Celeste, o sea Dilan, bueno, ella más que todo juega con Dilan O sea, Dilan no podía decirle cómo está la abuela Apenas fuera enseguida, cogía a pegarle O salió esa grosería Ya no Y ahora se controla Ahora se controla Ok ¿Crees que el yoga, eh perdón ¿Has visto a tu hija prestar más atención en la escuela o en casa después de hacer yoga? ¿Es más atenta? Sí, es más atenta Es más atenta porque ¿Es ejemplo? Sí, yo vengo, le empiezo a explicar, por ejemplo, los números Que eso es lo que a ella como que le da un poquito más duro los números No me prestaba atención por estar pendiente Ya no Ok Ahora se concentra Se concentra La regulación ahí de lo que está haciendo ¿Crees que, eh perdón, otra vez ¿Crees que tu hijo se siente más seguro de sí misma Después de participar en los talleres? Sí Sí, ¿por qué? Porque ella era muy tímida ¿Sí me entiendes? O sea, ella podía saber la respuesta de algo Y ella no lo decía como que tenía como miedo, ¿sí me entiendes? De pronto a equivocarse o de que no fuera así ¿Y ahora? Ahora, sí, lo dice O sea, yo le pregunto algo y ella responde Responde Ok ¿De qué manera ha cambiado las relaciones entre tu hija Con sus amigos o hermanos o familiares después de practicar yoga? Bueno, con su hermano Porque ella muy poco O sea, quería que como que el hermano se la acercara, la abrazara Ya no, ya expresa más O sea, ya ella misma de pronto a veces lo busca Le dice hermano te quiero O a mí, mamá te amo Sí Ya Excelente Qué buena ¿Le recomendarías este taller a otros papás? ¿Por qué? Sí, se los recomendaría por el cambio que ha tenido mi hija Porque ayuda a que los niños identifiquen sus propias emociones y la de los demás Bueno ¿Qué parte del taller crees que ha sido más útil para tu hija? Bueno Bueno, señor Ha ayudado más que todo en las emociones y la expresión corporal Eso ¿Tienes alguna idea para mejorar el taller o hacerlo más divertido? Bueno La verdad es que para mí estuvo bien O sea, no tengo que ni colocar ni que está mal o ni no Para mí es excelente Qué bueno Muchas gracias por tu tiempo María, pues gracias

Hola, buenos días, ¿cómo estás? Bien. ¿Me regalas tu nombre? Mónica Isabel Gaviria Mendoza. Ok, doña Mónica.

Bueno, esta entrevista es con el fin de evaluar y reflexionar sobre el cambio observado en los niños en términos de competencias socioemocionales después de realizar nosotros los talleres de yoga. Entonces, te voy a hacer unas preguntas y tú me vas a contestar con sinceridad. Si de pronto hay alguna pregunta que no entiendas, me dices y yo busco la manera de que me puedas responder.

Listo. Bueno, ¿a tu hijo le gusta el taller de yoga? Sí. Sí.

¿Por qué? ¿Por qué sí? ¿Qué te ha dicho o qué? Él te ha hablado que ha hecho talleres de yoga acá, ¿cierto? Bueno, entonces, pero no me respondas con la cabeza. Dime sí, que estamos grabando. Listo.

Entonces, ¿qué te ha dicho? ¿Qué le gusta? ¿Por qué sí le gusta o no le gusta? ¿Por qué no le gusta? Cuéntame. Entonces, Mónica, cuéntame. ¿Le gusta a tu hijo ir al taller de yoga? Sí, señor.

¿Por qué? Porque me dice que él ahí ha aprendido, aprende cosas que quizás yo no le pongo en la casa a hacer. ¿Le gusta eso? Me dice mami y dice... Sigue. ¿Mami qué? ¿Le dice mami qué? Entonces, Mónica, cuéntame.

Sí le gusta, señor, porque él ha aprendido cosas con usted y conoce muchas cosas sobre de... De yoga. De yoga. Muy bien.

Bueno, ¿qué cambios en el manejo de las emociones de tu hijo has notado al momento de participar en los talleres? O sea, con esos talleres, con esos talleres, ¿qué cambios ha tenido en el manejo de sus emociones? Que se nota que está muy atento, señor. Sobre eso, y... O sea, que yo lo he vivido con un cambio mejor. Sí.

Tiene ciertas partes, ciertas cosas que él sabe, tiene ciertas cosas que no sabe. Tiene cosas que sabe y cosas que no sabe. Y la parte emocional, cuando hablamos de las emociones, hablamos de esa capacidad que ellos tienen para de pronto decir estoy triste, estoy contento, me siento enojado, tengo rabia.

En esa parte, ¿qué cambios le has notado? Señor, cuando usted le coloca una tarea a él, me dice, mami, la señora me colocó la cara triste. Yo le digo, mami, por culpa tuya. Yo le digo, papi, no, por culpa mía, no.

Sino que a veces cuando usted le coloca una tarea y yo en ese momento no estoy ahí, bueno, yo le pido el favor al niño. André, ayúdame al niño, señor. Entonces, en ese momento no estoy con él, en ese momento.

Entonces, el niño le hace cualquiera cosa y se va con ellos. Cuando llega acá, me dice, mami, por culpa tuya, la señora me colocó la carita triste. Tengo una cara triste, mami.

No le gusta. Ok, muy bien. Bueno, ¿has notado que tu hijo se siente más tranquilo o feliz los días que hacen yoga? Feliz, señor.

Feliz. Contento, sí. Ok.

Y, o sea, ¿cómo notas tú esa felicidad? ¿Cómo noto esa felicidad? O sea, que él llega del colegio a la casa, saca el cuaderno del bolso, lo abre y me dice, mami, miro lo que hice con la señora. Mami, tengo una cara feliz. O sea, cuando usted le hace la carita en el cuaderno de las tareas que usted le pone aquí.

Entonces, él se pone contento porque tiene una carita feliz. Ok. Bueno, ¿te ha contado tu hijo algo que le guste del taller de yoga? Sí, sí.

¿Qué te cuenta? Este, él le gusta cuando usted le coloca. ¿Qué te cuenta el niño sobre yoga? Este, ¿qué le gusta, señor? Los ejercicios, las cosas que hace acá en el colegio. Y me comienza a decir la yoga que hace acá.

Las poses. Las poses que usted le coloca hacer acá. Bueno, él me las hace en la casa.

No todas, pero sí, me dice cuál. Ok, listo. ¿Crees que el yoga ha ayudado a tu hijo en el control de su enojo o tristeza cuando se siente mal? ¿Será que esas posturas, porque ese es el nombre, las posturas que ellos hacen, ¿tú lo has visto que de pronto se calma allá en la casa cuando tiene rabia, cuando se siente frustrado con esas poses? ¿Lo has visto hacer esas poses allá cuando tiene rabia? No.

No lo has visto, ok. Bueno, entonces, ¿has visto que tu hijo presenta más atención en la escuela o en la casa después de hacer yoga? Acá, señor. ¿Cómo? Acá.

Acá. Acá en el colegio. Listo.

¿Crees que tu hijo se siente más seguro de sí mismo después de participar en los talleres? O sea, cuando... ¿Debe haber un día que llega más emocionado, más contento o todos los días llega lo mismo o cuentan? No. Llega más triste cuando usted le coloca una actividad acá, llegan a casa, por ejemplo, que perdió acá, cuando llega allá, triste, yo le pregunto, ¿qué te pasó? ¿Por qué vienes guapo? Porque por culpa tuya yo perdí. La tarea.

La tarea. Yo le digo, papi, no, pero aquí estamos para aprender. Tú paso, paso, tú vas aprendiendo.

Eso no lo vas a aprender de una vez, papi, que hoy, mañana, no. Todo tiene su tiempo. Yo le digo así.

Así es. Bueno, ¿de qué manera ha cambiado las relaciones entre tus hijos con los amigos, con los hermanos? Si ha cambiado esas relaciones, ¿cómo lo ves tú? ¿Cómo lo ves tú? ¿Cuándo están juntos, si hablan mucho, si pelean mucho o qué? No sé, yo lo veo normal. Normal.

Sí. ¿Le recomiendas estos talleres a otros papás? Sí. ¿Por qué? Porque esto es importante, serio, esto es que los niños aprenden, aprenden muchas cosas.

Los que no ven en la casa aprenden en el colegio con ayuda de los maestros. ¿Qué parte de los talleres crees que ha sido más útil para tu hijo? ¿La postura o la respiración o de pronto esas relaciones con los demás? ¿Qué parte del taller consideras que es importante? ¿Es más útil? No sé. ¿No? No.

¿Cómo? No sé. No. Lo que pasa es que esos talleres tienen unas partes, que tienen la ambientación donde nosotros hacemos una conexión antes de, ya, y ya después desarrollamos la postura, desarrollamos actividades.

Entonces, ¿cuál de esas partes crees tú que es más importante para tu hijo? Que... Que lo más importante es relacionarse con los amigos, con los niños. Ok. ¿Tienes alguna idea para mejorar el taller o hacerlo más divertido? No.

Ok. Muchas gracias por tu tiempo. Te agradezco mucho.

Chao. Chao.

Hola Vanessa, ¿cómo estás? Bien, profe, ¿y usted, cómo ha pasado? Bien, gracias, adiós. Bueno, Vanessa, gracias por tu tiempo y por este espacio que nos está regalando. Hoy te vamos a hacer la entrevista final de nuestra investigación.

Entonces, te voy a hacer unas preguntas y tú me vas a responder. ¿Listo? Bueno. ¿Le gusta a tu hijo ir al taller de yoga? Sí, ya me ha contado el taller.

Sí, ¿y por qué sí le gusta? Porque ella dice que se siente contenta y le gusta con los profesores. Ok, listo. ¿Qué cambios en el manejo de las emociones has notado en la niña? ¿Emociones? Ningún cambio.

No has notado ningún cambio, bueno. ¿Has notado que tu hijo se siente más tranquilo o feliz después de hacer yoga? Ella sí se siente feliz. ¿Feliz? Sí.

¿Y cómo sabes tú que se siente feliz? Porque ella dice, mami, hice yoga con la prueba y me quitaron las medias, los zapatos y me hacen las mostraciones. Ah, ok, listo. ¿Te ha contado tu hijo algo que le guste del taller de yoga? Pues ella sí me cuenta que le gusta cómo hacen las yogas bien.

¿Y qué te cuenta, qué te cuenta? Sobre esos talleres, ¿qué te cuenta? Me dice que hace ejercicio. Y ella misma hace los ejercicios y me muestra las mostraciones. Mami, dice esto y esto.

¿Y se sabe los nombres? ¿No te dice los nombres de las posturas? No son ejercicios, son posturas. Ella me hace así. Mami, yoga es eso.

O sea, todas las mostraciones las hace ella. Ah, ok, listo. ¿Crees que el yoga ha ayudado a tu hijo a controlar su enojo o tristeza cuando se siente mal? Yo creo que sí, sí.

Sí, ¿y por qué? Porque ella me ha contado, mami, tal día hice yoga con la profe Mari. Ajá. Y a mí me siento feliz, me dice ella misma.

¿Has visto que tu hijo presenta más atención en la escuela o en la casa después de hacer yoga? Yo creo que aquí también. Aquí, en las dos. Bueno.

¿Crees que tu hijo se siente más seguro de sí mismo después de participar en los talleres de yoga? Ay, no sé decir no, sí. O sea, seguro de sí mismo es que es capaz de hacer sus cosas solo, de sentirse con, digamos así, con poder. Yo voy a hacer esto y lo hago.

Yo voy a decir esto y lo digo. ¿Ya? Sí, sí, yo siento que ya se ha soltado más. ¿Se ha soltado más? Sí, habla más ya.

Ok, correcto. Listo. ¿Crees que tu hijo se siente... Bueno.

¿De qué manera ha cambiado las relaciones entre tu hijo con sus amigos o hermanos después de practicar yoga? Descríbelo. O sea, yo siento que ya se desarrolló más porque ya se... Con los más amigos se ha hablado más y hace ya ejercicios, cosas así. ¿Habla más con los amigos? ¿Qué más? Sí, se... Siento que ya juega más porque ya no era como... Era muy tímida.

Ajá. Y ya siento que ya está más desarrollándose. Bien, perfecto.

¿Le recomendarías este taller a otros papás? Sí, por mi parte sí, señora. ¿Por qué? Porque yo siento que eso ayuda a los niños y también a los niños aprenden y los enseñan a buscar bien. Ok.

¿Qué parte del taller crees que ha sido más útil para tu hijo? El yoga, sí. El yoga. Sí.

¿Las posturas o qué parte? O sea, las posturas como ella me las enseña. Ajá. O sea, todo lo que ella hace aquí, ella me lo dice en la casa.

Ok. ¿Tienes alguna idea para mejorar el taller o hacerlo más divertido? No. No, no se te ocurra.

Listo. Muchísimas gracias, Vanessa, por tu tiempo. Igual que a ti.

Dios te bendiga. Amén.

Dariamos

Hola Dariamos, ¿cómo estás? Bien, gracias a Dios, Señor. Bien, gracias a Dios. Bueno, Dariamos, gracias primero que todo por tu tiempo, por tu participación y colaboración.

Entonces, ahorita te voy a hacer unas preguntas que son la entrevista final de nuestro proyecto de investigación. Entonces, iniciamos. ¿Le gusta a tu hijo ir al taller de yoga? Sí, le gusta.

¿Por qué sabes tú que le gusta? Porque cuando llega a la casa, viene, se pone igual a lo que hace acá. ¿Qué cambios en el manejo de las emociones has notado en tu hijo por participar en los talleres de desarrollo emocional? ¿Qué cambios en el manejo de las emociones has notado en el niño? Nada, Señor. ¿Nada? ¿Has notado que tu hijo se siente más tranquilo o feliz después de hacer yoga? Más tranquilo, feliz.

¿Te ha contado tu hijo algo que le guste del taller de yoga? No, no me ha contado nada. ¿No te ha contado nada? Sí. ¿Crees que el yoga ha ayudado a tu hijo a controlar su enojo o tristeza cuando se siente mal? Sí.

¿Cómo sabes tú que sí? Porque cuando llega allá, con la hermanita, llega así y me pone así. Así, vale así. Ah, él hace de profesor.

Sí. Bueno, ¿y has visto que tu hijo presenta más atención en la escuela o en la casa después de hacer yoga? En la escuela. ¿Presta más atención en la escuela? ¿Y por qué sabes tú? ¿En la casa cómo es? Cuéntanos.

En la casa. Él, cuando llega, quiere hacer las tareas de una vez. Espérate, yo me desocupo para atenderte a ti, pero él se va para la calle.

Se va para la calle. De ahí cuando él venga lo cojo, le enseño esto, le practico y todo. O sea que acá presta más atención.

Listo. ¿Crees que tu hijo se siente más seguro de sí mismo después de participar en los talleres de yoga? Sí. ¿Y cómo ves tú eso? Seguro de sí es cuando él es capaz de decir, pues decir algo.

Yo voy a hacer esto y lo hace. Quiero esto. ¿Qué más? Esas cositas así.

Tú ves, tú lo has visto. Sí. Ok.

¿Que se siente más seguro? Sí, se siente. Listo. ¿De qué manera ha cambiado las relaciones entre tu hijo con sus amigos, hermanos, después de practicar yoga? Pasa jugando.

¿Jugando? Jugando con ellos allá. ¿Y cómo es esa relación con los hermanos, con los amigos? Bien, se ponen a hacer cositas, se ponen a jugar solitos por allá ellos. ¿Pero ahora después de los talleres de yoga se ha, o sea, ha mejorado más la relación o menos? Más.

Ok. ¿Le recomendarías este taller a otros papás? Sí. ¿Por qué? Porque así se ayuda como a interactuar con los otros compañeros, a sentirse más cómodos con los otros compañeros.

Muy bien. ¿Y qué parte del taller crees que ha sido más útil para tu hijo? Él empieza a dejar. Él se acuesta, empieza una tablita, ya, ya, esto así, esto así.

Ok. ¿Pero en sí, en sí, una, la parte más útil? ¿Cuál es la que él hace allá? Empieza como a saltar, no sé. Ajá.

A saltar y le dice allá y cagase también. Bueno. ¿Tienes alguna idea para mejorar el taller o hacerlo más divertido? ¿Cómo más divertido? Más divertido.

¿Te gustaría que fuera más divertido? Ok. Bueno, Daríamos, muchísimas gracias por tu tiempo y colaboración hoy. Dios te bendiga.

Chao. Chao.

Entrevistas Iniciales

Deris Solar

Agradecemos el tiempo que usted nos está dedicando aquí, ya usted sabe que estamos haciendo una maestría en infancia y estamos trabajando el desarrollo emocional de las niñas y niños de preescolar. Le voy a hacer una serie de preguntas que usted me va a contestar con toda sinceridad y lo que vivencia en realidad las niñas. Permiso y le coloco aquí.

Primero, ¿cómo es su nombre? Deris Solar.

¿Dely? Deris Solar. Deris Solar, bueno Deris.

¿Cómo maneja su hija las emociones de ira? Por llorar, ella le da por llorar.

¿Y la tristeza? Tristeza, nunca la he visto triste.

No la ha visto, ah bueno, ¿o frustración o que se siente incapaz de hacer algo?

Por llorar.

¿De qué manera su hija se calma cuando se siente rabiosa?

¿De qué manera? Hasta ella llora, hasta decir no más, hasta que ella misma...

Ok, ¿cómo ayuda usted a su hija a calmarse en estas situaciones de rabia?

Yo le digo que eso no se puede andar cogiendo rabia, que tiene que calmarse, que tiene que...

Ella, ella solita es capaz de calmarse?

NO.

¿Cómo suele reaccionar su hija ante situaciones difíciles? ¿Cómo reacciona ella?

Con impotencia, como que cuando no puede hacer algo, cuando...

¿Cree que su hija es capaz de identificar y comprender sus propias emociones?

Sí.

¿Por qué? ¿Por qué cree usted que sí es capaz de identificar y comprender sus propias emociones?

Porque... (no responde)

Bueno, vamos a la otra pregunta.

¿Considera que su hija es independiente y por qué?

No, a veces no, no es independiente.

¿Por qué?

Porque a veces... porque ella siempre pregunta, mamá mía ¿dónde está esto? pero nunca está como que ella misma encontrar sus cosas, tiene que llamarme, preguntar.

Bueno.

¿Qué hace usted para que su hija exprese sus emociones? ¿Qué hace usted para que ella demuestre lo que siente?

Yo a veces como cuando está triste o por qué llora o por qué esto. Y ella me cuenta que lo que tiene, entonces es ayudarla. Siempre así.

¿Ha observado alguna dificultad en su hija para expresar sus ideas?

Sí.

¿Cómo qué?

Que ella nunca... ¿No expresa por sí misma lo que piensa? No.

¿Cree que su hija es capaz de regular su propio comportamiento y seguir instrucciones?

Sí.

Sí. ¿Cómo lo ha observado? Porque a veces se porta mal. Le digo, mira, esto es así y así. Y ella obedece.

A través de la guía de usted.

¿Cree que su hija es capaz de reconocer las emociones de los demás?

Sí.

¿Por qué? A veces cuando estoy triste o de pronto me veo llorando, me pregunta.

¿Pero le dice por qué está triste o le pregunta qué tienes?

Más bien me pregunta si qué tengo.

O sea, entonces no reconoce esa emoción que usted tiene en el momento.

No.

¿Qué tan comprensiva es su hija con las personas que la rodean? ¿Comprende a los demás, los que están a su alrededor?

No, a ella no.

¿Se le dificulta? ¿Y por qué siente usted que se le dificulta?

Porque con el hermanito casi no se comprende, pelean mucho. ¿A través de la pelea? Ajá.

A ella no le importa si el otro llora, si el otro le pega, no siente.

¿Cómo suele reaccionar su hija ante las emociones de los demás? ¿Cómo reacciona ella cuando la ve triste o cuando la ve enojada?

Pregunta por qué.

¿A través de preguntas? Ajá.

¿Y qué hace ella cuando ustedes le responden? A ella a veces me soba, me caricia. Reacciona así.

¿Ha notado alguna dificultad en su hija para comprender los sentimientos de otros? No, nunca, ni tampoco.

¿No ha notado ninguna dificultad?

¿Cree que su hija es capaz de identificar y comprender normas sociales y emocionales para la convivencia?

Si.

¿Por qué? Por ejemplo, las normas que hay en la familia, ella las entiende, que hay normas.

¿Ha participado su hija en alguna actividad o programa que promueva el desarrollo de las emociones? Bueno, ella estuvo de cero a siempre, que hay mucho ahí, le enseña mucho a ella sobre las emociones.

Comparta una experiencia o anécdota que nos muestre el desarrollo emocional de su hijo.

O sea, que nos muestre, sea que haya vivido una rabia, tristeza, miedo o alegría. Últimamente una experiencia, una anécdota. Donde haya cogido una rabieta o donde haya estado feliz, que algo le haya sucedido y eso la haya puesto feliz.
¿Cómo vivencia ella esa emoción?

De pronto, así como que a uno le celebra un cumpleaños y ella es feliz.

¿Cómo se muestra ella? Sonriente porque le están festejando su cumpleaños o porque están todos reunidos en familia.

¿Qué sugerencia o comentario nos daría para seguir trabajando el desarrollo emocional de los niños en preescolar? ¿Qué comentario nos hace de lo que estamos haciendo con ellos? ¿Sobre el trabajo de las emociones?

Yo creo que súper bien porque ella llega es emocionada a su casa, por todo lo que le están enseñando en el colegio, por todo lo que aprende.

Ok, bueno. Muchas gracias por su tiempo y las respuestas.

Liliana Vertel

¿Cuál es su nombre? Liliana Patricia.

Liliana Patricia, bueno.

¿Cómo maneja su hija las emociones de ira?

Ella comienza a patear y no sé. ¿Y de tristeza? De tristeza también cuando se pelea con el hermanito, cuando el hermanito le quita algo.

¿De qué manera su hija se calma cuando se siente rabiosa?

Ella misma. Ella misma tiene que ser...

¿Qué hace ella para calmarse ella misma? A veces porque la del papá y eso.

¿Cómo ayuda usted a su hija a calmarse en situaciones de rabia?

¿Y ahí usted cómo interviene para ayudarla?

Yo le digo, hija, venga acá, mijita. Mira, no, eso no es así. Venga acá, venga. Vamos a hablar y ella ya se queda quieta. Sí.

¿Cómo suele reaccionar su hija ante situaciones desafiantes o frustrantes? Cuando algo está difícil.

¿Cómo reacciona ella?

Pues ella, yo... Bueno. Ella a veces, cuando digo yo que... Cuando le quitan algo. No sé.

¿Cómo reacciona ella cuando algo está difícil? Llora, se ríe. Se pone enojada. Se esconde, tiene miedo?

No, ella miedo no, llora.

¿Cree que su hija es capaz de identificar y comprender sus propias emociones?

Yo creo que sí.

¿Por qué?

Porque digo yo que ella de pronto... No sé, ahí tuvo que explicarlo.

Identifica y comprende lo que siente ella misma?

Aja. Exactamente.

¿Cómo cree usted que su hijo, su hija, toma decisiones?

Digo yo que... ¿Ella toma decisiones? Sí, porque quiere una cosa. Y uno dice a veces, no, en estos momentos, y ella espera.

¿Considera que su hija es independiente?

Sí.

¿Por qué?

Porque a ella no le gusta que le anden molestando sus cosas. Que ella está atenta a sus cosas y eso.

¿Emocionalmente ella es independiente?

Exactamente.

¿Por qué?

Porque yo digo que como que ella algo que tiene y eso es de ella. Y no quiere que los otros la molesten.

¿Qué hace usted para que su hija exprese sus emociones? ¿Qué hace usted para que ella exprese lo que siente? Yo la escucho, la escucho.

¿Ha observado alguna dificultad en su hija para expresar lo que piensa?

Sí, porque yo... ¿Para dar sus opiniones? Sí, porque yo a veces digo, esa niña a veces tiene como más cosas que sus otros hermanos. Si, sale con unas cosas. Digo yo que a veces cosas de niña digo, yo le comento así al papá. Y él dice que es verdad.

¿Cree usted que su hija es capaz de regular su comportamiento?

Sí. ¿Por qué?

Porque ella, yo digo que ella de pronto... Digo yo que ella sus rabietas, sus cosas. Ella tiene que mejorar más.

Y ella misma se controla?

Sí.

¿Cree que su hija es capaz de reconocer las emociones de los demás?

No, porque... Porque yo a veces... A veces me ve y dice ella, mami, ¿qué tienes? Y ella se queda así viendo.

¿Qué tan comprensivo es su hija con las personas que la rodean? Ella comprende a los demás?

Si.

¿Qué tanto?

Con los compañeritos, habla y así.

¿Cómo suele reaccionar su hija ante las emociones de los demás? ¿Cómo reacciona ella?

Ella, digo yo que la molesten y ella reacciona a veces que le peguen. Yo le digo que no, que eso es malo. Porque ella no puede dar esas violencias.

Y cuando observa en la casa al papá o a la mamá, a los hermanitos enojados o tristes, ¿cómo reacciona ella?

Ella pregunta y se pone por allá.

¿Ha notado alguna dificultad en su hija para comprender los sentimientos de los otros? ¿Tiene dificultades para comprender los sentimientos de los otros?

No, porque es una niña.

¿Cree que su hija es capaz de identificar y comprender las normas y seguir instrucciones?

¿Comprende las normas sociales de convivencia? ¿El comportamiento?

¿Comprende todo eso?

Yo digo que sí porque uno la va enseñando. Uno le va diciendo, mírame, pórtese bien en el colegio. Y así.

¿Ha participado su hija en alguna actividad o programa que promueva el desarrollo de las emociones?

No.

Comparta una experiencia o anécdota donde ella haya vivenciado alguna emoción?

No.

¿Alguna situación en la casa que haya vivido donde le haya dado rabia o haya sido de alegría?

Comparte una experiencia.

Ella a veces allá coge una rabieta.

¿Por qué coge rabia?

Yo le digo a ella, mijita, eso no es así, se tira del suelo y eso para calmarla. Eso es un lío. Y a veces dice el pae, déjala. Y a veces se calma.

¿Qué sugerencia o comentario nos daría para seguir trabajando en el desarrollo emocional de los niños en preescolar?

Yo digo que aquí, bien. Así como va la seño

Bueno, muchas gracias. Bueno, que esté bien.

Maira Sanchez

Bueno, mi nombre es Luz María Gámez y usted?

Mayra Milena Sánchez, mamá de Jesús David Garces.

Bueno, entonces le vamos a hacer unas preguntas en relación al desarrollo de las competencias socioemocionales en los niños de preescolar que nosotros vamos a realizar. Listo,

¿Cómo maneja su hijo las emociones de ira, tristeza o frustración?

Llorando.

Y cómo las maneja? Cuando está triste, se pone así (cara triste). ¿Qué te pasa hijo? Estoy triste. Se le salen las lágrimas. Cuando está emocionado, son risotadas que hasta de la alegría se le salen las lágrimas.

Y cuando tiene rabia, cómo maneja esa emoción? Tira las cosas, ya yo sé que está demasiado enojado.

Ok. De qué manera su hijo se calma cuando se siente rabioso, alterado? De qué manera logra calmarse? El mismo.

Pues yo siempre trato de hablar con él y le explico las cosas. Que me diga qué le pasa y yo le digo, le explico. Esto es así. Ya él trata de calmarse. O si no lo dejo solo, que lllore y hasta que él descansa, vuelve otra vez a la normalidad.

Ah, ok. Dura mucho tiempo así con rabia? No, unos cinco minutitos apenas. Ah, ok.

Cómo ayuda, ahora sí, cómo ayuda usted a su hijo a calmarse en esas situaciones de rabia?

Dialogando con él.

Qué más hace usted? Yo cargo, lo beso, le digo, Papi, qué te pasa? Cuéntame, tú puedes contar conmigo. Dime qué te pasa. Y me dice eso. Y a la tristeza, yo lo abrazo y le doy un beso y ya se le pasa.

Cómo suele reaccionar su hijo ante situaciones desafiantes o frustrantes? Cómo suele reaccionar? Cómo reacciona él ante situaciones desafiantes o frustrantes? Los retos que él se le coloca?

Pues qué le digo yo? Los retos al tratar como si, por lo menos un ejemplo.

Él ahorita sabe que si él no hace las tareas, el papá lo castiga. O sea, no tiene que coger el cáñamo porque usted tiene que hacer las cosas. O sea, eso es un reto que uno le pone para que él aprenda y se enfoque en lo de él, en lo que a nosotros nos interesa, que es el estudio.

Que él aprenda las cosas y después lo demás. No sé si estaría equivocada en la respuesta, pero no sé. Eso es lo que hace.

¿Cree que su hijo es capaz de identificar y comprender sus propias emociones?

Pues yo diría sí. **Por qué cree usted que sí las identifica?** Porque él sabe cuándo algo lo tiene triste.

Y cuando yo estoy triste, a mí me duele mi corazón.

Cuando yo estoy feliz, mi corazón, yo siento que brinca, me brinca de la felicidad. O sea, yo entiendo que él sí la debe identificar.

Cuáles emociones identifica él? Así que usted haya visto que él identifica.

O sea, cuando él está triste, cuando él me ve llorar a mí. Cuando está feliz. Cuando él quiere algo y uno se lo compra, entonces él se pone feliz.

Y qué otras emociones de de sorpresa, sorprendido, de felicidad? O sea, él se pone con cualquier detallito como le dé, él se pone feliz. Es muy agradecido.

¿Cómo cree usted que su hijo toma decisiones y asume responsabilidad de sus acciones?

Pues yo creo que él todavía no toma decisiones por él propio. O sea, todavía por él no.

Él actúa? Exactamente. **Sin pensar.** Exactamente como niño, sí señor.

Considera que su hijo es independiente?

En algunas cosas, o sea, uno le ha enseñado que tiene que ser como que dependiente, que se defiendan unas cosas, pero no del todo. O sea, porque uno al niño no lo tiene que tener establemente ahí. Ahí uno tiene que aprender a defenderte en esto, porque uno no sabe si yo mañana o pasado yo voy a estar.

Entonces ya tú vas ahí aprendiendo de las cosas.

¿Qué hace usted para que su hijo exprese sus emociones?

Bueno, ya repito que, o sea, hablándole, uno consigue que él exprese lo que él siente.

Usted le habla y él le expresa. Mientras, qué otras acciones hace? Que cómo lo ve usted? De acuerdo a esa emoción que le está viendo, qué más cree usted que hace? O que le ha observado?

O sea, él como es, él es un niño que es calmado... O sea, él expresa lo que siente. Ya uno le habla, le explica y él se va a jugar y a brincar y todo.

Ha observado alguna dificultad en su hijo para expresar sus opiniones o defender sus ideas?

No.

Cree que su hijo es capaz de regular su propio comportamiento y seguir instrucciones?

Como es niño, los niños siempre son hiperactivos. Pero uno siempre le dice, en tal parte usted se tiene que portar bien. Porque esa es como la profesora lo dice a uno, la educación viene de casa. Y como el niño se porta en la casa, así se va a portar en todas partes.

Cree que su hijo es capaz de reconocer las emociones de los otros, de los demás? Por qué?

O sea, él sí me ha dicho a mí, mire, siempre dicen cuando los niños están tristes.

¿Por qué será? Y yo le digo, papi, debe ser que algo le pasa, pero yo no te puedo explicar a ti por qué ese niño está triste. Pero si estaba triste, seguramente que el papá no tenía plata para darle. Y me dice eso.

Él sale con esas cosas y él me dice así.

¿Qué tan comprensivo es su hijo con las personas que lo rodean?

Pues yo, creo que lo que lo rodea es Javi, el papá y yo. Yo creo que él sí nos comprende la situación, por lo menos que le digo yo. La situación de que nosotros, o sea, en el hogar, lo que pasa con él, él a veces me entiende, o sea, en cosas así.

¿Cómo suele reaccionar su hijo ante las emociones de los demás?

O sea, él se emociona como que le voy a...

¿Cómo reacciona él? Ante lo que vea, si lo ve triste, si lo ve feliz, si lo ve sorprendido, si lo ve asustado, si lo ve enojado. ¿Cómo reacciona él?
O sea, cuando él está triste, aja se pone con la carita triste, cuando él está feliz, él se pone feliz.

¿Y cuando él ve a los otros con esas emociones? Él también se emociona, él se emociona, también se pone feliz. ¿Siente la misma emoción que él? Exactamente.
¿Y si ve al otro triste, también se pone feliz? Se pone así como le da como sentimiento.

¿Ha notado alguna dificultad en su hijo para comprender los sentimientos de los otros?
No, porque él me comprende a mí cuando yo lloro, él también se pone a llorar.

Exacto, y en relación a la respuesta anterior me está diciendo que él comprende a los otros en sus emociones.
Aja

¿Cree que su hijo es capaz de identificar y comprender las normas sociales y emocionales?
Creo que todas no.

¿Por qué?
Porque yo digo que las normas se van como por pasos, porque uno le enseña lo básico al principio, las normas y eso, pero todas no, porque son tantas, no creo que todita las va a acertar, no sé.

¿Ha participado su hijo en alguna actividad o programa que promueva el desarrollo de las emociones?
Cuando estaba en el programa del bienestar.

¿De qué manera trabajaban las emociones?
Los ponían a jugar, los ponían a dibujar, a pintar, todo eso, a plasmar las manitos en la cartulina y todo eso, porque son las emociones.

¿Comparte una experiencia o anécdota que nos muestra el desarrollo emocional de su hijo? ¿Alguna anécdota, sí, donde haya tenido rabia o haya tenido felicidad, tristeza, enojo, sorpresa?

La felicidad es montar a caballo y estar con el ganado, eso sí es felicidad, a mí sí me da rabia.
¿Qué hace cuando está en ese caballo? Amarrar hasta los terneros, eso le encanta a él, mejor dicho, en estos días fuimos al corral a encerrar con el papá y el papá le dijo, amarra el ternero porque tenía gusano y lo ha amarrado y eso es una felicidad, mejor dicho, él lo grabó, y lo amarró por toda la mitad del ternero, y vino y corrió y lo amarró en la vareta y lo azotó y gritaba, estás amarrado, viste, por un hombre, él es feliz.

¿Qué sugerencia o comentario nos daría para seguir trabajando el desarrollo emocional en los niños de preescolar?

Que sugerencias? Yo creo que lo que han hecho con ellos ha sido excelente, aunque ahí hay un niño que no se relaciona con los demás, ¿cierto? Entonces se hace necesario trabajar más con ese peladito que se integre más con los compañeros, porque ese niño no hace ni la fila acá.

Bueno, le agradezco su tiempo.
María Sotelo inicial

Buenos días, ¿cómo estás? Bien, señó. Gracias a Dios.

Bueno, regálame tu nombre.
María Luz Sotelo Sotelo.

Bueno, María, te voy a hacer unas preguntas de las cuales tú me vas a responder con sinceridad según lo que yo te pregunte, ¿listo? Bueno, entonces vamos a iniciar. María,
¿cómo manejan tus hijos las emociones de ira, tristeza o de frustración?
Contento, señó.

¿Contento? Porque ajá, cuando ellos llegan del colegio yo les digo, niño, ¿cómo estás? ¿Cómo hiciste el colegio? Bien, seño. Bien, mami, porque ¿qué hiciste? Unas tareas con la seño.

Entonces, ¿cómo lo expresan, cómo te lo dicen? Dicen, mamita, yo hice estas tareas con la seño, y la seño me explicó esto y esto, y él me dice, bien

Bueno, María, la otra pregunta dice, **¿de qué manera tu hijo se calma cuando se siente molesto, rabioso o alterado? ¿Cómo es la forma que él tiene para calmarse?**

Porque yo a veces así, el cuándo coge rabia, yo le digo, niño, ¿qué haces? Porque a veces es así, como yo lo pongo a hacer las tareas, niño, esta tarea es así, tienes que estar cuidando las tareas, el colegio, la seño, y él me dice, sí, mami, así es, y él se calma así, porque a veces yo digo, yo lo, así, a veces lo regaño, yo digo, no, si no haces las tareas, no te doy las monedas, haz las tareas.

O sea, tú lo, él se calma cuando tú le hablas?

Sí. Yo le hablo.

¿Cómo ayudas tú a tu hijo a calmarse cuando tiene rabia?

No, yo no le pego. **Ajá, entonces, ¿cómo lo ayudas tú?**

Yo le digo, vente para acá, niño, estás con tu grosería, porque a veces sale con una grosería. Yo así, que pegarle no, yo no le pego, yo sí lo regaño así, pero yo no le pego.

Entonces, ¿cómo es esa ayuda que tú le das?

Porque yo le digo, no, niño, no salgas con mucha grosería, porque eso es malo.

Listo. **¿Cómo reacciona tu niño cuando tiene situaciones que lo desafían o que lo frustran? O sea, que él siente que no lo puede hacer. Entonces, ¿cómo reacciona él ante eso?**

El dice, mami, yo no sé hacer eso

¿Y qué se pone a hacer o qué haces? Yo le digo, eso es así, tú lo haces, yo se lo digo, pero se lo pongo en una hoja, porque yo no se lo hago.

Porque yo a veces entiendo eso, pero yo las letras que usted le pone, yo digo, esta tarea es así, niño, así, así que tú vas a hacer eso. **O sea, tú le explicas.** Yo le explico, ajá.

Y así también, pues lo coge, lo coge para esto, así, niño, así. Bueno, ya él entiende. Ya él entiende.

Pero y tú, por decir algo que tú no sepas, ¿cómo actuaría él? O sea, ¿cómo lo ves tú que cuando no sabes una cosa, qué hace él o cómo reacciona? Dice, mami, ajá, mami, yo no sé hacer eso, pero ayuda.

Ajá, pero es ese, tú lo ves como que se desespera, se pone a llorar. Ajá, se pone a llorar.

Mami, yo no sé hacer eso, ya se pone a llorar, yo digo, niño, eso, así se hace, así se hace, así se hace, y yo lo pongo a hacer así.

Y María, **¿tú crees que tu hijo es capaz de identificar y comprender sus propias emociones? O sea, ¿tú crees que él entiende cuando él tiene rabia, tiene tristeza, las identifica? ¿Tú crees que sí o que no y por qué?**

Ay, sí. No sé. No, así no. O sera, porque cuando se pone como guapo, digo yo que está como guapo, está rabioso, está guapo, digo yo así. Como a veces se pone guapo y uno le va a decir cosas, sale con sus groserías.

O sea, que tú sientes que él no es capaz de identificar eso? Yo digo, yo digo que sí, sí.

¿Y por qué? Porque a veces uno le dice las cosas y él sabe que uno le dice las cosas y él escucha. Yo digo que sí porque a veces uno dice esto, esto y el sabe.

¿Cómo crees tú que tu hijo toma decisiones y asume responsabilidades de su acción?

Yo digo que contento porque cuando se viene para el colegio, ¿no?. Cuando quiere venir para el colegio, quiere venir todos los días al colegio.

Ok. Y a veces cuando hace cosas malas. ¿Será que tú sientes que él es capaz de decidir y de asumir las cosas malas? ¿Tú crees que él tiene consecuencias de esas decisiones malas?

No.

¿Tu hijo es independiente?

No, no sé. No.

¿Por qué? ¿Por qué dices que no es independiente? Porque todavía está con la mamá y el papá. Y tú le haces las cosas?

Ajá, yo le hago las cosas.

¿Qué haces tú para que tu hijo exprese sus emociones? Que vaya al colegio y aprenda y vaya adelante.

Bueno, ¿has observado alguna dificultad en tu hijo para expresar sus opiniones y defender sus ideas? No.

¿Crees que tu hijo es capaz de regular su propio comportamiento y seguir instrucciones? No.

¿No o sí?

Sí. ¿Sí y por qué? Porque, ajá, porque a veces le gusta el colegio. Le gusta venir al colegio. Dice, mami, hoy voy para el colegio. Dice el sábado, mami, voy para el colegio. No, hoy es sábado. Hoy no, hoy no vamos para el colegio.

¿Y tú piensas que él es capaz de seguir instrucciones? O sea, lo que uno le mande.

Sí, sí, él las hace.

¿Crees que tu hijo es capaz de reconocer las emociones de los demás? O sea, cuando los demás están tristes, cuando tú te sientes de pronto cansada, afligida, que tiene ganas de llorar. ¿Será que él es capaz de reconocer esas emociones de los demás?

Yo creo que sí.

¿Sí? ¿Por qué? Porque a veces me dice, oh, mami, tú sí pasas guapa. Ah. Él me dice así, oh, mami, tú pasas guapa.

¿y tú qué le respondes a eso?

Yo le digo, yo no estoy guapa. Sin embargo, él dice, mami, tú pasas guapa. Me dice él a mí, tú pasas guapa, tú pasas ahí guapa.

¿Tu hijo es comprensivo con las demás personas que lo rodean?

No se. No, él de salir con grosería a otras personas, no.

Cuando yo te hablo de que si el niño es comprensivo, es porque él de pronto, un ejemplo, un amiguito no tiene colores. Ah. Entonces, él viene y comparte esos colores porque entendió que el niño no tiene colores y los necesita.

Ah, sí, sí, así, sí. Él lo hacía así con la pelaita esta del canto. Iba allá y le decía, préstame los colores y él iba allá y se los buscaba y se los prestaban.

Entonces, sí podemos, ¿qué puedes decir tú de que sí es comprensivo con las personas que lo rodean?

Yo digo que sí. Que sí. Ajá.

¿Cómo suelen reaccionar sus hijos ante las emociones de los demás? ¿Cómo reacciona el niño cuando ve a alguien riéndose, cuando alguien lo ve triste, cuando alguien lo ve asombrado? ¿Cómo reacciona el niño?

Contento, que ve los otros amiguitos. Digo yo que contento. Que ve los otros amiguitos y ve los otros tristes o el otro se pone guapo con él. Yo digo que sí. **O sea, que comparte las emociones de los demás.**

Cuando pasa alguien así como guapo. Dicen, tú vas a ser guapo con él. Le dicen.

¿Crees que tu hijo es capaz de identificar y comprender las normas sociales y emocionales? ¿Por qué? Normas sociales y normas emocionales. ¿Será que el AIDER es capaz de comprender esas normas? Bueno, vamos a hacerte de otra forma, para que me entiendas.

Resulta que tú sabes que en la sociedad hay normas, ¿cierto? Que de pronto no pelear, que hay que comportarnos bien, que no hay que tirar los papeles a la basura. Todas esas son normas sociales, ¿ya? Y emocionales cuando de pronto respetamos el sentimiento que viene el otro. Que de pronto hay un velorio y tú sabes que cuando hay un velorio todos debemos estar, pues, o sea, bajar todo el tono de la voz, ¿ya? Entonces, ¿será que tú crees que el niño es capaz de identificar y comprender esas normas sociales?

Sí, sí.

¿Por qué? Porque a veces uno va a un velorio, ¿no? Se queda callado la boca, ¿verdad? Y se queda callado la boca. Bueno. Porque la basura va en un cajón, ahí echen la basura.

¿El niño ha participado en alguna actividad o programa que promueve el desarrollo de las emociones? No.

Comparte una experiencia o anécdota que nos demuestre el desarrollo emocional del niño. Comparte una experiencia o una anécdota que nos diga sobre cómo tú ves el desarrollo emocional de tu hijo. Que de pronto cuando coge pataleta, o cuéntanos una anécdota así que un día hable con una rabia, o que de pronto está muy, muy feliz, o que de pronto un día estuvo muy, muy triste por tal cosa. Cuéntanos algo así.

No. Él así, no. Desde que nosotros estábamos así, en los programas y eso, él era contento, feliz. Porque se decía, vámonos para el colegio. Porque él decía, vámonos para el colegio. Vámonos, vámonos. Hoy hay que ir al colegio. Vámonos para el colegio. Y él iba feliz. Así que con rabia, no.

¿Qué sugerencia o comentario nos das para seguir trabajando el desarrollo emocional en los niños de preescolar? ¿Qué nos sugieres a nosotros como profe, seguir trabajando el desarrollo emocional en los niños?

Que algo que le den emoción a los peladitos, que les pongan las tareas y todo así.

Listo María, muchas gracias hoy. Bueno, gracias señora. Dios te bendiga.

Vanesa Casarrubia

¿Cómo maneja su hija las emociones de ira, tristeza o frustración?

Bueno, de ira, profe, cuando uno la regaña, ella se pone muy triste y se pone a llorar porque uno la regaña. Bueno, así es ella.

¿Y la tristeza, cómo la maneja?

Bueno, a veces la veo triste, así, llora, ¿y tú qué tienes? No, porque como a ella le hace falta que el hermanito se va, entonces ella dice que a ella le hace mucha falta al niño y a mí también.

¿De qué manera su hija se calma cuando se siente rabioso?

Porque yo digo, ven acá, ven acá, ¿qué te pasa, mi hijita? Bueno, ya la acaricio y ya.

Así, la calma, usted la ayuda. Si ella solita no se calma, tiene que usted intervenir. Aja.

¿Cómo ayuda usted a su hija a calmarse en esas situaciones de rabia? Ahora usted, ya usted me lo respondió ahí. ¿Ella sola no lo hace? No.

¿Cómo suele reaccionar su hija ante situaciones desafiantes o frustrantes o cuando le toca algo difícil? ¿Cómo reacciona ella?

Por ejemplo, cuando yo hago una tarea que dice, oh, mami, la profesora me pone recorte y pega, recorte y pega, y yo digo, vamos a hacerla juntas trabajo entonces, pues, entonces le ayudo a que ella recorte y también pega.

Exacto, y ella se siente, o sea, esa situación frustrante que ella no lo puede hacer, ¿cómo reacciona ella ante eso? Ella me hace un gesto. Sí, y hay que hacerlo.

¿Cree que su hija es capaz de identificar y comprender sus propias emociones?
Ahi sí, no sé decirle yo.

¿Usted cree que ella sabe identificar cuando está triste, cuando está alegre, cuando está feliz, cuando tiene enojo?

Ella cuando está contenta se pone a cantar y a gritar y a bailar. Yo siento que está feliz.

¿Cómo cree usted que su hija toma decisiones y asume con responsabilidad sus acciones? ¿Cómo cree usted que toma esas decisiones ella? ¿Cómo toma las decisiones? Lo que ella va a hacer, sea en el juego, sea en hacer las tareas, ella decide cómo hace.

Bueno. Bueno, yo cuando se pone a, yo digo que ella, cuando se pone a recoger a veces, se pone a jugar así con agua, con hojitas y me pide sal, manteca así para ya jugar.

¿Considera que su hija es independiente? Solita sí señor?. Yo creo que ella no.

¿Por qué?
Porque está muy pequeña, digo yo.

¿Qué hace usted para que su hijo exprese sus emociones, su hija?
Pues yo a veces le digo cosas bonitas y ella a veces me responde, cosas buenas.

¿Ha observado alguna dificultad en su hija para expresar sus opiniones o defender sus ideas?
Creo que sí señor.

¿Tiene dificultades para expresar sus ideas? ¿O lo que piensa?
Porque a veces ella no dice cosas así que uno a veces ni le entiende. Tengo que ir repitiendo, ni a qué es lo que es y tengo que adivinar a veces las cosas.

¿Cree que su hijo es capaz, su hija es capaz de regular su propio comportamiento? Ella, ¿será que es capaz de regular su comportamiento?
Yo creo que sí señor.

¿Cree que su hija es capaz de reconocer las emociones de los demás?
Bueno, a veces me dice, oh mami, ¿tú por qué estás triste? Yo no niña, no por nada. A veces me dice, tú estás contenta.

¿Qué tan comprensiva es su hija con las personas que la rodean?
Se siente feliz, señor. Bien. Los comprende?
Sí.

Y tolera que usted esté triste, que esté enojada? Eso es porque está guapa, si me dice así.

¿Cómo suele reaccionar su hija ante las emociones de los demás? Si ella la ve a usted triste, ¿cómo reacciona ella?
También se pone triste, sí.

Si la ve contenta reacciona igual a como están los adultos?

Sí.

¿Ha notado alguna dificultad en su hija para comprender los sentimientos de los demás? ¿Tiene dificultad para comprender a los demás esos sentimientos que expresan los demás?

No sé, porque a veces, una vez ella dice, oh mami, tengo esto y esto. Cosas así, no sé.

¿Cree que su hija es capaz de identificar y comprender las normas, o sea, reglas sociales de convivencia y emocionales, sigue normas?

Si usted en la casa dice, esta es la hora de dormir, esta es la hora de comer, a esta hora vas a estudiar, ella respeta y sigue esas normas?

Sí, seño, que ella ahora llega y se lava las manos, se almuerza y hace su tarea. Bueno, nos acostamos a las siete de la noche.

¿Ha participado su hija en alguna actividad o programa que promueva el desarrollo de las emociones?

Bueno, aquí en el colegio apenas, seño, sí.

Comparta una experiencia o anécdota que nos muestre el desarrollo emocional de su hija. Cuente una experiencia de ella donde haya tenido felicidad o rabia, tristeza, alguna situación que haya vivido.

Pues ella es feliz cuando, bueno, en estos días vino el hermano, se llama Sebastián, eso es felicidad para ella, señor. Es el que ella extraña. Sí, se siente muy feliz con él.

¿Y qué comportamiento muestra ella?

Bien, seño, contenta, lo abraza, lo besa y quiere estar con él siempre. Lo piensa mucho, dice ella.

¿Qué sugerencia o comentario nos daría para seguir trabajando el desarrollo emocional de los niños en preescolar? ¿Qué le parece a usted lo que estamos haciendo para trabajar las emociones de los niños? Que ellos sepan identificar sus emociones.

¿Y qué comentario o qué recomendación nos daría a nosotros?

A mí me parece bien, seño, lo que están haciendo los niños en preescolar.

Daríamos Ramírez

Como le estaba comentando, ya escuchó, nosotros somos estudiantes de la maestría en infancia y le voy a hacer una serie de preguntas.

¿Cómo es su nombre?

Darianis Sofia Ramírez Naranjo.

Y es la mamá de?

Luis Adrián.

Luis Adrián. Bueno, esto es en cuanto a las emociones que vivencian los niños.

¿Cómo maneja su hijo las emociones de ira, tristeza o frustración?

El me las demuestra cuando está triste, cuando está guapo.

¿Y cómo las maneja él?

El las maneja paciente.

¿De qué manera su hijo se calma cuando se siente rabioso?

Que yo lo coja, lo acarice.

Él solito de qué manera se calma. O tiene que usted intervenir.
A veces sí, a veces no. A veces se le pasa el mismimito, la rabia, se sienta.

¿Y qué comportamientos muestran cuando tiene rabia? ¿Qué hace?
Me dice cuando está enojado, cuando está guapo y eso.

¿Y se queda ahí al lado suyo o busca un lado?
El se va. Se aparta un ratico y al rato viene.

¿Demora enojado con rabia?
Sí, sí.

¿Cómo ayuda usted a su hijo a calmarse en esas situaciones?
Voy y le pregunto de qué tiene, qué le pasa, porque cojio rabia. A veces cuando pelea con los primos se pone así.

¿Cómo suele reaccionar su hijo ante situaciones desafiantes o frustrantes? Cuando tiene alguna cosa difícil que hacer, ¿cómo reacciona él?
Se pone a llorar. Pero yo le digo ten paciencia en las cosas.

¿Cree que su hijo es capaz de identificar y comprender sus propias emociones?
Yo digo que sí, ¿sí? ¿Por qué? ¿Por qué como lo explicaría yo? Porque el me las dice.

¿Cómo cree usted que su hijo toma decisiones y asume con responsabilidad sus acciones?
Si el me las pregunta, sí le puedo dar permiso, si puedo hacer esto, creo que sí.

¿Considera que su hijo es independiente?
No. ¿Por qué? Porque se divierte mucho, pasa con los demás y eso.

¿Y al hacer las cosas, él necesita ayuda?
Yo estoy pendiente de que las haga, de vestirse, de comer, es independiente en ese sentido.

Y para convivir con nosotros?
Bien, bien él habla, él corre, el brinca, de todo, pero acá es calladito.

¿Qué hace usted para que su hijo exprese sus emociones? ¿Qué hace usted? ¿Cómo interactúa con él para que le exprese todo lo que siente, no solo la felicidad, sino todas las emociones que vivenciamos los seres humanos?
Yo le pregunto. A través de preguntas. Sí, yo le pregunto esto de otro, me dice que está bien.

Y le responde? Sí, yo le respondo.

¿Ha observado alguna dificultad en su hijo para expresar sus opiniones o ideas? Es pregunta de todo, sí. Yo le pregunto o sea que en la casa sí habla bastante.

¿Cree que su hijo es capaz de regular su propio comportamiento y seguir instrucciones?
Sí.

¿Y por qué? ¿Por qué cree usted que es capaz? Porque yo cuando le digo ves a hacer esto, el va y viene, yo lo mando a la tienda y el hace caso y me trae las cosas.

¿Cree que su hijo es capaz de reconocer las emociones de los demás?
Sí, porque a la vez él me pregunta que tengo, que no tengo, le pregunta a su papá.

¿Qué tan comprensivo es su hijo con las personas que lo rodean? Bien señó
Si comprende lo que viven nosotros los adultos?
Sí.

¿Cómo suele reaccionar su hijo ante las emociones de los demás?

Bien, bien, como le diría yo. Cuando... él pasa caminando acá donde la abuela porque es más con la abuela. Sí, él pasa con la abuela, viene y me pregunta esto, otro hice esto, allá. Pero a veces la hace coger rabia.

Y cuando él observa al papá o a usted que está enojado, ¿cómo reacciona él ahí? Se queda quieto.

Cuando ven que están felices?, se pone contento, brincando.

¿Ha anotado alguna dificultad en su hijo para comprender los sentimientos de los otros? ¿Tiene dificultad para comprender lo que sienten los otros? No, no.

¿Cree que su hijo es capaz de identificar y comprender las normas sociales y emocionales? Las normas sí. Cuando le digo que esto es así, sí. Cuando le digo que no, no.

¿Has participado su hijo en algún actividad o programa que promueve al desarrollo de las emociones? Aquí en el colegio, no, creo que no.

No, y en otra parte?

No han participado.

¿Comparta una experiencia o anécdota donde nos muestre el desarrollo emocional de su hijo? Una anécdota, donde haya vivenciado tristeza, alegría, rabia, enojo, miedo.

Cuando coge rabia, se pone a llorar y para callarlo, jumm.

Cuéntenos una experiencia, una anécdota que haya tenido últimamente.

Cuando está contento, está contento. Se la pasa jugando con los pelaos, y así, eso hace un desastre en la casa.

¿Y cuéntenos algo así que haya tenido una patalita, que haya tenido últimamente, a ver, una rabieta?

Con la seño aquí. Se le perdieron las monedas y eso se tiró en el suelo, y eso... Ay, qué pena.

¿Y demora para calmarse después de esa rabieta?

Sí.

¿Y qué hace se tira?

Se tira al suelo.

¿Y qué más? Más nada. ¿LLora? Sí.

Bueno, ¿qué sugerencia o comentario nos daría para seguir trabajando el desarrollo emocional en los niños de preescolar?

Creo, qué bien. Si, yo no tengo problemas con eso.

Bueno, pues, muchas gracias por su tiempo.

Anexo 1. Entrevista Docente

La entrevista se desarrollará en dos momentos, el primer momento consiste en una entrevista inicial; donde se abordarán los conocimientos que se tienen del desarrollo de competencias socioemocionales y el yoga. Y un segundo momento será una entrevista final, donde se recopile información sobre la efectividad de la estrategia basada en yoga.

Se inicia presentándonos e informando que somos estudiantes de la maestría en infancias de la universidad santo Tomás, que esta entrevista es un insumo para nuestra investigación. el cual lleva por título Yoga: Estrategia para el desarrollo de competencias socioemocionales en niños de preescolar de la I.E.R Antonio Nariño en San Pedro de Urabá, Antioquia.

Entrevista Inicial Docente

Objetivo: El propósito de la entrevista inicial es explorar y comprender las percepciones, expectativas, y experiencias previas relacionadas con el desarrollo socioemocional de los niños en el contexto escolar y familiar.

Tiempo: 30 minutos

Lugar: Institución Educativa Rural Antonio Nariño.

Preguntas

COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONALES	
¿Cómo es el comportamiento de los niños dentro y fuera del aula de clases?	Es normal y acorde a su edad Son muy activos y participativos y muy eufóricos
¿Qué espacios brinda usted para que los niños y niñas conversen y cuente sus experiencias?	espacio específico no, pero durante el desarrollo de las actividades algunos cuentan experiencias y cuando quieren que yo sepa algo de sus vidas.
¿Cómo observa y describe la empatía en los niños?	Empatía como tal no se ve, ellos suelen ser egoístas y muy egocéntricos.
¿Cómo estimula a los niños durante las clases para que se sientan importantes?	cuando los saco al frente a conversar sobre sus experiencias, canto los cumpleaños cuando cumple, exaltando sus buenas acciones.
¿De qué manera solucionan las diferencias o conflictos los niños?	La verdad se golpean, se pellizcan, se empujan, lloran.
¿Cómo describe la capacidad de los niños para regular sus emociones en el aula de clases?	el control de los niños es muy bajo pienso que por su edad no dimensionan la responsabilidad de sus actos. y no son conciente de los mismos.
¿Para usted que es una	para mí una competencia socioemocional

competencia socioemocional y cuál es su importancia en el aprendizaje de los niños y las niñas?	es esa capacidad que tienen las persona en saber, reconocer o identificar las emociones que sienten, es importante en el dño de los niños por que aporta a la socialización y formación integral.
De las competencias socioemocionales que se mencionan a continuación: (Conciencia, regulación y autonomía) ¿cuál o cuáles considera usted que se deben fortalecer en su grado escolar? ¿Por qué?	Siento que las 3 se deben trabajar en este grupo por que como dije anteriormente ellos son muy egocentricos, no son empaticos y deben aprender a solucionar sus dificultades o situaciones problemicas con los demas.
¿Cómo define usted el estado de las competencias socioemocionales en el grado preescolar?	Las defino como parte fundamental del proceso integral y de educación que debe tener los niños desde los primeros años de vida.
ESTRATEGIA PEDAGÓGICA	
¿Cómo promueve la conciencia, la regulación y la autonomía emocional de los niños y niñas dentro del aula de clase?	Siento que lo hago de forma muy indirecta, siempre corrigiendolos, hablándoles y haciéndoles ver sus faltas para poder corregir y motivando el buen trato, el respeto y la tolerancia.
¿Qué actividades pedagógicas o recursos utiliza para promover el desarrollo de la conciencia, la regulación y la autonomía emocional en los niños y niñas?	Juegos, videos, trabajo en equipo. compartir, juego de roles.
¿Cuáles son esos saberes que considera importantes para que los niños y las niñas fortalezcan su desarrollo de competencias socioemocionales?	Siento que trabajar valores, normas de convivencia, juego de roles y trabajar la parte social. (haciéndoles conocer que forman parte de una comunidad y que son importantes.
¿Qué estrategias pedagógicas considera usted que fortalecen el desarrollo de competencias socioemocionales de los niños y niñas de su grado? ¿porqué?	Pienso que el juego de roles fortalece mucho el trabajo socioemocional, el semáforo del comportamiento y el reconocimiento de las emociones que existen.
¿De qué manera vincula a los padres de familia en las actividades escolares?	En las escuelas de padres, en la realización de actividades institucionales y grupales.
YOGA	
¿Qué actividades corporales realiza para que los estudiantes aprendan a manejar sus emociones?	Los coloca a realizar canitas, en el espejo los colocó para que se reconozcan y realicen movimientos de su cuerpo.
¿Qué sabe sobre la práctica del yoga?	que sirve para la relajación y concentración.
¿Alguna vez ha utilizado el yoga en las actividades que realiza con los	

niños y las niñas? ¿Cómo?

la verdad no.. solo hacemos ejercicios de inalar y exhalar.

¿Considera usted la pertinencia del yoga, para el desarrollo de competencias socioemocional en los niños y niñas? ¿porqué?

Pienso que sí por que les ayudaría a controlarse y concentrarse.

<p>El yoga es una disciplina que ayuda a controlar las emociones y a concentrarse. Esto es muy importante para los niños y niñas, ya que les ayuda a manejar sus sentimientos y a ser más conscientes de sus acciones.</p>	<p>La práctica de yoga ayuda a controlar las emociones y a concentrarse. Esto es muy importante para los niños y niñas, ya que les ayuda a manejar sus sentimientos y a ser más conscientes de sus acciones.</p>
<p>El yoga es una disciplina que ayuda a controlar las emociones y a concentrarse. Esto es muy importante para los niños y niñas, ya que les ayuda a manejar sus sentimientos y a ser más conscientes de sus acciones.</p>	<p>La práctica de yoga ayuda a controlar las emociones y a concentrarse. Esto es muy importante para los niños y niñas, ya que les ayuda a manejar sus sentimientos y a ser más conscientes de sus acciones.</p>
<p>El yoga es una disciplina que ayuda a controlar las emociones y a concentrarse. Esto es muy importante para los niños y niñas, ya que les ayuda a manejar sus sentimientos y a ser más conscientes de sus acciones.</p>	<p>La práctica de yoga ayuda a controlar las emociones y a concentrarse. Esto es muy importante para los niños y niñas, ya que les ayuda a manejar sus sentimientos y a ser más conscientes de sus acciones.</p>
<p>El yoga es una disciplina que ayuda a controlar las emociones y a concentrarse. Esto es muy importante para los niños y niñas, ya que les ayuda a manejar sus sentimientos y a ser más conscientes de sus acciones.</p>	<p>La práctica de yoga ayuda a controlar las emociones y a concentrarse. Esto es muy importante para los niños y niñas, ya que les ayuda a manejar sus sentimientos y a ser más conscientes de sus acciones.</p>
<p>El yoga es una disciplina que ayuda a controlar las emociones y a concentrarse. Esto es muy importante para los niños y niñas, ya que les ayuda a manejar sus sentimientos y a ser más conscientes de sus acciones.</p>	<p>La práctica de yoga ayuda a controlar las emociones y a concentrarse. Esto es muy importante para los niños y niñas, ya que les ayuda a manejar sus sentimientos y a ser más conscientes de sus acciones.</p>
<p>El yoga es una disciplina que ayuda a controlar las emociones y a concentrarse. Esto es muy importante para los niños y niñas, ya que les ayuda a manejar sus sentimientos y a ser más conscientes de sus acciones.</p>	<p>La práctica de yoga ayuda a controlar las emociones y a concentrarse. Esto es muy importante para los niños y niñas, ya que les ayuda a manejar sus sentimientos y a ser más conscientes de sus acciones.</p>

Entrevista Final Docente

Objetivo de la entrevista: Evaluar y reflexionar sobre los cambios observados en los niños en términos de competencias socioemocionales después de la implementación del programa de yoga. Además, se pretende recopilar información sobre la experiencia general con el programa de yoga, identificando beneficios percibidos, áreas de mejora y recomendaciones para futuras implementaciones o ajustes.

Tiempo: 30 minutos

Lugar: Institución Educativa Rural Antonio Nariño.

Preguntas

¿Cómo se sintió durante el desarrollo de los talleres y actividades realizadas?	Muy emocionada aprendiendo de esta nueva estrategia y viendo como los niños disfrutaban de los talleres. muy interesante.
¿Cómo describes la respuesta emocional de los niños durante y después de las secciones de yoga en comparación con antes de participar en los talleres?	Se ha visto un cambio en mis niños y más en esos que eran muy agresivos y eufóricos.
¿Mencione o cuente que cambios o mejoras han reflejado los niños durante el proceso en término del desarrollo de sus emociones después de los talleres de yoga?	los cambios que he visto en mis niños son los siguientes: espontaneidad, bondadosos, empáticos, humanistas, más cariñosos y son capaces de pedir disculpa cuando cometen una falta.
¿Cómo crees que el yoga ha mejorado la capacidad de la conciencia, la regulación y la autonomía en los niños?	Pienso que en sus actos cotidianos, las manitas me han venido a preguntar que si que hacemos acá que los niños en algunos casos, ya no pelean, les dicen si estan enojados que respiren o cuenten hasta el 3, 5 o hasta donde puedan.
¿Cómo crees que estos talleres de yoga impactan en el clima escolar y en las relaciones entre los niños?	Impactaron positivamente mejorando las relaciones humanas, el valor de la amistad, respeto, tolerancia. Esa capacidad de comprender sus faltas y pedir disculpas, Además de la empatía.
¿Aconsejarías a otros docentes para que incorporen el yoga en las actividades escolares para mejorar el desarrollo	Claro que si y pienso que si en otros grados o en la primaria implementaranos esta estrategia no hubiera tanto conflicto y mejoraria las relaciones familiares.

socioemocional? ¿Por qué?	
¿Qué aspectos del desarrollo socioemocional crees que se han fortalecido más a través de la práctica del yoga en este grado?	Empatía, autoconocimiento, regulación de sus emociones y el conocerlas, solucionar dificultades.
¿Has observado cambios en el comportamiento general de los niños en el aula y en el patio de recreo, después de participar en los talleres de yoga?	Claro que sí, ya hay menos quejas, más unión e integración y comparten alimentos con los que no llevan para descanso, se disculpan cuando pelean entre sí o cuando ocurre un suceso que fue sin culpa.
¿Te gustaría seguir implementando los talleres de yoga y por qué?	Si me gustaría que me enseñaran más y así seguir fortaleciendo esta formación del ser que es muy importante.