



Anexo 1.

Universidad Santo Tomás Bogotá

Maestría en infancias

Proyecto de grado: La Gestión emocional en la infancia: Un proceso clave para las relaciones sociales asertivas

Ficha de observación

Se realizará una observación participante y se registrará información relevante sobre las relaciones sociales y la gestión emocional en el aula.

Nombre de la Institución:							
Grado:							
Fecha:							
Hora de Inicio:							
Hora de finalización:							
Observadores:							
Situación observada:							
<i>1 Sección 1: Rúbrica de Observación</i>							
Criterios	1- Bajo		2- Medio		3- Alto		Observaciones
Relaciones sociales	Interacciones escasas o conflictivas frecuentes		Interacciones mixtas, algunas colaborativas		Relaciones mayormente positivas y cooperativas		
Presencia de conflictos en el aula	Conflictos frecuentes y no resueltos		Conflictos ocasionales, parcialmente resueltos		Conflictos poco frecuentes y bien gestionados		



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

Reacción ante conflictos	Escasa contención emocional, reacciones intensas		Reacciones variables, con algo de control emocional		Reacciones autorreguladas y contención emocional visible		
Manifestación de emociones	Emociones poco expresadas o no identificadas		Algunas emociones expresadas e identificadas		Emociones claramente expresadas y reconocidas por los estudiantes		
Intervención de la docente	No interviene o su intervención no es efectiva		Interviene ocasionalmente con impacto limitado		Interviene oportunamente y favorece la gestión emocional y social		

Sección 2: Discusión teórica

(Relación con marcos teóricos de la gestión emocional y convivencia escolar)

2 Sección 3: Reflexiones del observador

(Breve análisis personal de lo observado: aspectos destacados, dificultades, aprendizajes)

3 Sección 4: Conclusiones

(Síntesis del comportamiento emocional y social observado, recomendaciones si aplica)

Firma del observador: _____



Anexo 2

Guion del grupo de discusión familias



Institución Educativa:

Grado:

Fecha:

Muestra sujeta de estudio: 15 familias del grado preescolar

1. Introducción: para dar inicio se recibirán las familias con un caluroso saludo, explicando lo que se llevara a cabo en el espacio y se informara que serán grabados y se tomaran fotografías como evidencias.

Se realizará una actividad motivadora y rompe hielo, que se llamara “circulo para conectar”, el cual consistirá en organizar los padres en circulo cada uno lanza una pelota, quien la reciba debe compartir su nombre, el de su hijo y la emoción que los represente, esta ultima la deben expresar con su rostro.

De esta manera, la moderadora hará una breve contextualización de la investigación y de la importancia de la gestión emocional en los niños y niñas dentro y fuera de casa, para ello se proyectará un video educativo:

https://www.youtube.com/watch?v=zzefNASw9GI&ab_channel=Crianza360

2.Mesa redonda: se realizará una mesa redonda donde se irán planteando preguntas generadoras de debate y reflexión.



Preguntas:



Identificación emocional:

1. ¿Cuáles emociones pueden identificar fácilmente en sus hijos e hijas?
2. ¿Hablan sobre lo que sienten sus hijos e hijas en casa? ¿cómo lo hacen?
3. En casa, ¿Cuáles son las emociones que experimentan con mayor frecuencia sus hijos e hijas? Y ¿por qué?
4. ¿Cómo maneja sus propias emociones al estar frente a su hijo o hija?

Acompañamiento

5. Desde su rol como padre, madre o cuidador ¿Cómo actúan cuando sus hijos e hijas están tristes, enojados o frustrados? ¿los regaña, los escucha o ignora?
6. ¿Enseñan a sus hijos a entender y respetar las emociones de los demás?
7. ¿Consideran que saben gestionar sus emociones y sirven de ejemplo a seguir en este aspecto para sus hijos e hijas?

Estrategias, normas y límites

8. ¿Qué estrategias usan cuando ven a sus hijos e hijas molestos o tristes?
9. ¿Cómo familia establece normas y límites para cuando sus hijos o hijas reaccionan de forma negativa ante una situación frustrante (gritos, rabietas, golpes, etc.) ¿Cuáles?

3.Conclusiones: finalmente se organizarán 4 grupos de 8 personas, para que de esta manera construyan una conclusión sobre el tema y la socialicen con los demás.

4.Técnica de análisis: los datos recolectados serán codificados con la herramienta de Software Atlas.ti, ya que esta permite cualificar la información que se adquiere con ayuda de



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
CALLE PRINCIPAL BOGOTÁ

varias fuentes, tales como textos, imágenes, audio o video. Además, facilita la organización de la información con etiquetas y categorías que ayudan a tener una interpretación significativa de la investigación.

Anexo 3.

Guion del grupo de discusión niños y niñas

Institución Educativa: Institución Educativa J. Mejía de Sabaneta, Antioquia

Grado: preescolar C

Fecha:

Muestra sujeta de estudio: estudiantes de grado preescolar C

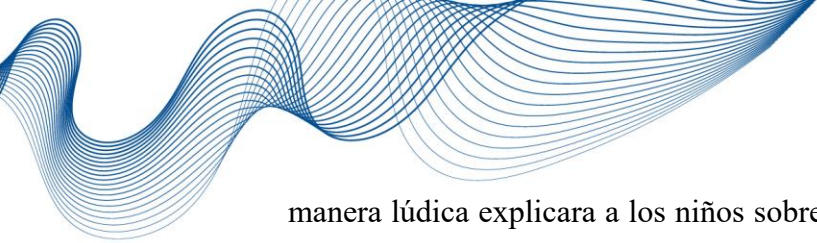
Confidencialidad y ética: la moderadora explicara a los niños que, aunque ya se conozcan todos, este será un espacio de confianza para que compartan sus ideas, y emociones sin miedo a ser juzgados o atacados ya que sus nombres no los tendrán porque conocer y que sus familias están enteradas de su participación en la actividad.

Así mismo, la moderadora les mostrará el celular que los permitirá grabar ya que tiene un micrófono. Se les dirá que este los acompañará en el aula, para que sus voces se escuchen más fuerte y de manera clara.

- 1. Inducción:** para dar inicio la moderadora recibe a los niños y niñas con gran entusiasmo, les explicara la actividad que se realizara y se organizaran sentados en posición de buda, para realizar una actividad rompe hielo, la cual consiste en hacer la lectura del cuento el monstruo de emociones:

<https://www.educacionbc.edu.mx/materialdeapoyo/public/site/pdf/educacionbasica/preescolar/libromonstruodecolores.pdf>.

Luego, la moderadora con ayuda de las paletas de las emociones, una vez se muestra cada emoción se ira preguntando ¿Que está expresando esta carita?, y por consiguiente de



manera lúdica explicara a los niños sobre las emociones y la importancia de su adecuada gestión.

Conversatorio: la moderadora organizará los niños y niñas en media luna y ella estará en el centro, ira haciendo preguntas generadoras que permiten conversar con ellos.

2. Rubrica preguntas

	Si	No
1. ¿Saben que son las emociones?		
2. ¿Qué sucesos te producen tristeza? ¿Qué sientes cuando te pones triste?	Sucesos de tristeza E1 E2 E3 E4 E5 E6 E7 E8 E9 E10 E11 E12 E13	¿Qué sienten? E1 E2 E3 E4 E5 E6 E7 E8 E9 E10 E11 E12 E13
3. ¿Qué sucesos te producen felicidad? ¿Qué sientes cuando te pones feliz?	Sucesos de Felicidad E1 E2 E3 E4 E5 E6 E7 E8 E9	¿Qué sienten? E1 E2 E3 E4 E5 E6 E7 E8 E9



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

	E10				
	E11				
	E12				
	E13				
4. ¿Qué sientes cuando te pones enojado? ¿Qué sucesos te producen enojo?		Sucesos de enojo	¿Qué sienten?		
	E1				
	E2				
	E3				
	E4				
	E5				
	E6				
	E7				
	E8				
	E9				
	E10				
	E11				
	E12				
	E13				
E14					
5. ¿En tu casa te sientes feliz, triste o enojado? ¿por qué?		Feliz	Triste	Enojado	Razones
	E1				
	E2				
	E3				



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

	E4			
	E5			
	E6			
	E7			
	E8			
	E9			
	E10			
	E11			
	E12			
	E13			
6. ¿Cuándo te sientes feliz, triste o enojado le cuentas a mamá o papá?		Si	No	¿A quién?
	E1			
	E2			
	E3			
	E4			
	E5			
	E6			
	E7			



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

	E8			
	E9			
	E10			
	E11			
	E12			

7. ¿Cómo actúas para calmarte cuando estas enojado?	Respirar		Llorar	Te alejas
	E1			
	E2			
	E3			
	E4			
	E5			
	E6			
	E7			
	E8			
	E9			
	E10			



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

	E11			
	E12			
	E13			

8. ¿Qué te molesta o incomoda cuando juegas con tus compañeritos?	Compartir tus juguetes		Que te ignoren o no te tengan en cuenta	Que te griten o golpeen
	E1			
	E2			
	E3			
	E4			
	E5			
	E6			
	E7			
	E8			
	E9			

3.Conclusiones: finalmente, la moderadora les pedirá que representen con su cuerpo cada emoción: felicidad, tristeza, enojo, miedo y deberán relacionar cada emoción con un color.

A modo de cierre, la docente les recordara lo que se aprendió y compartió en el espacio rescatando que las emociones y su expresión asertiva es importante.



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

4.Técnica de análisis: los datos recolectados serán codificados con la herramienta de Software Atlas.ti, ya que esta permite cualificar la información que se adquiere con ayuda de varias fuentes, tales como textos, imágenes, audio o video. Además, facilita la organización de la información con etiquetas y categorías que ayudan a tener una interpretación significativa de la investigación.

Anexo 4.

Guion entrevista semiestructurada docente



Nombre de la docente: Elizabeth López Zapata

Fecha:

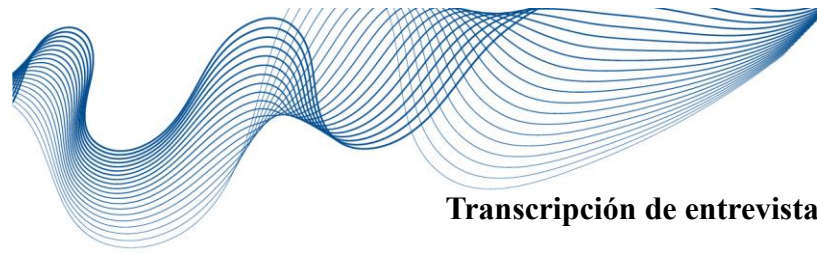
Nombre de la Institución Educativa: Institución Educativa Rafael J. Mejía de Sabaneta, Antioquia

Tiempo de vinculación con la institución: 3 años

Medio de aplicación de la entrevista: virtual- plataforma meet

1. Desde su quehacer pedagógico ¿cómo enseña a los niños y niñas a reconocer e identificar sus emociones?
2. ¿Cuáles son las principales emociones que viven los niños y niñas en el aula? Y ¿Qué desencadenan estas emociones?
3. ¿Qué estrategias usa en el aula para fortalecer y promover la gestión emocional en los niños y niñas y las relaciones asertivas entre pares?
4. ¿Cómo actúa usted cuando un niño o niña tienen una crisis emocional?
5. ¿Qué factores cree que influyen en la gestión emocional de los niños y niñas, desde la dinámica familiar, institucional y social?
6. ¿Qué situaciones suelen generar malestar emocional en los niños y niñas durante la jornada escolar?
7. ¿Qué estrategias o dinámicas usa con las familias para fortalecer la gestión emocional de los niños y niñas?

Anexo 5.



Transcripción de entrevista semiestructurada docente

Fecha: 03/07/2025



Juliana Suarez: Buenas tardes profe Elizabeth, bienvenida. Muchas gracias por su tiempo y disposición para acompañarnos hoy en nuestra entrevista. Antes de que iniciemos con la entrevista, queremos tener su aprobación para poder grabarla.

Elizabeth López: Claro que sí. Listo.

Juliana Suarez: Entonces, bueno, vamos a iniciar con unas preguntitas. La primera queremos que nos cuente un poco desde su quehacer pedagógico, de cómo enseña a los niños y a las niñas a reconocer e identificar sus emociones en el aula.

Elizabeth López: Bueno, importante es que ellos sepan sentir la emoción y reconozcan, ya sea su rabia, su tristeza, el motivo, el por qué la sienten a través del diálogo. Eh, son ejercicios que hacemos constantemente en el aula.

Juliana Suarez: Gracias. Perfecto. Eh, cuéntenos también cuáles son las principales emociones que viven los niños y las niñas en el aula y qué desencadenan estas emociones.

Elizabeth López: Bueno, esas emociones son mucha rabia, tristeza, enojo. Eh, ¿por qué? Yo diría pues como en muchas ocasiones ellos llegan enojados desde la casa y eso hace que en el aula cambie un poco la dinámica porque el compañerito llegó muy enojado o llegó triste o a veces es que quieren obtener algo, dentro del salón pues por ejemplo en juegos didácticos que hacemos ejercicios de compartir y No, ellos lloran, se enojan, les da rabia porque no tienen como algo en el momento.

Juliana Suarez: Claro, son diversas situaciones que pasan en el aula.

Listo, profe. Bueno, cuéntenos también qué estrategias usa como docente para fortalecer y promover la gestión emocional en los niños y las niñas y en las relaciones que ellos tienen con sus pares, con sus compañeros.

Elizabeth López: Bueno, eh importante es que a veces hacemos un ejercicio de si ellos tienen mucha rabia con un compañero. Yo procuro en acercarme y decirme, "Mi amor, si usted está muy enojado, por favor, vamos a sentarnos, vamos a tomar agua, vamos a respirar, porque a veces cuando estamos enojados hacemos sentir mal al otro. Eh, cuando



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

estamos tristes no queremos que nadie se nos arribe, que queremos llorar, ¿cierto? Entonces yo también les digo, si está llorando, mi amor, tranquilo, está bien, comprende que estás llorando, pero ya después nos vas a explicar el porqué de esta emoción y si tienes que ofrecer disculpas, las ofreces, pero es cuando ya te sientas calmado, cuando ya hayas eh respirado, tomado agua para que podamos como manejar como esto emocional y no altere como la dinámica escolar, eh la convivencia del aula.

Juliana Suarez: Es decir, varias técnicas como de relajación.

Elizabeth López: Sí.

Juliana Suarez: Bueno, profe, yo le quiero preguntar, ¿cómo actúa usted cuando un niño o niña tiene una crisis emocional? ¿Qué hace para manejar eso?

Elizabeth López: Ay, muchachas, vean, esa pregunta a mí es como si volviese a sentir la emoción que sentí en el momento y se me hace como algo en el estómago porque hubo un día que nunca se me va a olvidar y este niño no obtuvo un juguete, es un juguete viajero, así yo le llamo, y se lo lleva un amiguito de día a día. van cambiando, pero ese día el amiguito no entendió como era la dinámica y entró en una crisis emocional que se le mezcló todo, rabia, tristeza, todo, todo se le juntó como ahí en ese momento y ese niño comenzó a gritar, comenzó a tirar mesas, sillas, bolsos y yo no sabía cómo hacer porque normalmente cuando ellos tienen mucho enojo, Pues ellos se sientan, ya saben, Pero este niño ya entró en crisis, entonces yo no me le podía acercar porque ya estaba lanzando cosas. Cuando él estaba así, todos los compañeritos empezaron a reírse, a señalarlo, comenzaron a gritar también. Ellos me miraban a mí qué reacción yo iba a tomar, Pero muchachas, tomé mucha agua, me llené valor y empecé a hablar en un tono de voz bajito, como para calmar a los otros que también estaban gritando, llorando, se sentían pues confundidos. Yo empecé como a cantar, ya se fueron animando, empezaron a cantar y el niño al ver que estábamos calmados todo y hablando pues bajo, ya el niño empezó a respirar pues con más calma. Ya me pude acercar a este compañerito, a darle agua. lo invité pues como a sentarse, a secarle pues como el sudor porque estaba sudando mucho y ya los compañeros preguntaban, ¿por qué? ¿Por qué hiciste eso? ¿Qué tenías? ¿Estabas loco?, empezaron como a señalarlo. Otros decían, "Ay, no juguemos con él. Él no sabe perder, él no sabe esperar." comentaban yo, mi amor, nos vamos a calmar todos y no vamos a hablar sobre esto. Vamos que ya el niño va a hablar

conmigo y va a hablar con la mamá. Ya hicimos un ejercicio el niño y la mamá para esta crisis emocional.



Sandra Navarro: Bien, profe. Ahora cuéntenos, ¿qué factores cree que influyen en la gestión emocional de los niños y de las niñas desde diferentes dinámicas, desde la dinámica familiar, institucional y social? Empecemos con la dinámica familiar.

Elizabeth López: bueno, ahí entra un tema es que los padres, algunos padres son permisivos y si el niño hace una rabieta, si el niño llora, patalea, pues porque quiere tener algo, entonces los papás le dan lo que está pidiendo. Pero hay otros que ya llegan al extremo y agreden verbalmente, justamente al niño por la emoción que está sintiendo el niño en el momento y los papás no comprenden. Pues entonces esto hace que la dinámica familiar pues como que también aporte a esa emoción, ya sea que se calme o sea que se altere porque si llegan algunos alterados al salón por algo que pasó antes de llegar al aula.

Sandra Navarro: Sí, sí. Bueno, y a nivel institucional, ¿cuáles son los factores que influyen en esa gestión emocional?

Elizabeth López: Bueno, en el colegio no hay como tales talleres emocionales para niños de preescolar. siempre lo hacen como para bachillerato, pero no para niños de preescolar. Es lo que yo haga pues prácticamente con ellos en el aula. En el en el salón pues hacemos técnicas, como ya les había comentado, técnicas de relajación, de volver a la calma, pero no tenemos como, así como un experto que nos acompañe o no, lo que yo haga.

Sandra Navarro: le toca solita manejar esas esas situaciones. Bueno, y a nivel social, ¿qué considera usted que influye en esa gestión emocional?

Elizabeth López: Pues bueno, ellos por ser tan tan chiquis, ellos imitan lo que perciben en niños más grandes, por ejemplo, del colegio. También dicen, ¿por qué se comportan los niños grandes así? Nosotros no. ay, si ellos lo hacen, entonces nosotros también lo podemos hacer. Entonces ellos como que empiezan a imitarlos a estos a estos niños. También he percibido que estos amiguitos de otros grados juzgan mucho a los niños de preescolar, pues como que por la emoción que están sintiendo se ríen. Entonces el niño se queda como confundido, como, pero por qué estos niños se están riendo, porque yo estoy enojado,



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

porque yo estoy llorando. o también como por el contexto por donde ellos viven, los barrios, el hecho de socializar con otros niños más grandecitos también hace que empiecen como a adquirir conductas, tratando de imitar como la emoción que están sintiendo estos niños más grandes, que el niño todavía no comprende, pero pues lo imita porque está siendo aceptado en un grupo mayor de su edad.

Sandra Navarro: Pues sí, sí. Bueno, ¿y qué situaciones suelen generar ese malestar emocional en los niños y en las niñas durante la jornada escolar?

Elizabeth López: aquí entra un tema, es que cuando están jugando, de un momento a otro resultan peleando y pasó una vez que estaban jugando a los soldados y cogieron unas ramitas de un árbol, y estaban jugando cuando un momento a otro ya resultaron peleando, pero agrediendo físicamente. Uno resultó llorando, el otro se empezó como a juzgar al otro, como que a rechazarlo. Tú no juegas por pegarle. y el otro resultó enojado, pues porque eh no entendió pues qué lo estaban rechazando, cuando estamos con juguetes didácticos también quieren obtener algo y no lo y lo quieren tener de inmediato, hacen lo posible por ir a quitárselo al otro compañero. empiezan las agresiones verbales, comienzan los llantos y eso pues como que sí perjudica un poquito como la dinámica en el aula.

Sandra Navarro: Claro, claro. Eso influye mucho. Bueno, profe, eh para terminar, ¿Qué estrategias o dinámicas usa con la familia para fortalecer la gestión emocional de los niños y de las niñas?

Elizabeth López: Bueno, aquí es tener muy en cuenta los padres de familia, porque he escuchado en varias ocasiones que los papás, los hombres les dicen a los niños, tú no lloras, tú eres un hombre. Los hombres no lloran y también a la hacia las niñas, algunas mamás dicen, "Es que tú eres una niña, ¿por qué estás jugando con ese niño tan brusco? Tienes que alejarte de él, Las niñas delicadas no juegan con niños bruscos. ay, tú eres chillona." las mamás diciéndole eso a las niñas o a veces en el núcleo de familia las tías, le dicen: "tú eres muy chillona", pones problema por todo.

Entonces yo al ver esta situación hago un cuento, los invito a que los papás hagan un cuento. Eso es una de la estrategia. Se lleva cada semana un niño va a construir un cuento con su papá, su mamá o bueno, con su núcleo familiar. El hecho es que sus familiares se



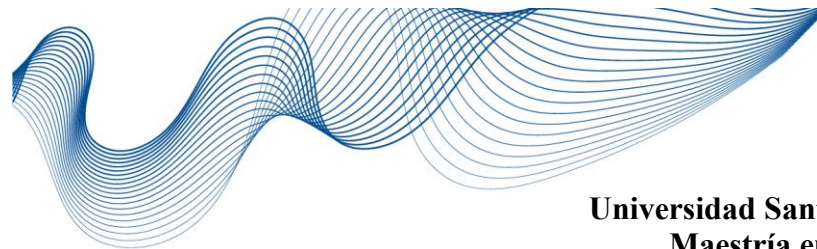
UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

den cuenta de cuál es la emoción o cuáles son las emociones que normalmente su niño tiene y que la pueden plasmar por medio de un cuento. Ya cuando llegamos al aula, leamos el cuento y los demás compañeros empiezan a decir, "Ay, mira el cuento que creó la mamá de fulanito, ¿cierto? Eh, y mira, en ese cuento estaba la emoción tal, tal. ¿Y por qué? Ay, vea, porque es que la mamá no le compró un capibara al niño. Entonces, el niño se puso a llorar. sí, ve profe uno llora porque no tiene algo. Entonces, ellos ya empiezan a analizar el por qué las emociones. Esta esta estrategia, invita mucho a los padres de familia a que ellos también se den cuentan y perciban lo importante que es la emoción.

Sandra Navarro: Bueno, profe, muy bien. Muchas gracias por su tiempo y en este momento pues vamos a suspender la grabación. Que tengan muy buena tarde.

Juliana Suarez: Feliz tarde, profe. Gracias.

Anexo 6.



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

Universidad Santo Tomás Bogotá
Maestría en infancias
Proyecto de grado: La Gestión emocional en la infancia: Un proceso clave para las
relaciones sociales asertivas
Ficha de observación 1

Se realizará una observación participante y se registrará información relevante sobre las relaciones sociales y la gestión emocional en el aula.

Nombre de la Institución: Ins. Ed. Rafael J. Mejía						
Grado: Preescolar C						
Fecha: Julio 14 2025						
Hora de Inicio: 12:45 pm						
Hora de finalización: 1:20 pm						
Observadores: Elizabeth López Zapata						
Situación observada: Clase de educación física.						
Sección 1: Rúbrica de Observación						
Criterios	1. Bajo		2. Medio		3. Alto	Observaciones
Relaciones sociales	Interacciones escasas o conflictivas frecuentes		Interacciones mixtas, algunas colaborativas		Relaciones mayormente positivas y cooperativas	X Los estudiantes participaron de la clase de educación física. En el momento de realizar los equipos de trabajo lo hicieron sin ningún inconveniente y tenían presente que al equipo contrario debían ganarle en velocidad. En equipo llegaron a



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

					acuerdos para visualizar competencias y lograr llegar de primero.
Presencia de conflictos en el aula	Conflictos frecuentes y no resueltos	Conflictos ocasionales, parcialmente resueltos	x	Conflictos poco frecuentes y bien gestionados	El docente de educación física invito a los estudiantes a realizar juegos libres y usar diferentes objetos como (Aros, balones, colchonetas) en este espacio los estudiantes se desplazaban por la cancha deportiva y escogían con quien jugar. Se presentaron conflictos en el uso y tiempo de los elementos, ya que algunos deseaban los aros, pero eran escasos para que cada estudiante tuviera uno, en este momento intervino el docente de educación física y logro calmar el inconveniente que se presentó.



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

Reacción ante conflictos	Escasa contención emocional, reacciones intensas	x	Reacciones variables, con algo de control emocional		Reacciones autorreguladas y contención emocional visible	Los hombres del salón querían tener un balón de futbol para cada uno, pero al no obtenerlo un estudiante llora descontroladamente y se acerca a un compañero para quitarle el balón a la fuerza, al no obtenerlo se sienta en el suelo y comienza a gritar y luego llora, el docente de educación física se le acerca, pero el estudiante le dice “quiero ese balón y él no me lo da” luego se aleja del docente y nuevamente grita y llora. El tiempo de la clase culmina y el niño comenzó a gritar fuerte “quiero quedarme y jugar futbol” pero el docente le dice que la clase termino, por lo que comenzó a correr por toda la cancha, el docente de educación física comenzó a correr
--------------------------	--	---	---	--	--	---



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

						detrás de él, pero en ese momento la docente de grupo de preescolar C dice: “los espero en el salón y el estudiante que se quede solo en la cancha se va a la oficina del coordinador” Posterior a ello, los demás compañeros apreciaron el comportamiento del niño y algunos decía: “Ese niño lo quiere tener todo” “Es muy grosero” “Es desobediente con el profe” “Ese niño está muy enojado pero la profe lo va a sancionar si se queda solo en la cancha”
Manifestación de emociones	Emociones poco expresadas o no identificadas		Algunas emociones expresadas e identificadas	x	Emociones claramente expresadas y reconocidas por los estudiantes	Al observar la clase de educación física se evidencio la tristeza y la ira.



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

Intervención de la docente	No interviene o su intervención no es efectiva	Interviene ocasionalmente con impacto limitado	Interviene oportunamente y favorece la gestión emocional y social	x	Como anteriormente se mencionó, el docente de educación física interviene y resolvió conflictos, pero el caso del estudiante que quería el balón el docente se detuvo al escuchar la indicación de la docente titular del grupo y el niño con ira se dirigió al salón, estando allí el docente de educación física y la docente del grupo hablan con el grupo en general, recordando el valor de compartir y se les recordó que cuando deseen algo procurar hablar con calma y llegar a un acuerdo, evitando los gritos porque estos alteran el comportamiento de los demás compañeros de grupo.
----------------------------	--	--	---	---	--

Sección 2: Discusión teórica

Esta observación participante realizada durante la clase de educación física revela aspectos importantes relacionados con la gestión emocional y la convivencia escolar.



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

En primer lugar, en este entorno educativo se manifiestan conflictos esporádicos, una característica habitual entre los niños de estas edades. Tal como lo señalan Chicas y Zurita (2009), esta teoría postula que en los niños las emociones son intensas y frecuentes, y ellos manifiestan sus emociones de diversas formas. El profesor actúa con confianza, guiando a los alumnos para que expresen sus emociones y lleguen a acuerdos en el uso de los materiales disponibles, esta acción fomenta una sana convivencia.

Asimismo, la expresión del niño que lloraba y gritaba por la ausencia de un balón, constituye un claro ejemplo de la necesidad de una educación emocional. Pérez y Filella (2019) sostienen que esta educación se fundamenta en la comprensión y regulación, transformándose en el fundamento para saber reaccionar ante las diversas circunstancias cotidianas que surgen a lo largo de la vida. La participación del profesor y la reflexión colectiva en la que se discutió sobre la relevancia de expresarse con serenidad, evitando el uso de expresiones verbales agresivas, contribuye a fortalecer las habilidades de autorregulación en los estudiantes.

En el entorno educativo, es imperativo fomentar habilidades sociales que promuevan el desarrollo integral de los niños, tal como lo propone López y Sánchez (2009). Es necesario integrar a los estudiantes de manera asertiva, formándolos no solo en los conocimientos académicos esenciales, sino también en la creación de espacios que promuevan la gestión emocional. Cuando la educación emocional se aborda de forma consciente y oportuna, los conflictos disminuyen y el ambiente escolar se torna más inclusivo y respetuoso.

Sección 3: Reflexiones del observador

Al observar la clase de educación física, se pudo percibir que la autorregulación emocional en los estudiantes de preescolar es un proceso que requiere constancia y perseverancia. Es fundamental para que los niños logren mantener la calma y tomar decisiones que favorezcan una comunicación asertiva, así como la solución de los conflictos que puedan surgir.

El comportamiento de un estudiante que no logró autorregularse generó angustia en sus compañeros, quienes se mostraron inquietos ante la situación. Esto provocó también que surgieran señalamientos relacionados con la emoción expresada por el niño.



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

Es importante destacar la acción de la docente titular, quien decidió reunir a todos los estudiantes en el salón de clase, incluyendo al niño involucrado, con el objetivo de invitarlos a reflexionar en conjunto y buscar soluciones ante aquellas emociones que alteren el comportamiento de compañeros de grupo.

Sección 4: Conclusiones

El comportamiento manifestado por el estudiante provocó juicios y señalamientos por parte de sus compañeros, lo que generó un ambiente cargado de preocupación en el aula. Al conversar con la docente, se concluyó que el diálogo debe ser una práctica constante para favorecer la armonía y la convivencia dentro del grupo. Como recomendación, se sugiere fomentar con las estudiantes técnicas que contribuyan a la regulación emocional, así como implementar espacios de conversación donde puedan reconocer y comprender sus propias emociones y las de los demás.

Firma del observador:

Elizabeth Jéper Z.

Anexo 7.

Universidad Santo Tomás Bogotá

Maestría en infancias

Proyecto de grado: La Gestión emocional en la infancia: Un proceso clave para las relaciones sociales asertivas

Ficha de observación 2



Se realizará una observación participante y se registrará información relevante sobre las relaciones sociales y la gestión emocional en el aula.

Nombre de la Institución: I. E Rafael J. Mejía de Sabaneta, Antioquia							
Grado: Preescolar C							
Fecha: Julio 21 2025							
Hora de Inicio: 3:30 pm							
Hora de finalización: 4:00 pm							
Observadores: Elizabeth López							
Situación observada: Descanso de los estudiantes de preescolar C							
Sección 1: Rúbrica de Observación							
Criterios	4- Bajo		5- Medio		6- Alto		Observaciones
Relaciones sociales	Interacciones escasas o conflictivas frecuentes		Interacciones mixtas, algunas colaborativas		Relaciones mayormente positivas y cooperativas	X	Los estudiantes tienen un espacio adecuado del colegio para su descanso, por ende, antes de ingresar al parque infantil se unen con los compañeros con quien tiene confianza y se sienten cómodos para realizar varios juegos de habilidades, destrezas, coordinación. A algunos



						estudiantes les agrada jugar en el parque pasar los días de la semana o subir por las estructuras evidenciando fuerza y coordinación motora, otros a jugar a la chucha cogida o al escondite. En este criterio las relaciones sociales son cooperativas.
Presencia de conflictos en el aula	Conflictos frecuentes y no resueltos		Conflictos ocasionales, parcialmente resueltos	x	Conflictos poco frecuentes y bien gestionados	El parque infantil tiene 6 columpios, pero la mayoría de los estudiantes le agradan 3 que están ubicados en una parte favorable del parque infantil. Una compañera del grupo quería ubicarse en uno de estos pero se le adelanto otra niña, en ese momento la estudiante que se quería sentar de primera comenzó a llorar y expreso “Yo me quería subirme pero ella me lo quito” en ese momento la otra compañera la miraba y le dijo “debe esperar que me baje para que usted se suba” la niña cruzo sus brazos y se le acerco a la docente para que le ayudara a resolver el conflicto, la cual menciona a los que estaban en el columpio que se jugara por minutos, les expresa que



						se pondrá una alarma y apenas esta suene deberán bajarse y se subirán los que están esperando turno. Esta acción favoreció que todos los que estaban el turno logaran disfrutar.
Reacción ante conflictos	Escasa contención emocional, reacciones intensas	x	Reacciones variables, con algo de control emocional		Reacciones autorreguladas y contención emocional visible	Algunos compañeros del grupo estaban jugando a “chucha cogida”, uno de los juegos tradicionales de la región antioqueña, que consiste en atrapar a los demás participantes. En medio de la diversión, uno de los niños comenzó a sentirse frustrado porque no lograba atrapar a ninguno de sus compañeros, por lo que decidió alejarse un momento. En su rostro se notaba el ceño fruncido. Los demás niños se le acercaron riendo y le dijeron: “¿Por qué estás ahí? ¡No eres capaz de atraparnos!”. Entre risas y burlas, el niño frustrado agarró a uno de ellos por la camiseta. En medio del forcejeo, terminó lastimándole el rostro accidentalmente. El niño herido empezó a llorar y se acercó a otro compañero, quien le dijo: “Tienes una herida en la cara”. A lo que el herido respondió: “Fue él, me lastimó. Me cogió de la camiseta y yo



quería solarme, pero me hizo daño.

SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

Otro compañero que también estaba jugando comenzó a gritarle al niño que había causado la herida, diciéndole que era un grosero por haberlo lastimado. En ese momento, varios niños lo rodearon y le dijeron: “No vas a volver a jugar. Le hiciste una herida en la cara”. Al sentirse acorralado, el niño comenzó a llorar y a gritar. En medio del alboroto, otro niño incluso le tiró piedras.

Ante esta situación, la docente tuvo que intervenir para calmar a los niños, separar la aglomeración y llevar a todos al salón. Allí atendió al niño herido y buscó resolver el conflicto que había afectado tanto la dinámica del juego como el respeto entre los compañeros.

Manifestación de emociones	Emociones poco expresadas o no identificadas		Algunas emociones expresadas e identificadas	x	Emociones claramente expresadas y reconocidas por los estudiantes		Al observar el descanso escolar se evidencio agresiones verbales, falta de respeto, enojo y tristeza.



Intervención de la docente	No interviene o su intervención no es efectiva		Interviene ocasionalmente con impacto limitado		Interviene oportunamente y favorece la gestión emocional y social	x	La docente al presenciar la aglomeración acude a la separación y se dirige hacia el salón con los estudiantes, esta lo emplea como una estrategia para lograr un dialogo entre pares y llegar a un acuerdo con relación a las interacciones sociales, basadas desde el respeto. De igual manera se muestra empática con el uso de los columpios y proporciona solución pacífica mediante el conflicto con los turnos.
-----------------------------------	--	--	--	--	---	---	---

Sección 2: Discusión teórica

En esta observación que se realizó en el momento del descanso, se destacan dos situaciones que causaron algunas recciones emocionales en los niños, la primera es en el momento que dos niñas quieren jugar en el mismo columpio, generando rabia en una de ellas ya que no logro ocuparlo primero que su compañera, lo cual incomoda notoriamente a la niña y ella manifiesta gran dificultad para compartir. Melina (2015), considera que los niños son egoístas naturalmente y normalmente no les gusta compartir. De esta manera, se puede rescatar que en los primeros años los niños tienen comportamientos egocentristas ya que se centran en sus propios deseos sin tener en cuenta a sus pares.

De la misma forma, la frustración es una emoción fuerte pero natural que se da en las personas cuando no pueden lograr lo que quieren o la situación no es como la esperan, un claro ejemplo de ello es el momento dos de la observación donde se evidencia que un niño se frustra en el momento de jugar y no poder alcanzar a sus compañeros lo cual no solo lo frustra, sino que desata su rabia, Chías y Zurita (2009), hablan de la rabia como una emoción defensiva que se genera ante situaciones de agresión o frustración. En este sentido, aunque la situación no parecía grave el mal manejo de la emoción desato una agresión física que afecto a uno de los compañeros.



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

Sección 3: Reflexiones del observador

En este espacio de observación se evidencia que es importante fomentar en el aula la habilidad de compartir y la tolerancia a la frustración, ya que ellos deben ir gestionando sus emociones.

La docente titular, reúne a los niños en el aula y habla con ellos sobre lo sucedido con el fin de generar consciencia de los hechos que ocurrieron y enseñar una manera adecuada de reaccionar ante dichas situaciones.

Sección 4: Conclusiones

Es recomendable, trabajar la tolerancia a la frustración con los niños del grado preescolar C, ya que esta permitirá a ellos enfrentarse a los retos en la escuela, en la vida cotidiana y aprender a gestionar y responder adecuadamente ante algún conflicto o diferencia.

Firma del observador: _____

Anexo 8

Universidad Santo Tomás Bogotá

Maestría en infancias

Proyecto de grado: La Gestión emocional en la infancia: Un proceso clave para las relaciones sociales asertivas

Ficha de observación 3



Se realizará una observación participante y se registrará información relevante sobre las relaciones sociales y la gestión emocional en el aula.

Nombre de la Institución: Ins. Ed. Rafael J. Mejía							
Grado: Preescolar C							
Fecha: Julio 14 2025							
Hora de Inicio: 1:00 pm							
Hora de finalización: 1:40 pm							
Observadores: Elizabeth López Zapata							
Situación observada: Juego libre en el aula							
Sección 1: Rúbrica de Observación							
Criterios	7- Bajo		8- Medio		9- Alto		Observaciones
Relaciones sociales	Interacciones escasas o conflictivas frecuentes		Interacciones mixtas, algunas colaborativas	X	Relaciones mayormente positivas y cooperativas		Al observar el comportamiento de los estudiantes se detectó que algunas relaciones tuvieron que ser intervenidas por la docente titular del grupo, porque se presentaron inconvenientes porque no deseaban compartir, pero la maestra expresa que lo valioso de los juguetes es



						compartir con los demás y dar opciones de uso según la dinámica que se establezcan con los compañeros.
Presencia de conflictos en el aula	Conflictos frecuentes y no resueltos		Conflictos ocasionales, parcialmente resueltos	x	Conflictos poco frecuentes y bien gestionados	En el momento del juego una compañera estaba jugando y de repente expresa “miren lo que mi amiga me prestó” una de ellas responde: “No me importa, usted y yo no somos amigas” y emplea como lenguaje no verbal levantar sus hombros y sacar la lengua, esta acción la niña la interpretó como una conducta poco adecuada, esto se lo expresa a la docente y de inmediato se acerca a la compañera y le dice que esa acción a la niña no le agradó y el respeto debe prevalecer, por ende, la niña al escuchar a su maestra se le acerca a la compañera y le dice que la disculpe, que no lo volverá hacer. Otro acontecimiento que se presentó fue que una niña tenía una hoja de block guardada, en ese momento una compañera vio donde la guardo y al instante fue a tomarla, la niña dueña de la hoja observo esta acción y de



						inmediato le dice: “esa hoja de vida mía porque la coges principal obtener esta respuesta, la compañera la muerde y la niña al recibir esta respuesta se detona el llanto, se acerca a la docente para requerir de su ayuda, la docente de se le acerca a la estudiante que le faltó comunicación verbal, dialoga con ella y le dice que esa acción no es adecuada, debes hablar con tu compañera y ofrecerle una disculpa porque eso que le hiciste a ella le causo dolor y por eso está llorando. Aunque la niña también estaba llorando, la docente le dice que cuando desees algo debes expresar lo que quieres pero esa acción dificulta la relación entre compañeros de grupo.
Reacción ante conflictos	Escasa contención emocional, reacciones intensas		Reacciones variables, con algo de control emocional	X	Reacciones autorreguladas y contención emocional visible	Aunque se presentaron varios conflictos en el aula, el dialogo fue el proceso para aclarar inconvenientes con respecto a la autorregulación emocional, lo que sirvió para resolver conflictos, los cuales sirven como un proceso de aprendizaje en el manejo social dentro del aula.



SANTOTOMAS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

Manifestación de emociones	Emociones poco expresadas o no identificadas		Algunas emociones expresadas e identificadas	x	Emociones claramente expresadas y reconocidas por los estudiantes		Frustración, enojo, falta de respeto, tristeza, dolor.
Intervención de la docente	No interviene o su intervención no es efectiva		Interviene ocasionalmente con impacto limitado		Interviene oportunamente y favorece la gestión emocional y social	x	La docente al observar estos comportamientos, interviene con calma e invita a regular emociones siendo empática pero con firmeza, esto sirvió como un proceso clave para emplear el dialogo como una herramienta de comunicación y fomentar el autocontrol como un compromiso educativo facilitando la reparación.

Sección 2: Discusión teórica

Para esta observación se evidencia nuevamente que se presentan conflictos en el aula, mostrando momentos de rabia, frustración, poca tolerancia por el otro, agresiones físicas y verbales, lo cual genera un ambiente escolar bajo y afecta las relaciones entre pares. Por lo cual, sería adecuado trabajar en la convivencia escolar, pues como lo dicen Bravo y Herrera (2011) la convivencia escolar permite encontrar al otro, entender que hay más personas para compartir y para ello el respeto, la comunicación y la diversidad juegan un papel fundamental. En este sentido, cabe mencionar que la escuela debe ser un espacio que va más allá de los conocimientos y que da lugar a enseñar a los niños a relacionarse, convivir, respetar al otro y construir una identidad emocional sólida.

La agresión física que se presentó en el momento del juego libre, donde una niña por rabia muerde a su compañera, es una situación preocupante que requiere de manejo oportuno, pues, aunque es un comportamiento que suele presentarse en los primeros años de vida, muestra que no hay una habilidad para resolver conflictos, lo cual es muy importante al entablar relaciones interpersonales. González (2018) considera que en la



interacción con el otro se presentan conflictos que se pueden generar por desacuerdos, falta de respeto, intolerancia, lo cual desata reacciones violentas que afectan notoriamente la armonía en el aula.

UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

Sección 3: Reflexiones del observador

Poder observar el espacio de juego libre de los niños de preescolar C, permite analizar los comportamientos que tuvieron a lo largo de este, y permite decir que la escuela debe ser un espacio que fomente la educación emocional, que valide las diferentes emociones pero que enseñe que agredir o causar daño a los demás no está bien.

Sección 4: Conclusiones

Es importante rescatar que, en estas situaciones de rabia y frustración en los niños, la docente cumple un rol fundamental puesto que es el primer adulto que está cerca a los niños, por lo cual debe mediar y acompañar emocionalmente enseñando a los niños técnicas de regulación emocional.

Firma del observador: _____

Anexo 9

Universidad Santo Tomás Bogotá

Maestría en infancias

Proyecto de grado: La Gestión emocional en la infancia: Un proceso clave para las relaciones sociales asertivas

Ficha de observación 4



Se realizará una observación participante y se registrará información relevante sobre las relaciones sociales y la gestión emocional en el aula.

Nombre de la Institución: Ins. Ed. Rafael J. Mejía						
Grado: Preescolar C						
Fecha: Julio 28 2025						
Hora de Inicio: 1:55 pm						
Hora de finalización: 2:25 pm						
Observadores: Elizabeth López Zapata						
Situación observada: Actividad en grupo						
Sección 1: Rúbrica de Observación						
Criterios	10- Bajo		11- Medio		12- Alto	Observaciones
Relaciones sociales	Interacciones escasas o conflictivas frecuentes		Interacciones mixtas, algunas colaborativas	X	Relaciones mayormente positivas y cooperativas	En este espacio, los estudiantes de preescolar participaron de un juego llamado: jugo de limón, los alumnos al estar en compañía de su docente se fueron vinculando al juego y se tomaban de las manos. Primero, observaban donde querían ubicarse para formar un círculo. Se



						presentaron momentos en los cuales sus compañeros tomados de las manos no aceptaban que otro se quisiera integrar en esa unión, lo que provocaba que las interacciones entre pares generaran tensiones y la docente lograra intervenir y que el estudiante que estaba por fuera del círculo pudiera pertenecer.
Presencia de conflictos en el aula	Conflictos frecuentes y no resueltos		Conflictos ocasionales, parcialmente resueltos	x	Conflictos poco frecuentes y bien gestionados	Participar del juego en compañía de la docente titular del grupo generó algunos conflictos entre los estudiantes, los cuales afectaron el ambiente de convivencia. Por ejemplo, se observó que, mientras formaban un círculo, un estudiante comenzó a halar el brazo del compañero que tenía al lado. Esta acción provocó que el niño cayera al piso y se lastimara. Ante esta situación, la docente intervino diciendo: “¿Ustedes quieren jugar?” Al recibir una respuesta afirmativa por parte de la mayoría, la docente continuó: “Es importante que prevalezca el respeto. No podemos halar el brazo del compañero. Si esta



acción continúa, se
cancelara el juego.”
SANTOTOMAS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

Otro conflicto se presentó al momento de formar los grupos. Cuando los estudiantes intentaban organizarse en equipos, algunos no eran incluidos. Al verificar la cantidad de integrantes, la docente notaba que en ciertos grupos faltaba un miembro, o que algunos estudiantes habían sido excluidos. Esto evidenció una falta de aceptación del otro. Al observar esta situación, la docente expresó:
“Todos deben pertenecer e incluir.”

Después de esta intervención, algunos niños manifestaron:
“No queremos que juegue porque es grosera y saca la lengua, por eso no la aceptamos.”
La niña rechazada, al escuchar esto, cruzó los brazos y se sentó. La docente se acercó para motivarla a integrarse a otro equipo, pero ella respondió:
“Yo quería ser parte de ellos, pero como no me dejaron, mejor me siento hasta que terminen de jugar o se hagan equipos con más personas y pueda estar con ellos.”



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

Reacción ante conflictos	Escasa contención emocional, reacciones intensas		Reacciones variables, con algo de control emocional	X	Reacciones autorreguladas y contención emocional visible		Al provocar la agresión física por la acción de halar el brazo de un compañero, fue una conducta inapropiada provocado una falta de control emocional. Otra reacción fue la falta de aceptación, esa exclusión del juego que afectó el estado anímico generando tristeza y frustración.
Manifestación de emociones	Emociones poco expresadas o no identificadas		Algunas emociones expresadas e identificadas	x	Emociones claramente expresadas y reconocidas por los estudiantes		Ante la agresión física de halar el brazo de un compañero generó dolor frente a esa acción inesperada, frente a este comportamiento el compañero que comete esta agresión no expresó verbalmente lo que sentía y expresó el enojo por medio del cuerpo. Otras emociones detectadas fueron el rechazo, la tristeza y la resignación por la falta de aceptación en el grupo.
Intervención de la docente	No interviene o su intervención no es efectiva		Interviene ocasionalmente con impacto limitado		Interviene oportunamente y favorece la gestión emocional y social	x	Al analizar la intervención de la docente, se puede afirmar que fue clara y contundente al comunicar, con autoridad, que si volvía a



							presentarse una situación que afectara el estado físico de un estudiante, el juego sería cancelado. Además, es importante destacar que mostró empatía al motivar a la estudiante rechazada a integrarse a otro equipo, promoviendo la inclusión de manera afectiva y respetuosa.
--	--	--	--	--	--	--	--

Sección 2: Discusión teórica

Después de mirar a los niños llevando a cabo actividades en grupo, se observó que en sus interacciones se presentan algunos conflictos. La teoría de la inteligencia emocional propuesta por Goleman (1995) subraya la relevancia de que los docentes y estudiantes regulen sus emociones para mantener relaciones positivas, esta afirmación facilita la comprensión de cómo las emociones, las interacciones y las intervenciones docentes inciden en la convivencia escolar. En el desarrollo de la actividad, la docente interviene con autoridad cuando observa que un niño es agredido por su compañero, estableciendo límites claros de conducta, acción que contribuye a la regulación de las emociones de los niños.

Sobre la niña que se sintió rechazada y triste, Gross (1988) propone que controlar las emociones es esencial para lidiar con reacciones fuertes como la exclusión social y la agresión. En este caso, la intervención empática de la maestra, que fomenta la inclusión y anima a la niña a integrarse, ayuda a que los niños se comporten de manera colaborativa y respetuosa. La niña practico resiliencia ante la situación adversa vivida.



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

Sección 3: Reflexiones del observador

Fomentar competencias sociales tales como la empatía, el respeto y el diálogo asertivo, constituyen instrumentos fundamentales para preservar una convivencia escolar saludable. La docente intervino de manera asertiva mediante la implementación de actividades en las que los niños pueden cultivar habilidades sociales a través de experiencias prácticas y orientándolos en situaciones de conflicto.

Sección 4: Conclusiones

Pese a las circunstancias en las que se manifestaron dificultades en la convivencia escolar, la docente respondió de manera oportuna y eficiente, promoviendo un entorno inclusivo y brindando orientaciones sobre la regulación emocional y la empatía, fomentando un ambiente escolar respetuoso.

Firma del observador:

Elizabeth Jéper Z.

Anexo 10

Universidad Santo Tomás Bogotá

Maestría en infancias

Proyecto de grado: La Gestión emocional en la infancia: Un proceso clave para las relaciones sociales asertivas

Ficha de observación 5



Se realizará una observación participante y se registrará información relevante sobre las relaciones sociales y la gestión emocional en el aula.

Nombre de la Institución: Ins. Ed. Rafael J. Mejía							
Grado: Preescolar C							
Fecha: agosto 12 2025							
Hora de Inicio: 3:20 pm							
Hora de finalización: 4:00 pm							
Observadores: Elizabeth López Zapata							
Situación observada: Actividad de pintura							
Sección 1: Rúbrica de Observación							
Criterios	13- Bajo		14- Medio		15- Alto		Observaciones
Relaciones sociales	Interacciones escasas o conflictivas frecuentes		Interacciones mixtas, algunas colaborativas		Relaciones mayormente positivas y cooperativas	X	La actividad del día fue pintar con vinilo un tubo de papel, para hacerlo usaron pinceles y el docente facilito en un recipiente los tres colores primarios en vinilo. Para esta actividad la docente ubico en el suelo papel karft y fueron los mismos estudiantes que se ubicaban formando de



							esta manera equipo, luego docente pasaba verificando que tuvieran un espacio cómodo para que pintaran sin incomodar a su compañero del lado.
Presencia de conflictos en el aula	Conflictos frecuentes y no resueltos		Conflictos ocasionales, parcialmente resueltos		Conflictos poco frecuentes y bien gestionados	X	En este momento se presentaron pocos conflictos, uno de ellos fue porque un compañero no le daba permiso a una niña untar su pincel de vinilo, lo que hizo su compañero fue correrle el utensilio donde estaba el vinilo para que la niña lograra tomar la pintura. Y el otro inconveniente que sucedió fue porque sin querer una compañera le ensucio la camiseta del uniforme a un compañero, de inmediato la niña le expreso que la disculpara y el niño luego le sonríe como una aceptación a esas disculpas, mostrando comprensión y empatía entre ellos.
Reacción ante conflictos	Escasa contención emocional, reacciones intensas		Reacciones variables, con algo de control emocional		Reacciones autorreguladas y contención emocional visible	X	El compromiso por parte de los niños fue reconocer sus errores y ofrecer las disculpas oportunas, como también, la cooperación y ayuda. Estas reacciones favorecieron al



restablecimiento del
vinilo de compañeros.
SANTOTOMAS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

Manifestación de emociones	Emociones poco expresadas o no identificadas		Algunas emociones expresadas e identificadas		Emociones claramente expresadas y reconocidas por los estudiantes	x	La ayuda fue una manifestación que contribuyo para facilitarle el vinilo a su compañera y otro aspecto fue el reconocimiento de su falla, la niña expreso su arrepentimiento y su compañero tuvo compresión y aceptación.
Intervención de la docente	No interviene o su intervención no es efectiva	X	Interviene ocasionalmente con impacto limitado		Interviene oportunamente y favorece la gestión emocional y social		En este espacio la docente no intervino porque entre compañeros lograron resolver los inconvenientes presentados.

Sección 2: Discusión teórica

Al observar las interacciones de los niños durante la ejecución de trabajos artísticos con pintura, se constató que mantenían una actitud serena. La docente administró la actividad de manera tal que los niños se sintieran cómodos y lograron llevar a cabo la tarea sin disputas. En los casos en los que se produjeron dificultades, como en el caso en que uno de los niños no permitía que su compañero untara su pincel con pintura, los estudiantes dieron solución al inconveniente sin requerir intervención de la docente.

De manera similar, cuando un niño mancha con pintura el uniforme de uno de sus compañeros sin tener la intención, al presentar excusas, este niño demuestra el reconocimiento de las emociones propias y ajenas, así como de la regulación emocional. Además, el que acepta las justificaciones demuestra empatía hacia su compañero, lo que contribuye a conservar la armonía. La circunstancia previa se encuentra en consonancia con lo que Moncayo et al., (2023), indican al afirmar que la expresión artística tiene efectos beneficiosos en el desarrollo emocional y en el bienestar de los niños.



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

Sección 3: Reflexiones del observador

Los niños se deleitan de tal manera en la elaboración de sus creaciones artísticas, que en ellos se manifiestan sentimientos de compañerismo y colaboración. Durante la actividad, expresaron sus emociones, se pudo observar el reconocimiento de errores, el arrepentimiento, la aceptación y, en general, un ambiente positivo en el aula.

Sección 4: Conclusiones

Mediante el trabajo colaborativo, los niños adquieren habilidades para regular sus emociones. Además, a través de las actividades artísticas, manifiestan sus emociones, fortalecen su habilidad para simbolizar y liberan su imaginación, manifestándola en una obra artística.

Firma del observador:

Elizabeth Japer Z.

Anexo 11

Universidad Santo Tomás Bogotá

Maestría en infancias

Proyecto de grado: La Gestión emocional en la infancia: Un proceso clave para las relaciones sociales asertivas

Ficha de observación 6



Se realizará una observación participante y se registrará información relevante sobre las relaciones sociales y la gestión emocional en el aula.

Nombre de la Institución: Ins. Ed. Rafael J. Mejía							
Grado: Preescolar C							
Fecha: Agosto 15 2025							
Hora de Inicio: 12:30 pm							
Hora de finalización: 12:45 pm							
Observadores:							
Situación observada: Como llegan de casa a clases							
Sección 1: Rúbrica de Observación							
Criterios	16- Bajo		17- Medio		18- Alto		Observaciones
Relaciones sociales	Interacciones escasas o conflictivas frecuentes		Interacciones mixtas, algunas colaborativas		Relaciones mayormente positivas y cooperativas	X	Los estudiantes al llegar al aula disponían sus pertenencias en el lugar adecuado e iban saludando a su maestra y compañeros.
Presencia de conflictos en el aula	Conflictos frecuentes y no resueltos		Conflictos ocasionales, parcialmente resueltos		Conflictos poco frecuentes y	X	En este momento se presenciaron dos situaciones, la primera fue que un estudiante llega un poco molesto,



					bien gestionados	ingresa al salón y se sienta de inmediato en su puesto principal para este momento la docente se le acerca y le pregunta el por qué esta así y el niño le responde: “Mi tía me dio muchos besos en la mejilla y eso no me gusta, yo le dije que me dejara quieto y por eso estoy molesto” luego se acerca la tía del niño al salón y ella le pide disculpas y el niño le responde: “está bien” El otro acontecimiento fue que un compañero llegó llorando al aula, en este momento lo aborda la docente en compañía de los demás estudiantes del salón y le preguntaron el por qué esta así y el niño responde: “Yo me quiero ir al salón de mi hermano, quiero estar allá y no acá” La docente lo que hace es abrazar al niño y en ese momento llega el hermano y le expresa: “Hermanito, yo te quiero mucho y sé que también me quieres, pero no puedo llevarte para mi salón, hagamos algo, en descanso te busco y jugamos juntos” Estas palabras motivaron al
--	--	--	--	--	---------------------	--



niño a calmarse y estar tranquilo en el aula.
SANTOTOMAS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

Reacción ante conflictos	Escasa contención emocional, reacciones intensas		Reacciones variables, con algo de control emocional		Reacciones autorreguladas y contención emocional visible	X	La empatía y el dialogo favoreció que la reacción ante los conflictos. En el primer conflicto, la tía comprendió el valor del respeto y el límite con relación a las manifestaciones en exceso, esto permitió que el niño aceptara las disculpas. El segundo conflicto se resolvió gracias al acompañamiento que le brindaron sus compañeros, docente y hermano, potenciando de esta manera la contención emocional y la autorregulación.
Manifestación de emociones	Emociones poco expresadas o no identificadas		Algunas emociones expresadas e identificadas		Emociones claramente expresadas y reconocidas por los estudiantes	X	Tristeza e ira.
Intervención de la docente	No interviene o su intervención no es efectiva		Interviene ocasionalmente con impacto limitado		Interviene oportunamente y favorece la gestión emocional y social	x	El dialogo y el acompañamiento de la docente, hizo que los estudiantes se sintieran en confianza para expresar lo que sentían. Desde la empatía, la docente permitió el acercamiento en el aula de los familiares para



							dialogar resolver conflictos de manera respetuosa AL BODIG- igual manera se apoyó en vínculo fraternal como una herramienta para calmar al estudiante que llego llorando.
--	--	--	--	--	--	--	--

Sección 2: Discusión teórica

(Relación con marcos teóricos de la gestión emocional y convivencia escolar)

En el momento de llegada de los niños se presentan dos casos relevantes que llaman la atención de la docente y demás estudiantes, el primero es un niño que expresa ira al sentir que su tía le da muchos besos en la mejilla como símbolo de cariño lo cual no es del agrado del niño y lo irrita con facilidad, quizá esto genera incomodidad en él, pues sintió que su espacio personal fue invadido. De esta manera, se evidencia que la molestia del niño se convierte en enojo. Álvarez (2010), considera que el enojo puede ser una fuerza que se genera ante situaciones que tensión, malestar o frustración.

Por otro lado, está un niño que llega triste al aula ya que él quería ir al mismo salón de su hermano, el separarse de él le genero mucha tristeza, Bisquerra (2000), considera que esta emoción es producida cuando se pierde algo. Es así, como se sentía el niño ya que perdió la oportunidad de poder seguir compartiendo con su hermanito. Sin embargo, esta situación es una experiencia común, que suele suceder en la primera infancia ya que ellos establecen un vínculo fuerte con sus familiares más cercanos.



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

Sección 3: Reflexiones del observador

(Breve análisis personal de lo observado: aspectos destacados, dificultades, aprendizajes)

Ante la manifestación de ira por parte del niño que fue besado por su tía en su mejilla, se puede rescatar que el niño se sintió muy incómodo y su reacción se da más por su necesidad de cuidar su espacio y querer decidir en que momento puedes recibir afecto de los adultos. Aun así, la docente y la tía del niño pudieron abordar la situación asertivamente y dejar al niño más tranquilo.

Por el otro lado, la situación donde el otro niño esta triste por separarse de su hermano, evidencia el gran apego que tienen estos hermanos, viéndose la relación afectiva que surge del compartir de experiencias entre ellos en los diferentes momentos. Ante este momento que vivió el niño de tristeza, la docente y el hermano manejaron la situación y pudieron calmar al niño.

Sección 4: Conclusiones

(Síntesis del comportamiento emocional y social observado, recomendaciones si aplica)

Es de rescatar que observar los niños en el momento de llegar al aula es clave para poder analizar las razones por las cuales llegan molestos o indispuestos desde casa, pues esto influye significativamente en su aprendizaje, en su disposición para participar y desarrollar las tareas propuestas en el aula.

Firma del observador:

Elizabeth Japer Z.

Anexo 12

Transcripción Grupo focal niños I



Investigadora: Bueno, niños, entonces, como ya observamos y escuchamos el cuento del monstruo de las emociones. Les quiero contar que sus papás firmaron un consentimiento informado para hacer este grupo de discusión. Ustedes están de acuerdo que grabemos este encuentro

Estudiantes: sí.

Investigadora: Muy bien, gracias por responder. Entonces, ahora quiero preguntarles ¿Saben que son las emociones?

Estudiantes: Si

Investigadora: Entonces dígame, por favor ¿Qué sucesos te producen tristeza? ¿Qué sientes cuando te pones triste?

E1: Es que la tristeza es una cosa que es cuando nosotros nos ponemos tristes y nos ponemos a llorar.

Investigadora: ¿por qué te pones triste?

E1: Cuando mi mamá me regaña.

E2: La tristeza es cuando a uno lo pelan. Y cuando uno llora y uno se va para el cuarto y que se encierra.

E3: Es cuando uno llora, porque pues uno siente muchas cosas y se pone a llorar.

Investigadora: ¿Cuándo te pones triste?

E4: Sí alguien me hace algo, yo me pongo a llorar así si yo estoy triste me pone a llorar y no me no me molesten.

E5: La tristeza es cuando nos pegan.

E6: La tristeza es cuando nos dan paopao, si cuando nos pegan.

E7: Cuando sientas cosas tristes, ellos lloran.

E8: La tristeza es cuando uno lo regaña o le dan pelas.

Investigadora: ¿Qué sientes cuando te pones triste?

E9: Cuando mi hermano me deja solo me pongo triste

E10: Cuando veo un perro callejero, me pongo triste.

E11: Es que cuando una gatica está abandonada o un perrito me ponga a llorar y yo le digo a mi mamá que lo adoptemos y ella dice que no.

E12: Yo estoy triste cuando no está mi mami y mi tía.

Investigadora: La siguiente pregunta es. ¿Qué te produce felicidad? ¿Y qué sientes cuando te pones feliz?

E1: Cuando yo me pongo feliz es porque yo soy feliz de que me regalan algo o me dan algo especial.

E4: Yo cuando estoy feliz, me da un regalo en mi felicidad y me pone tan feliz.

E3: Me pongo feliz cuando estoy en mi finca con mi conejito, con las gallinas y los pollitos. Cuando sale el sol estoy feliz porque salimos a la finca a comer chicharrón.

E8: A mí, lo que me hace feliz es que me regalen algo y que me compren cosas.

E2: Yo cuando soy feliz me gustan que me lleven a los cuatro elementos y a piscina

E7: Yo estoy feliz es cuando juego con mi bebé.

E6: Yo soy feliz cuando juego fútbol en mi casa con mi mamá.

E9: Yo soy feliz cuando me llevan en mi cumpleaños a los carritos chocones.

E12: Yo soy feliz cuando me llevan al paquete de piscina y también al parque de todos los juegos.

E11: Yo me pongo feliz cuando me llevan a comer y cuando me llevan a la piscina.

E10: yo me pongo feliz cuando vayan al parque de los 4 elementos y me prestan de celular.

E13: yo me pongo feliz cuando me llevan al centro comercial.

Investigadora: Bueno, muy bien. Gracias. Ahora la siguiente pregunta.

¿Qué es? ¿Qué sientes cuando te pones enojado y qué te produce el enojo?

E1: Es cuando una persona se enoja porque le dicen algo grosero o le pegan, entonces uno se defiende y se enoja con esa persona.

E12: Yo me enoja cuando David y Miguel me van a golpear.

E4: Yo estoy enojada porque si alguien no puede ser mi amiga o nadie yo siempre me enoja.

E3: Yo soy enojada cuando no me llevan a la finca a ver a mi conejito o a ver a mi papá



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

E9: Es cuando mi hermano me pega.

E8: Cuando mi hermano me hace cosas feas, como hoy que me tiro gotas de agua y me saco la lengua y me haces cosas así y me dice fea, eso es lo que me hace enojar y le digo a mi abuela.

E2: si a mí no me llevan a la piscina, eso me hace enojar y cuando no me llevan a montar bicicleta.

E6: Cuando me pongo a enojado es cuando me pegan o me molestan. Y cuando dicen que yo les pegue y es mentira y cosas así. Cuando estoy enojado siento que me estresan.

E7: Nos enojamos cuando una persona se burla de nosotros. Y cuando mi bebe me muerde eso me enoja.

E13: Cuando no me prenden la tele o me pegan me pongo enojado.

Investigadora: ¿Quiero saber ustedes en su casa se sienten feliz, triste o enojado? ¿por qué?

E1: Yo siento felicidad, porque mi mamá siempre me da cariño y siempre me da muchos abrazos.

E11: Yo siento felicidad cuando mi abuela me lleva para donde doña Ligia a donde una niña que es grande y se llama Salomé y jugamos con el hámster y cuando veo al hámster me pongo muy feliz.

E4: Si yo siento felicidad, porque mi mamá me ama mucho y mi papá y amo toda mi familia.

E9: Felicidad cuando estoy con mi papá y mi mamá con toda mi familia.

E8: En mi casa siento felicidad y tristeza, felicidad es cuando me llevan a comer helado, y a pasear irme a comprar cosas me hacen feliz. Y cuando me pongo triste es cuando yo duermo, y mi mamá se queda ahí y me deja sola. Y yo la llamo y ella y se acuesta otra vez conmigo.

E5: Cuando me quitan algo me pongo triste.

E6: Cuando siento tristeza en mi casa es cuando no me prestan el celular o cuando veo cosas y de pronto veo una cosa triste y cuando me pongo alegre es cuando mi mamá me abraza, cuando mi papá me compra gomitas nuevas.

Investigadora: Quiero preguntarles ¿Cuándo te sientes feliz, triste o enojado a quien le cuentas?

E4: A mi mamá

E1: A mi mamá y a mi papá

E12: A mi mamá y a mi tía

E11: Yo le cuento a toda mi familia.

E3: Yo le cuento a mi mamá o mi abuela.

E9: Cuando estoy feliz yo le cuento a mi papá o a mi mamá.

E6: A mi mamá, a mi papá o a mi abuela

E5: A mi abuela.

Investigadora: Muy bien niños, muchas gracias.

Anexo 13

Transcripción Grupo focal niños II



Investigadora: Bueno, niños, como ya escuchamos y observamos el cuento del monstruo en las emociones. Les cuento que vamos a empezar con este grupo de discusión. Quiero contarles que sus papás me firmaron un consentimiento informado para hacer este momento, pero quiero preguntarles a ustedes si ¿están de acuerdo que haga la grabación de este momento?

Estudiantes: Si

Investigadora: Muy bien, gracias. Niños. Bueno, vamos a ¿Comenzar ustedes saben qué son las emociones?

Estudiantes: Si

Investigadora: Ok, listo, entonces como saben qué son las emociones voy a iniciar haciéndoles una pregunta ¿qué les produce tristeza y que se sienten cuando están tristes?

E14: Cuando estoy triste, es cuando yo me tengo duro. Oh, en tales ocasiones.

Investigadora: Gracias. Vamos a preguntarle aquí a mi amigo.

E15: Mi mamá me pega, mi hermano y mi papá me pagan y me pongo triste.

Investigadora: Ok, gracias.

E16: Cuando mi mamá me pega duro es cuando siento mucha tristeza

Investigadora: Gracias.

E17: Cuando mi mamá me pega duro siento también tristeza.

E18: Cuando mi mamá me pega y cuando me caigo.

Investigadora: Gracias.

E19: Cuando yo me pego muy duro me da mucha tristeza y lloro

E20: Cuando yo me siento triste. Es cuando no me prestan juguetes y cuando no quieren jugar conmigo.

E21: Cuando yo tengo tristeza, es que cuando mi papá me pega

E22: Cuando estoy triste es porque nadie me lleva piscina.

E23: Y es si estoy triste es porque mi mamá me pega.

E24: Cuando yo estoy triste es cuando me pegan

Investigadora: Gracias. Bueno, niños ahora quiero preguntarles a ustedes ¿Qué les produce a ustedes felicidad? ¿Y qué sienten cuando están felices?

E18: Cuando me llevan al cine y cuando me llevan a comer helado y eso me hace sentir feliz.

E19: Cuando estoy feliz, es porque me prestan muchos juguetes, mi mamá no me pega y mi hermano me comparte sus juguetes, su Nintendo y su Tablet.

E20: Cuando yo estoy feliz, es cuando bailan conmigo, y mi mamá me hace fresas con chocolate

E21: Cuando yo estoy feliz, me llevan a comer helado y después me llevaban al parque.

E25: Cuando yo estoy feliz es cuando me llevan de paseo.

E22: Cuando yo estoy feliz es cuando estoy en piscina, en el parque, ver películas y ver una estrella.

E23: Si esto feliz, mi mamá y mi papá me llevan a la piscina y eso me gusta porque me hace feliz.

E26: Cuando estoy feliz, mi mamá me lleva de paseo.

E24: Cuando yo estoy feliz me llevan a jugar a la calle, cuando me dan helado y cuando vamos al cine.

E14: Yo estoy siempre feliz.

E15: Mi mamá me presta el celu, mi hermano me presta el play eso me pone feliz.

Investigadora: Muy bien.

E15: Cuando con mi mamá me lleva al cine, al parque. Mi papá me lleva al parque me da felicidad.

E17: Cuando estoy feliz, cuando me llegan al cine. Y cuando voy a pasear.

Investigadora: Eso, muy bien. Ahora niños siguen otra pregunta es: ¿Qué sientes cuando te pones enojado? ¿Qué sucesos te producen enojo?

E18: Cuando mi hermano me pega y cuando no quiere jugar conmigo.

E25: Cuando a mí me pegan es cuando me da rabia y no juegan conmigo.

E14: Cuando yo estoy enojado es cuando le digo a mi hermana que ya no juego y ella sigue atrapándome.

E15: Mi mamá me pega, mi hermano no quiere jugar conmigo me pone enojado.

E16: Cuando mi mamá no me quiere dar mi Nintendo yo me ponga enojado.

E17: Cuando mi papá me molesta, eso me molesta.

E20: Cuando no me sacan el parque y no me llegan a piscina.

E21: Cuando me pegan y cuando no me llevo en el parque y no me llevan a comer helado eso me pone enojada.

E22: Cuando estoy enojada es porque me pegan y no me dan yogurt y helado.

E23: Cuando me pongo enojada es cuando mi tita me pega y mi papá me pega.

E25: Cuando yo me siento enojada es porque mi hermano no me presta los juguetes

E26: Cuando yo me siento enojada es cuando mi mamá me pega.

E19: Cuando yo estoy enojada es porque mi hermano no me presta nada y tampoco me llevan a comer helado.

Investigadora: Ustedes en su casa sienten tristeza enojo o felicidad ¿Qué sienten ustedes en su casa?

Este momento si van a contar todo, que todo le pro están en la casa, se producen enojo, tristeza o felicidad. Y ¿Por qué?

E18: Yo siento todo porque mi mamá a veces me quiere y a veces no me quiere, siento todo. Y eso me hace sentir felicidad.

E24: Cuando estoy feliz es cuando mi mamá me abraza y me hace comida cuando yo tengo hambre.

E14: Yo todas las emociones.

Investigadora: ¿Por qué?

E14: Un día, estoy feliz, otro triste al otro estoy enojado, y así.

E15: Yo todas las emociones, cuando estoy feliz yo juego, mi hermano me pega y me pongo enojado y triste lloro.

E16: Yo en la casa siento felicidad.

E17: Cuando saludo a mi mamá, cuando pinto, y cuando juego mi casita de muñecas. Y cuando y cuando sea un día estudiar, me siento feliz.

E20: Yo siento alegría cuando me pongo a jugar con la casita de Barbie y también cuando juego con mi hermanito.

E21: Cuando siento feliz, cuando mi hermana juega conmigo y ve teléfono conmigo y sale conmigo a la cancha.

E18: Cuando voy al parque y cuando voy a la piscina me siento feliz.

E25: Todas las emociones siento en la casa.

Investigadora: ¿Por qué?

E25: No sé, pero siento todas las emociones.

E26: Yo siento alegría porque mi hermana no me maltrata y me presta los juguetes de ella.

E19: Cuando ya estoy triste es porque no me llevan al parque a jugar y mi hermana no me presta nada y me pongo a llorar y triste.

Investigadora: ¿Cuándo te sientes feliz, triste o enojado le cuentas a mamá o papá?

E25: Yo sí, a mi papá y a mi mamá cuando estoy triste.

E20: Yo le cuento a mi papá, a mi mamá o a mi hermano

E21: Yo le cuento a mi papá, a mi hermana y a mi mamá

E22: Yo le cuento a mi mamá y a mi papá

E23: Cuando yo me pongo triste le cuento a papá y a mi mamá

E17: Yo le cuento a mi papá y a mi mamá porque los amo mucho.

E19: A mi mamá cuando yo estoy triste, a mi hermano cuando estoy feliz y a mi abuela cuando estoy calmada.

Investigadora: Gracias, niños.

Anexo 14.

Transcripción del grupo focal con las familias



Investigadora: Gracias, padre de familia por vincularse a este grupo de discusión el día de hoy. 31 de julio del año 2025, contando con sus consentimientos informados previamente informados y firmados por ustedes damos inicio a esta sección. Sin embargo, quisiera confirmar si están de acuerdo que esta sesión sea grabada.

Participantes: si señora, no hay problema.

Investigadora: Muchas gracias. Esta investigación está realizada por Laura Juliana, Suárez, Páez, Sandra Lucía Navarro Martínez. Y quién les habla Elizabeth López Zapata

El título de esa investigación se llama la gestión emocional en la infancia, un proceso clave para las relaciones sociales y el objetivo que queremos con este proyecto es analizar los factores que afectan la gestión emocional en los niños y diseñar estrategias pedagógicas que promuevan su desarrollo psicosocial en el agua. Bueno, entonces, para dar inicio quiero que ustedes vamos a hacer como una dinámica. Esa dinámica va a constar que ustedes van a expresar el nombre de ustedes, el nombre de su hijo y la emoción que los representa a ambos, la pueden gestualizar.

Vamos a empezar. ¿Quién desea?

F14: Mi nombre es Alejandra Sánchez, mi hijo es ángel Pacheco Sánchez. Yo creo que la emoción que nos representa en su mayoría de tiempo es la alegría.

Gracias.

F18: Mi nombre es Kim Gordon, mi hija es Jhana Jolene Gordon, y la emoción que nos representa es ternura, porque al momento, pues de estar con ella somos niñas. Nos conocemos. Nos amamos, pues en los momentos más no sé más lindos del día nos abrazamos, nos besamos y ella me dice cositas lindas y yo le digo también igual.

Gracias.

F6: Mi nombre es blanca soy la mamá de Nicolás y siento que la emoción que nos representa es la interactividad.



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

F23: Bueno, mi nombre es Luisa, el nombre de mi hija es Luciana Guzmán, esta vez voy a hablar de esa emoción que ambas tenemos y a veces no sabemos manejar es la tristeza.

F10: Mi nombre es Lida, soy la abuela de Luisbert. Y este la emoción es la alegría, es muy alegre.

F25: Buenas tardes. Mi nombre es Eliana soy la mamá de Montserrat y la emoción que más nos representa es la curiosidad, es que queremos saber de todo.

F22: Buenas tardes. Mi nombre es Kelly González, mi hija es Isabela Gómez y la emoción que nos representa la paciencia

F20: Buenas tardes. Mi nombre es Luisa Fernanda Jiménez, soy mamá de Isabella. Y la emoción que nos representa es que somos extrovertidas.

F19: Buenas tardes. Mi nombre es felicidad González, soy la abuela de Natalí Mantilla, Vélez la emoción que nos caracteriza a mi nieta y a mí es la alegría.

Investigadora: Muchas gracias. Bueno, ahora vamos a observar el siguiente video.

El video observado en este grupo focal, trato de como los padres de familia pueden apoyar a sus hijos en desarrollar y potenciar habilidades las cuales abordan la inteligencia emocional. La invitación que hace a los adultos significativos es enseñarles a los niños a gestualizar las emociones, con el propósito de garantizar un equilibrio entre la confianza, la empatía y la resiliencia. En este video hizo énfasis a cuando un niño aprende a identificar y expresar lo que siente está desarrollando una base sólida para enfrentarse a las dificultades de la vida.

Este sencillo cambio no solo le ayuda en ese momento, sino que está formando un adulto más resiliente, con herramientas para afrontar las adversidades de manera constructiva. El impacto de no trabajar la inteligencia emocional desde pequeños puede ser profundo. Los niños que no aprenden a gestionar sus emociones tienden a acumular frustraciones a reaccionar impulsivamente o por el contrario, a reprimir, lo que sienten.

Investigadora: Bueno, familias, vamos a hacer una pausa de este video, porque está un poco largo y yo sé que ustedes tienen unos compromisos después de este grupo de discusión. Lo que alcanzamos a ver y escuchar en el video nos va apoyar para resolver unas



preguntas, iniciemos con ¿Cuáles emociones pueden identificar fácilmente en sus hijos e hijas?

F25: por ejemplo, nosotros vemos en ella la frustración, ya sea porque no consigue algo en el momento, estalla y comienza a gritar.

F14: Bueno, en ángel yo las que más identifico son la frustración y la rabia, ¿por qué? Pues cuando se frustra es porque no consigue algo y en los momentos de rabia me doy cuenta es porque no se hace lo que él quiere y esto le genera que grite y lo hace salirse de su centro, y regularlo otra vez es complicado.

Investigadora: Gracias. ¿Hablan sobre lo que se lo que sienten sus hijos en su casa, ustedes hablan con mis hijos de lo que sienten ellos? ¿Y cómo lo hacen?

F14: yo lo que hago mucho con ellos es como decirles, bueno, esto sí, yo sé que esto te causó tristeza, estás triste, estás enojado o estás feliz o qué te está causando esto que estás sintiendo en el momento no, para saber en realidad qué es lo que siente porque no siempre él no siempre está sintiendo rabia como yo creo que me está sintiendo. Sino que tal vez están sintiéndose triste, entonces, yo pues igual yo les digo, o sea sentirse tristes también. ¿Sentirse feliz también está muy bien, sentir mal, genio también está bien que algo no te guste que algo te dé miedo, todo está muy bien, lo que yo les digo a ellos es como no quedarse en esa emoción todo el tiempo es lo que no está bien sentirlo y darle paso permitirle, está perfecto? Luego te calmas, respiras expresas lo que estás sintiendo y así yo te puedo entender y puedo saber qué es lo que tú necesitas que es lo que tú estás sintiendo porque si tú no me lo expresas, pues es muy difícil para mí, pero entonces yo ya le digo si como. Esto es estás triste, o sea, te duele, sientes algo adentro que te hace doler o estás muy molesto o qué es lo que sientes para yo poder identificar qué necesitas de mí.

Investigadora: Perfecto, gracias ¿Quién más?

F25: Por ejemplo, profe, nosotros con ella, lo que hacemos es equilibrar la balanza, o sea en el momento es, si la frustración es conmigo, Yo hago que mi esposo hable, porque yo también me tengo que calmar, porque son temperamentos que estallamos él habla y le dice, pasa esto con la mamá, pasa esto contigo no se le puede enfrentar. Así hablemos ¿Qué pasa? Y lo mismo en viceversa, pero con ella es muy difícil. Hay veces, porque con ella



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

siempre hay por qué un por qué yo quería yo tenía, yo quise yo quiero y tú no me dejas.
Esas son las frustraciones y lo que tratamos de hacer es equilibrarnos entre los controlarnos entre todos, porque si no, eso sería estallar todos.

Investigadora: Esta bien, gracias. Ahora, ¿cuáles son las emociones que experimentan con mayor frecuencia sus niños? ¿Y por qué?

F20: Con Isabela, nos pasa mucho en la casa es que ella es extremadamente extrovertida. Pues veía en el video mucho que hablaba desde las emociones malas cierto del mal genio de la rabia, la frustración, pero con ella nos pasa, es algo que es excesivamente alegre, y eso la lleva a ser imprudente, impulsiva. Ella se siente tan alegre y hace cosas, por ejemplo, como arañar sin culpa, al papá, pegarle una cachetada, pero. Es excesivamente, alegre y muchas veces a mí yo le digo bueno, Isa, bájele dos rayitas, yo sé que es una emoción maravillosa que esté alegre que esté contenta y se excede también en esa emoción. Y tenemos que hablar mucho con ella de esa parte y que le ponga freno.

Investigadora: Gracias, ¿quién más?

F19: Bueno, con Nataly, también ella es muy alegre y es la que le explica a su hermanito, todo lo contrario. Le dice cálmate, o sea, ella es la que calma a su hermano, que es mayor que ella.

Investigadora: Perfecto ¿Quién más?

F14: Bueno, en ángel creo que una emoción que más le identifico es la frustración y es demasiado. Es un niño que tiene demasiada energía. Siento yo y cuando no está ocupado, cuando su mente no está haciendo algo cuando no puede hacer lo que él quiere, porque básicamente su frustración proviene de no de no hacer lo que él quisiera hacer, él estalla demasiado, desde hace muchísimo se le ha venido trabajando obviamente, porque regularlo a él no es tan sencillo. Él es un niño bien retador en el sentido de que calmarlo y explicarle que esa no es la manera de expresar la frustración que le está sintiendo pues no es la manera correcta.

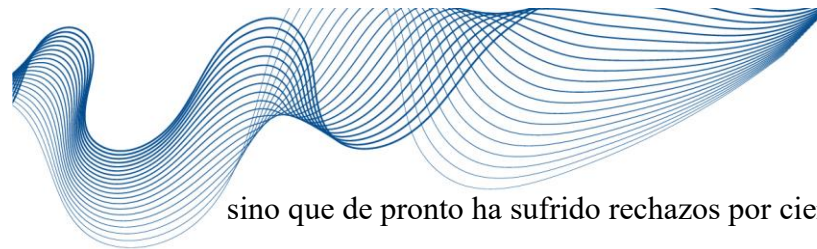
Investigadora: Gracias. Ahora vamos a tocar el tema de ustedes. ¿Cómo manejan ustedes sus propias emociones frente a sus hijos?



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

F23: Bueno, tengo un caso demasíadamente particular, pero lo voy a expresar yo. Porque una veces no escucha casi que los otros padres lo digan, pero cuando lo hablo soy la única. Con Luciana Yo he tenido temas de neuropsicologías, psicología y hasta psiquiatra, porque Luciana, desde muy pequeña. Se pone, entra en crisis cuando ve mucha gente cuando siente mucho ruido, grita y se pone a veces muy difícil. Pensamos en un principio que era autismo. Resulta que no es autismo después que déficit de atención. Y después de que está en el tema que te evalúan la inteligencia, me dicen que esta la a la deriva ni abajo, ni arriba. Con Luciana yo soy una mamá que está en clases particulares en jumo, donde le enseña el lenguaje Luciana, casi no se comunica bien igual está también en fonoaudiología. Entonces todo eso a mí me genera frustración. A veces alegría, porque A pesar de todo, es una niña muy tierna. Es alegre y cuando entrega su amistad sé que es una niña muy linda. En ocasiones tristeza, me siento a veces falta de empatía, ¿porque a veces siento que me falta mucha empatía? Por ejemplo, yo a Luciana, llevo mucho tiempo enseñándole las vocales y todavía es momento donde ella la desconoce como si no le importara y uno es como. ¿Pero por qué si es tan simple? Te lo he repetido de mi manera las tiene dibujadas en el cuarto está en común donde las traen libros, le tenemos tableritos, pero aún no las identifica. ¿Desde muy chiquita a Luci cuando le enseñamos los colores también, todo lo veía azul? Y todavía ahorita me pinta todo de colores y no hay un psicólogo como que todavía no he encontrado esa respuesta que me llene, me falta empatía, me falta entenderla más, la profe me ha ayudado mucho. Creo que se me siente mucho eso.

En este momento es triste esa y falta de empatía porque a veces yo me enojo, yo siento rabia otras veces pido paciencia, otras veces siento que tengo demasiada porque la niña es mayor es frustración es grosera y es una niña que se retrata con mucho amor yo sí he hecho, pero a veces sí me toca ponerle muchos límites porque yo no puedo permitir que ella de pronto en medio su frustración me agrega o agrede a otras personas. A veces pasa que con los otros niños he hablado con mí y mi hija me dice mamá “yo no sé, hacer una cosa, y mis compañeritos, sí” entonces ya no le gusta hacerlo en grupo. Entonces, yo a veces digo. No es que mi niña sea poco sociable, sino que ella te preguntó, hay algún rechazo y no lo acepta y se cohíbe, y entra en frustración y quiere de pronto estar sola. Pero en parques, veo que busca mucho estar con otros niños. Entonces, no es una niña que no le gusta socializar,



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

sino que de pronto ha sufrido rechazos por ciertas cosas que ella no se ha sentido a la par. Esto es muy fuerte para mí, pero fue chévere poderlo expresar acá y agradecerlo en el espacio.

Investigadora: Muchas gracias, bueno. ¿Y quién más? ¿Quién más nos quiere contar cómo manejan esas emociones frente a sus hijos?

F18: Bueno, por ejemplo, Jhana es una niña muy obediente, yo le digo mami vaya a hacer eso, ella va, ella lo hace, ella es quietecita, ella no se siente, pero al momento que ella se relaciona con mi hijo ahí se sale tú de mis manos se me sale todo de las manos, ese niño me la sonsaca, me la pone a hacer cosas mejor dicho eso juega, me tumba en la casa y yo exploto, y después me jalo los pelos mejor dichos de todo, ¿entonces yo sí? ¿Reconozco que yo tengo que trabajar mucho en la paciencia porque yo no tengo paciencia, yo reconozco que me falta paciencia?

F14: Yo quiero hacer una notación antes. Yo participó bastante, porque soy trabajadora social y sé lo que implica hacer este tipo de grupos focales. Bueno, en mi casa, pasa ¿Qué yo tengo 2 hijos? Está ángel y Gabi y son polos súper opuestos, ella es la calma y Ángel, como la tormenta. Yo siempre digo Dios mío, yo lo amo, pero siento que él llega a medir mi paciencia a medirla, porque él tiene o sea aprovechando que la mamita habla, él también ha tenido muchos temas de psicología de neurología. Pediátrica por temas de texturas, porque no le gusta comer cosas. Por qué a no le gusta nada. Tiene neurológicamente, voy a decir que lo han logrado interpretar con las cosas que él ha hecho que es diferente. Vamos a decir que tiene unas capacidades diversas diferentes y eso hace que la veces sea demasiado y yo a veces lo veo y le digo: Tú eres demasiado para mí, o sea, yo te amo, pero siento que hay momentos en que yo digo ven, o sea perdóname aléjate un momento de mí, es mi manera de autorregularme, pero digo, yo soy una persona paciente, sin embargo, obviamente soy un ser humano y por más de que tenga conocimiento en muchas cosas también. Digo, Dios y yo le digo tú me sobrepasas, o sea tú sobrepasas, todo lo que yo puedo autorregularme, auto calmarme, yo le digo, dame un momento para respirar. Porque es que si tú no te alejas de mi momento yo te voy a mandar lejos de verdad, él es demasiado y en extremo.



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

Entonces obviamente eso eleva la frustración en mí, la tristeza. Hace un momento reflexione que desde que él está en este colegio no raya tanto, porque en el otro colegio donde estaba a cada rato me colocaban quejas. Yo sé que él es difícil. La saca cosas que yo digo Dios mío, no el vuelo a mi paciencia ¿Qué pecado? Pero en vuelo, sí, y creo que obviamente eso no le funciona mucho a él yo trato de respirar, lo que pasa es que respiro, 20 veces antes de que ya en definitiva explotamos, ¿sí? Entonces creo que él es muy similar a mí.

Investigadora: Esta bien, gracias, ahora desde su rol como padre madre o cuidador. ¿Cómo actúa cuando su niño o niña esta triste enojado, frustrado ¿ustedes qué hacen lo regañan? ¿Lo escuchan o lo ignoran?

F25: profe, Yo creo que eso es según lo que haya pasado en el momento. Por ejemplo, con los 2 hijos míos, hay situaciones que a veces es muy difícil hablar, yo les digo cuando te calmes, hablamos. Pero por ejemplo con Montse, cuando ella grita, llega un punto que también lo hace gritar a uno. También supera los límites de uno, nos igualamos y también llega ese momento que a mí me toca ir. Bueno, yo soy la adulta. Si yo subo los niveles, ella los va a subir más y por eso yo te digo, nos tenemos que nivelar los 2 mi esposo y yo, y ahí entra el momento que mi esposo debe controlarla y hablar con ella. También he notado mucho que los niños actúan muy distintos, según el papá o según las personas y tienen sus propias conductas. Ellos tienen sus propias con o lo que digo yo es manipulación.

Por ejemplo, ella conmigo, gritabas más que con él (esposo). Y yo a veces le digo ¿pero por qué ya hablamos? ¿Porque haces eso ya te dije que no por qué lloras así, porque gritas así? Y con el papá no.

Entonces, yo también digo que hago para que ella se estalle de esa manera o grite, de esa manera o yo le digo tú en el colegio, también lo haces y me dice: ah, no. ¿Entonces por qué yo sí? Hay veces, también toca ignorar, ¿porque ella es por qué? Porque yo quiero yo quiero dámelo, dámelo, dámelo, y digo no Monset, no se puede en este momento no, tenemos muchos problemas con el tema del dulce. Me dice: Yo quiero un bombón, y le respondo no, Monset, primero almorzar y yo después te doy un dulce, no, yo no quiero ya ¿A cuál es más el dulce que eras más el dulce que eras más del dulce y es así cada 5 minutos? Entonces, yo también digo es según lo que esté pasando en el momento.



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ

Investigadora: Gracias, ¿quién más?

F20: Bueno, con sí, todo depende todos los días son diferentes. Y va, yo digo que va mucho en que haya pasado conmigo en todo ese día o en el día anterior o como este cargada de trabajo como uno también en muchas ocupaciones, ¿cierto? Sino tú un día una noche una mañana tranquila, pues digamos que uno, o, por ejemplo, en mi caso sé manejar más muchas situaciones con ambos también tengo 2 polos totalmente diferentes, muchas veces soy la mamá que digo listo, venga sentémonos.

¿Qué te pasa? O sea, ¿qué pasó? Bueno, eso estuvo mal, no era de la manera que lo querías hacer. Soy esa mamá que soy consecuente, entonces listo, hablemos, esto se puede mejorar, esto se puede hacer, de esta manera lo vamos a hacer juntos, como también ha llegado días que soy la mamá de que pegó el grito y me hace el favor y respeta, y se hacen las cosas así, y no es el momento entonces. Hay de todo, pero creo que soy la mamá de que, bueno, como que me vuela la paciencia. Muchas veces soy como que, bueno, va a respirar y, bueno, o espere váyase para su alcoba. 5 minutos yo también como que proceso en esos 5 minutos y después hablamos, pero sí soy la mamá. Es que llega más al diálogo que digamos al correazo, al chanclozo a la palmada, no a ese extremo. No soy la mamá que sí llega al diálogo. Pero, en algún momento, si toca, pues mostrar autoridad, digo, yo y manejar la emoción de ellos desde la autoridad que no es lo correcto, por lo que ahorita, miraba en el video. Pero si en algunas ocasiones, si toca esa manera.

Investigadora: Muchas gracias. Bueno, ahora la siguiente pregunta es, ¿ustedes cómo enseñan a sus hijos a entender y respetar las emociones de los demás?

F25: Bueno, yo en mi caso, lo hablo demasiado por muchas razones, porque todavía estamos en una sociedad que no comprendemos las diferencias. Ya sea culturales, biológicas, lo que sea no se ha entendido porque lo hago en mi caso, porque vengo de una familia muy machista. Y en mi casa hay gays, hay también niños con autismo. Y entonces para mí ese tema ha sido algo muy importante y lo quería hacer énfasis con mis hijos. Porque yo no tolero a la persona que señala, porque ya lo viví en mi casa. Entonces, ¿ay si es gay, no te juntes con él?



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

Ay, no, no lo contemples. Porque se te vuelve gay, entonces ese tipo de cosas se lo hablaba mucho. Por ejemplo, a Pedro, que es mi hijo mayor, que era el tema de que si era una niña que, si lo que eso era para niños, entonces todo ese tipo de cosas nos tocó cambiar.

Exacto. Es que no se podía poner una blusa rosada, porque era una niña. Con Monset también hacemos las mismas cosas, porque cuando dice, ay, si me pongo, eso es como para niños Yo no, señora, no, o sea hay que respetar si el niño llora, porque ¿Lloró? puedes hablar con él si el niño tiene alguna condición distinta, tú puedes hablar con él preguntarle, pero más de ahí no. Es enseñarles que el bullying no está bien hecho, porque ya lo vivimos nosotros con mi hijo mayor, tuvimos que hacer un énfasis en inteligencia emocional porque el bullying fue tan fuerte que me lo derrumbó. Llegó una depresión, a un límite que me lo derrumbo. Por eso es muy importante aclararle a los hijos que existen las diferencias biológicas, las diferencias personales, culturales, lo que sea es respetable, es un ser humano más que empieza y actúa como nosotros y que no importa lo que le guste a esa persona. Ese es el gusto personal de cada quien. ¿A ti te gusta jugar play? Muy rico a la persona le gusta leer, no hay una diferencia, ambos están viendo sus culturas y sus razonamientos personales en su inteligencia, como lo quieran avanzar. Y eso para mí es muy importante en los niños que ya no estamos criadas, como anteriormente, que todo era malo, si no éramos iguales.

Investigadora: Gracias mamá. ¿Qué más que como enseñan a respetar esas emociones, ustedes a sus hijos?

Está bien, entonces pasemos a la siguiente ¿Consideran que saben gestionar sus emociones y sirven de ejemplo a seguir en este aspecto para sus hijos e hijas?

F22: Profe, ejemplo, con Isabella. Es una niña que tiene mucha paciencia y yo no he sido nada paciente, ella es la que me ha enseñado. Entonces, antes yo gritaba y ella es como mamá, no me grites, ay, pero no grites o ¿por qué me vas a pegar? ¿Es así? Entonces, yo hace muchos meses he venido en el proceso de aprender que soy como ella. Trato de llevar la situación en paz.

F23: Bueno, yo. He medio todas mis vivencias con Lucy, yo a Luciana, cómo le he enseñado a propio el tema de gustos, a ella le encantan sus muñecos infantiles. Aunque los



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

tengo pues como clasificados, pero lo mismo hago como para enseñarle que también hay otros gustos y yo le digo a ella, bueno, luego sigue mamá, lo que le guste a mamá pero igual ve una película infantil, pero donde ya no hay muñecos, sino adultos, a ella no le gusta, pero ya sabe. Porque al principio no, ella creía que tenía que verse el resto del tiempo lo de ella, entonces como los fines de semana compartimos un poco el tema del televisor, porque realmente es el fin de semana. Entonces ella ya sabe, y después me dice, mamá es tu turno.

En el tema de las bebidas, desde muy pequeñita, siempre la costumbre a tomar agua con todo. Entonces, a veces en ciertas reuniones, me dan gaseosa, uno enseña desde el ejemplo yo tomo el agua, pero veo que los otros toman gaseosa y yo le he dicho que elija, pero ella es la que dice yo tomo agua.

Fue algo muy triste, porque Luciana, pues sufre mucho con el tema de caries, a pesar de tener una rutina ya de cepillado, que adquirió por medio de que es muy sencillo a las áreas, pero ya es como algo genético y lo decían a yo lo que yo siempre le he dicho es. El tema del ratoncito los gusanitos en los dientes que se enferman entonces Luciana tiene una ideología de me hacen daño, pero igual ella, cuando se descuida los come y después el cepillado. Es como cosas así, pero lo mismo soy yo, o sea, yo también traté de comer saludable para enseñarle a ella el tema a mi hija. Hoy no, le gustó el aguacate, créame que en 3 ó 4 días ya lo está comiendo, porque cualquier forma ella lo hace, pero ella respeta como a mi abuela le gusta eso. A mí no me gusta, eso es el tiempo de mi abuela. Eso me ha parecido muy ¿Difícil es con los niños más pequeños en los parques no le gusta? los aleja. O si le hacen a ella más durito, ella ya cree que le pegaron, y estos le parecen feos, Entonces ella utiliza sus palabras de cochino. No sé por qué, pero esa manera o sea la grosería más parte de ella, como me explicó el psicólogo, esta palabra es una forma de decir que no le gusta, es la manera más ofensiva en que ella te está diciendo que esa persona no te gusta. Entonces, tenéis que empezar a decirle, qué pasito o aléjate, entonces de él, pero cuídalo, enseñando a cómo ir procediendo. Yo sí he sido la mamá que cuente ¿para qué? Porque es que ha sido fuerte, pero yo ya aprendí, pues estoy en un proceso ya por lo menos le hablo 3 veces. Y yo le digo, ya tú sabes que yo soy una mamá muy enojona. Y cuando tú no me ves, me llevas a un límite, porque yo se lo expreso a ella, sí. Luciana, te hablé la



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

primera. Yo le hablo tercera a la cuarta, ya no le hablé, pero ella también ya reacciona. Si me dice mamá, cuando estás muy enoja no me hagas enojar. No se trata que tú me hagas la solución.

No me hagas enojar, háblame primero, dime si no lo quieres hacer y negociamos, pero hay cosas que tampoco te negocian. Ya, pero así es la madera, pero todavía fallo

Investigadora: Muy bien, ahora la siguiente pregunta es, ¿qué estrategias usan cuando ven a sus hijos molestos o tristes?

F25: Somos 4 temperamentos muy fuertes, en el caso con Montserrat, lo que hacemos es sentarla hablar y también aislarla, porque hay que aislarla. ¿Por qué? ¿Por qué? Porque ella a nosotros no aplica la violencia física, pero al hermanito si lo agrede, si a ella no le gusta, lo primero que hace es darle. Entonces, con nosotros lo que nos toca con ella, para no llegar tampoco nosotros a la agresión física, porque también entramos a niveles. Hablamos, te aislamos, entonces sirven estas medidas, yo te digo te tengo que dar una palita Monset, porque si estás haciendo lo mismo, tienes que respetar.

Ya llevamos 3 o 4 veces, tratando de decirte para. No, entonces, o sea, esa es la idea de nosotros nunca llegar al punto de la violencia física, pero nosotros ya hacemos mucho. Es aislar, o quitar. Lo que se dice castigar o te quito, tu Tablet o te quitó el televisor o te quito tu juguete y te aísla de tu hermanito cierto tiempo. Eso lo que nosotros hacemos con ella hasta no llegar al punto del maltrato físico.

F22: Profe, en mi caso, puedes la ponemos como a que se tranquilice hacer respiración a qué coloree, por qué eso, así como que la tranquiliza.

F20: Bueno, me pasó una situación en el lugar me ha servido mucho, pero con el hermanito mayor, porque él es muy temperamental, él ya llegó a una edad que se me para como un gallito fino, entonces, yo lo que le he dicho y me han servido mucho, pues para que no le pase como esa rabia, porque le pasa la rabia a la hermanita. Entonces, yo lo que digo es te vas para tu alcoba, te me encierras y esperas un ratico, respire, cálmese cuando yo voy mirando, yo voy mirando yo como que ya está más calmado. Entonces, ¿yo qué hago yo? Ya entro cuando ya no lo veo en esa situación, yo entro, yo le digo listo, o sea lo que hiciste está mal, Isa, también te jaló el pelo, entonces eso también estuvo mal, yo les valido, pues



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

que de ambas partes la situación estuvo mal, pero, bueno, tú eres el mayor, entonces vamos a hablar desde que tú eres el mayor desde que mira lo que hiciste la hiciste enojar a ella te haló el pelo o sin culpa te lastimó, te aporreó, pero, bueno, ya no me va a pasar más, vamos a respirar, pero es que ella también se mereció una pela, ya también se merece encerrarse, y ella está por allá, alegre de la vida con ella no pasó nada con ella el problema más grande del mundo.

Entonces, vamos al tema de que también la alegría. Yo también, como que, bueno, bájele dos rayitas, espere que él está de malgenio, usted no esté tan alegre, porque lo has de poner más bravo, eso se vuelve una negociadera. Uno es después, fiscal abogado del uno del otro. Pero, bueno, lo tratamos de llevar de esa manera la mayoría de las veces cuando se puede.

F14: En mi casa, cuando yo he partido desde la experiencia y es que un cerebro alterado no escucha, sí, pierde todo el sentido de la razón. Y lo hablo también desde el adulto porque no como adulto, pierde ese sentido en razonamiento, cuando el cerebro está muy alterado. Entonces yo aplico esa lógica en mis hijos, y digo no me va a escuchar por más de que yo le diga cálmate, cálmate, cálmate, respira, respira contemos no va a pasar, porque. Está demasiado. Esta un punto la alteración donde sí, digamos que yo lo dibujo, así como hay mucho ruido en tu cerebro y no, y lo puedes escuchar, entonces yo, por ejemplo, ángel y a Gabi, también que ya también a veces estalla demasiado, lo que yo les digo es como alejense un momento. Váyanse un momento a su cuarto, sí, respira allá te necesitas calmar, pero no me vas a escuchar ni vas a recibir mi abrazo, ni vas a recibir el que yo te entiendo el que yo entiendo que estás triste o el que estás frustrado o el que está, por qué no me vas a escuchar, entonces hazte a un lado si necesitas un espacio, toma tu espacio. Y cuando tú sientas que ya podemos hablar entonces, hablamos lo que te está pasando, pero yo siempre les digo es como ve, aléjate un momento. Aléjate, busca otro espacio diferente para que entres en calma y puedas escucharme lo que yo tengo por decir, porque si yo te hablo en ese momento tu no me vas a escuchar, y lo mismo pasa, cuando ellos se pelean, es que no me disculpa, digo no, cuando tú estás enojado, ¿tú escuchas algo? Ángel, por ejemplo, dice, no de exactamente, le pasan otro cuando mamá, cuando Gabriela está enojada, no, escucha, su cerebro no, escucha, y no está entendiendo lo que tú le estás queriendo decir, entonces, tú lo que vas a hacer por respeto es vas a esperar. Y le vas a dar un tiempo a esa persona de que



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

se calme de que vuelva a su centro de qué se tranquilice y tenga toda la capacidad cerebral de volver a escucharte. Porque si no, no te va a escuchar, no pidas. Perdón, no disculpas, este no es el momento hay que esperar, después lo haces.

Investigadora: Miren qué tema tan importante lo que han abordado todos y lo que ustedes han expresado le da continuidad a la siguiente ¿Cómo familia establece normas y límites para cuando sus hijos o hijas reaccionan de forma negativa ante una situación frustrante (gritos, rabietas, golpes, etc.) ¿Cuáles?

F14: Por ejemplo, en mi caso, cuando todavía estoy en calma, porque obviamente hay momentos que uno también está fuera de su centro y quisiera mandarlos lejos, por ejemplo, cuando ángel me dice, es que yo le dije a Gabriela que no me quería que me hiciera tal cosa cierta. Y yo le digo. Mira, Gabi que tú no estás respetando el límite que te está poniendo tu hermano, no es no. No importa si para ti es gracioso, si para ti no es no, y aplica, para ambos lados, y yo, ustedes yo les digo a ellos. Ustedes tienen que respetar el límite de la otra persona. ¿Si tú sobrepasas ese límite, tienes que asumir la consecuencia de lo que el otro hago? Sí, porque por alguna persona te está diciendo a ti, ya no me gusta. No quiero no se hace no, sí, entonces yo les digo listo ¿Está bien que te enojaste? Yo entiendo que te enojaste. Tienes razón en haberte enojado, porque Gabriela no escuchó el no que tú le dijiste, sin embargo, eso no significa que tú tengas el derecho a golpearlo. Listo. Yo digo por qué el golpe no es chévere, no es agradable. Y si tú le pegas a ella te va a pegar a ti, porque toda acción tiene una reacción. Y si tú no quieres sentir esa reacción del otro, tienes que también aprender al respeto y yo le digo por ejemplo, sobre todo a Ángel, mira, tú eres un niño, y pues yo, por lo menos yo en mi casa Alejandra, yo lo hago muy así, tú eres un varón. Y, tú no le debes levantar la mano nunca para ninguna niña mujer jamás.

Puede que tú tengas la razón por qué la tienes muchas veces, pero eso no significa que tú agredas, o le levantes la mano a una mujer, por lo menos en mi casa. Eso es súper importante, yo se lo recalco mucho y yo le digo, pilas con las niñas y pilas con las mujeres, porque en mi casa somos un matriarcado, solo somos mujeres y el único varón o sea no solo en mi casa, sino en mi familia. Somos mujeres, mi abuela, mi mamá, mis tías, mis primitas, él está rodeado de mujeres y el único varón de la casa es ángel, por ende, yo le



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

digo, tú estás acá aquí ninguno te la va a perdonar, eso sí puedes llorar aquí todas tienen un geniecito, bien, parejo, digo, acá nadie te va a perdonar que tú seas el único niño de esta familia. Pero tú tienes que aprender a respetar. Nunca agredas a otro, incluso si es un niño, tampoco agredas, a nadie siempre tienes que decir, no me gusta esto no me digas. Esto no me falte al respeto con esto, tal cosa no, no, no, y él me dice, por ejemplo, dices, yo les dije que no me hicieran, pero me hicieron. Yo le digo, ¿y tú qué hiciste? No, yo le dije a la profé. O yo le dije al niño que no me gustaba que me hicieran eso me digo. Ok, está bien, perfecto, es tan simple como que, si a ti no te gusta algo que te hagan algo, no se lo hagas a otro. Respeta siempre, ¿por qué? Por ejemplo, ya a veces dice, no mami, pero es que hicimos tal cosa y yo ya sé hacer eso. Y yo el amor, pero tú tienes que respetar el proceso de todos, porque el hecho de que tú tengas un proceso diferente que tú sepas unas cosas. No, significa que los otros no tengan la oportunidad de aprender, cierto que tú ya lo sepas no significa que todo el mundo lo tenga que saber. Entonces tienes que ser paciente y ser respetuoso para con el proceso de los otros niños también y esperar que ellos aprendan.

No todos han pasado el mismo camino, no todos han estado en los mismos lugares, por ende. Hay que respetar y esperar, y si tú ya sabes, apoya, y aporta lo que tú sepas en vez de decir: Es que yo llamé ese no, no. Desde ahí también digo como mucho la diferencia con el otro el respeto hacia lo otro bueno. Así lo hago yo en mi casa.

F20: En algunas ocasiones, Isabella, se enoja porque con el hermanito tienen un celular, y este celular yo lo tengo aparentado para que cada uno lo use una hora al día y esa es la tecnología a la que ellos acceden en el momento una hora al día de su celular. Yo les controlo, pero ahí pueden sus juegos, sus cosas, tienen una hora al día. ¿Qué pasa Isabella abre el ojo y ya quiero usar su hora? Y entonces es apenas todavía abriendo el ojo con las lagañas, y ella quiere tener celular en la mano, entonces ya yo a mí me tocó yo dije listo lo del celular es buena idea, bueno, no es ahorita tan rápido, habérselo dado, pero, entonces vamos a ver cómo se lo vamos a controlar una horita, ya dijo, era sus cositas su a avatar, y entonces qué hago yo para que ella no se enoje, entonces, yo le dije yo un día lo senté y les dije listo. Tienen este celular, cada uno tiene una hora al día. El día tiene funcionalmente 12 horas en el día no, es que se levantan y lo tienen que usar. Pero si lo quieren usar, entonces hay reglas, ¿cuáles son las reglas? se levantan, saludan, desayunan se bañan, tienen el



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

uniforme puesto, el bolso listo, y ahí sí, ustedes verán, se levantar a las 7:00. 8:00 de la mañana tienen hasta las 11:00 para hacer todo lo que les dije y poder acceder a su hora de celular. Entonces, ya Isabella, sabe, a veces trata de hacérmelas de que se levantó, y es que ay Ángela me mandó ahí que ya necesita bañarse, yo no sé también a bañar, se acuerdes de las reglas, tiene que estar desayunada, bañada, uniformada, y con el bolso listo, va a poder usar su hora y ahí sí, corre, entonces esa regla. Me ha servido un montón, porque así evito que se me encierre en la pieza enojada que, porque no es apenas ella abre el ojo de la cama. Entonces me ha servido mucho como esa regla y ya sabe que tiene que ser bañada por lo menos bañada y desayunada para yo permitirle ver su hora de celular.

Investigadora: Gracias, ¿Alguien más que nos quiera hablar sobre esas normas y límites?

F23: Me lo recomendó la psicóloga, por ejemplo, lucí ante la frustración. Ella es un poco agresiva. Entonces, ya la psicología me dijo, no te vas a enojar. Simplemente vas a poner cómo te gustaría tu hogar, entonces con Luciana, se le habla, todavía no funciona mucho, pero como digo, ya ahorita ya me responde, me grites cierto, porque ya decidimos en esta casa no se grita y se dicen pues baja en esta casa, comemos todos juntos, entonces Luciana tiene que también esté haciendo lo que esté haciendo se sirvió la comida, ella ya se sienta tranquila, entonces todo es como emoción en esta casa no se pega, entonces Luciana coge y hace así para agredir, la quito inmediatamente Luciana, en esta casa no se pega, los tratábamos con amor, nos tratamos con respeto, tal vez más como lo que me recomendó la psicóloga y me ha ayudado mucho. Porque a veces uno se frustra quiere solucionarlo. Ya, entonces, ya es como el hecho de que yo ya la veo respiro, sé que la chiquita sea ella que tengo que ayudarla, entonces con eso le salgo, pero ella ya utiliza medio, medio, el mismo lenguaje, entonces me sale con la misma a mí cuando me vi enojada.

F20: Uno pone la regla y también hay que respetarla, porque si yo les digo, estas son las reglas para el otro día por todo y yo soy muy ocupada en las mañanas y a veces por ocupación, entonces uno es permisivo como para tenerlos entretenidos. Entonces, yo trato de que yo también cumpla esa regla, porque si yo te dije que es bañada, desayunada, por lo menos no va a haber el día que haya permisividad. Fue que la regla se ponga firme sea los días que sea que toque hasta que se ponga bien en firme.



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

F6: En mi caso no emociona. ¿Por qué? Yo soy mamá, cabeza de hogar, yo soy mamá y papá. Y mi mamá lo cuida, ella tiene 74 años. Yo le pongo límites y reglas cuando estoy pero mi mamá no te literal con Nicolás, o sea yo escuchando todo lo que hemos hablado acá. Yo me siento también muy frustrada, demasiado frustrada.

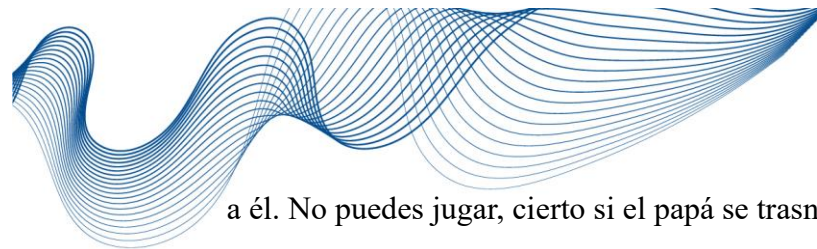
La profe sabe que Nico es un niño que el tema de las emociones es muy difícil, demasiado difícil y para mí es mucho más difícil, porque yo soy en la universidad, yo trabajo, yo poco tiempo comparto con él.

Mi mamá es una señora de 74 años es sorda. La manera de ella para tenerlo concentrado es darle el celular todo el día. Yo le he ido a mi mamá a mami, no mami, no, pero ella está muy viejita. Ella sí tiene que ir a cocinar a hacer algo para que Nico pueda estar concentrado, le presenta el celular todo el día. Digamos que yo llego a ser mamá y a ponerle reglas, pero al otro día mi mamá ya, las tumba.

Entonces para mí el tema de Nico es muy difícil, ser mamá para mí ha sido muy frustrante demasiado.

F25: Para nosotros en el tema de las reglas y y todo ese tipo de cosas, estamos en una era completamente digital. Todos vivimos unas etapas muy diferentes, cierto, ahora estamos en la época digital. Yo no la prohíbo 100% porque la etapa de ellos, lo que sí se hace es un control manejo sobre este conducto que abre la puerta a todo a todo, entonces, por ejemplo, en el tema de los castigos es, según lo que pasa en el momento y la reacción de los cuatro. Porque es que somos 4, somos 4 que afecta cualquier cosita, afecta a los 4.

Sobre todo, si es Montserrat la el problema en el momento. Entonces los castigos como dije son sancionar, quitar, aislar. Y pues yo ya digo que el tema de darle una palmadita eso ya tiene que ser que los límites sobrepasaron el nivel que yo digo que hasta uno se siente mal. Yo me siento mal. Yo me siento muy mal, porque yo trato de hacer lo que se llama una crianza respetuosa. Respetémonos todos, porque yo no quiero que porque yo te pegue porque dices, tú me diste una palmada, yo se la devolví a Pedro y yo le dije, no, no, no es así. Eso es lo que yo trato de evitar que ese círculo siga y con los permisos es igual, por ejemplo, el tema del play, yo tengo 2 gamers que es mi hijo mayor y papá, yo no le puedo ir



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

a él. No puedes jugar, cierto si el papá se trasnocha, jugando, compiten, estudian para competir.

Y no lo puedes hacer, entonces yo lo que le digo a él, tú lo puedes hacer el fin de semana, cuando ya toda la semana hayas tenido tus responsabilidades, de arreglar cuarto, estudiar hacer tus tareas. A mí la psicóloga me dijo algo: mamá., tú no lo puedes manipular diciéndole que si no sacas buenas notas le prestas el play, y yo venía con eso, porque perdía un examen Ah, no tengo jugar. No te dejo jugar, porque tu única responsabilidad era estudiar. Entonces la psicóloga, me dijo: nunca más lo vuelvas a hacer, porque eso le trauma a él de que si no estudia, él no puede hacer lo que quiere hacer el fin de semana. Entonces, toda la semana tiene algo en la cabeza y eso genera depresión.

Genera rabia que genera frustración y me pasó una vez que él del miedo no me mostró el examen y lo escondió y como yo soy de las que muevo todo para organiza lo encontré y yo le dije, pero que ese me dijo tuve miedo, porque me ibas a quitar el play que yo les dije, ella va a ser peor. Ya nos vamos a sancionar muchos días con el play, porque no tenías por qué hacerlo, yo nunca te pego por una nota mala y el play no puede ser la mitad de los 2. Esto se puede recuperar. Pero la mentira es no. La mentira no se recupera.

Entonces yo todos los días yo le estoy preguntando ¿si me estás entregando? Por la desconfianza, ósea me tienes que volver a ganar. Esas son las cosas que nosotros manejamos.

F22: A mí el tema de las normas me parece muy difícil, porque papá y mamá de Isa trabajamos juntos, entonces Isa está con nosotros siempre.

Pero en los tiempos que estamos en casa, mientras nos organizamos empacamos que la lonchera, las cocas y todo yo soy una mamá que, te levantas la cama. Es un tema que puedo durar todo el día ir a tienda a la cama. Entonces, no juegas con la tabla y no juegas con la Tablet, pero no tiene la cama, pero si me lava al baño y quiere tender mi cama, pero la ella no, o sea me parece. Me apareció el tema más difícil.

Mi mamá dice, pero así era usted pequeña, pero yo le respondo, má ya estamos en otros tiempos, cierto y uno no quiere pues que los hijos sean como uno, sino que cambiar el patrón.



UNIVERSIDAD SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

Entonces, yo, por ejemplo, a veces la castigo y el castigo y el castigo que más le duele es la Tablet. Pero entonces ya llego al trabajo, me ocupo y el papá dice: Isa juegue con la Tablet entonces ya yo empiezo con él. ¿Pero por qué se la presto? Porque no me pregunta si puede o no, y o sea eso se forma. El dilema está ya yo ocupada trabajando también le digo: Isa juegue un ratito. Entonces ella ya no me cumple, porque igual se le está prestando la Tablet.

Investigadora: Estos temas lo hacen a uno como reflexionar. Ahora de manera muy conclusiva vamos a expresar que nos llevamos, que evaluamos de este momento.

F25: Bueno, profe, gracias por la pauta de hoy yo vengo trabajando este tema desde que lo que pasó con mi hijo mayor con el tema del bullying, que nosotros le hicimos una terapia psicológica a base de las emociones, porque llegó ese punto de derrumbe que la verdad creíamos que se nos iba a suicidar, entonces, para mí esos temas son muy importantes, porque uno como lo dicen, también somos niños heridos, somos niños que estamos tratando de sanar muchos patrones, evitando que esos patrones sigan otra vez en su mismo círculo ya no de 180 sino de 360, ya no queremos seguir dando las mismas vueltas. ¿Qué me sigo llevando? de que no me siento mala madre, creo que todos los días me levanto y digo: no es una respuesta.

Y que los niños tienen que aprender que él no también es una respuesta y que no son ellos los que se deben de acomodar al mundo de nosotros y no nosotros al mundo de ellos, y respetar que todos tenemos límites, que todos tenemos emociones fuertes que todos gritábamos, pataleteamos. Pero todos somos un humano que aprendemos todos los días de eso y que a ellos los estamos forjando a todo lo que viene. Por eso digo el respeto, la importancia de respetar las diferencias es lo que hoy en día puede cambiar muchísimas cosas, la empatía eso es lo que yo digo.

Porque todo el problema es tan erradicado en que si tú no eres igual a mí no entras, no entran, no encajas y ahí comienza todo mal, porque puede haber niños muy fuertes que digan. No me interesa como la línea tuya que tiene un rechazo, se aleja.

Soy muy padre cuando hablas de tu hija, me siento muy identificada con ella o pasa que el niño por querer ser aceptado, empieza a hacer malas acciones. Entonces a mí todo el mundo



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

me decía, porque cuando le hicieron bullying, al niño no le dijiste que le era una patada de golpe y yo le dije es que esa no es la idea. Yo no quiero que él reaccione con una violencia que él está haciendo, porque es que estamos reaccionando a la violencia que no debe pasar. Es algo que no debe pasar, porque si a mi hijo le están diciendo gay en el colegio, porque mi hijo no dice eso a usted, porque eso no lo ve en la casa. Para mí, estos temas siempre que lo refuerzan a uno un año, sigue reforzando, y entonces uno dice, bueno, vamos por buen camino. Algo, vamos a cambiar para la siguiente sociedad que llega.

F23: Yo agradezco inmensamente este espacio, porque de verdad a mí me ha ayudado mucho más que Audiolibros, me llevo más a escuchar a otras mamás y darse una cuenta de que uno no es el único que está pasando por eso y que su hijo de verdad a pesar de ser un ser humano tan diferente en muchas cosas, se parecen a ellos, también a otros, en un pedacito de cada uno de los otros. Y eso ayuda de una manera el alma y como que te vas incluso para la casa, se va uno diferente, porque la familia en ocasiones, a pesar de ser una red de apoyo te ataca y tú puedes respirar y decir tranquila, no pasa nada ni siquiera responderle, sino como no pasa nada lo estás haciendo bien, todo va fluyendo, y ya o sea como que ese respiro sirve mucho.

F6: pues la verdad yo estuve poco participativa, porque yo sí tengo como muchas dudas con ese tema, cierto por lo que les dije, pero hoy me llevo cosas muy bonitas. Por ejemplo, el tema de ponerme en el lugar de él y entenderlo cada aquel tiene una emoción.

A veces me cuesta. Cuando él es triste hacerle sentir que está bien que esté triste hacerle sentir que sabían que esté frustrado, porque a veces yo no sé manejar eso. Entonces, a veces, cuando yo ya soy muy alterado yo le digo vaya, y se encierra, y yo también me encierro. Respiré, yo respiro, pero a veces me cuesta mucho, entonces como que todo lo que hemos hablado acá. La verdad me lo llevo hoy para mejorar, para cambiar y para tratar de ser una buena mamá que yo sé que a veces me cuesta y aparte que Nico también viene con muchos, pues como con muchas situaciones. Él es un paciente renal. Desde los 2 años le descubrieron esto. Él toma medicina tomaba 14 pastillas diarias.

Por ejemplo, el nefrólogo me dice mamá. La prednisolona y todos los medicamentos que él toma hacen que en el comportamiento y en las emociones eso tenga mucho que ver. Es para mí, todo ese tema ha sido pues súper duro, porque me dicen. Puede que viva mucho. Puede

que no viva mucho si el tratamiento no funciona diálisis, si la diálisis no funciona trasplante riñón y uno sabe, pues que, en este país, mortal.



Parte que también he sufrí violencia intrafamiliar a Nico le toco ver todo. Yo siento que ese tema para mí es complejo, pero muchas gracias.

F22: Yo quiero contar, Isa a mí me da una enseñanza, yo antes, pues la amenazaba con un ramalcito, o sea como dices y no haces eso voy a coger el ramal. La verbena nunca la conseguí, pero el ramalcito. Entonces, profe, yo tuve una conversación muy profunda con una amiga. Ella es muy profesional y todo y cierto día hablando así a los niños ella me dice Kelly, venga. Usted amenaza a otro niño en la calle. ¿Usted respeta otro niño, otro adulto de la calle? O sea, tú, porque te sientes con autoridad entonces, gritas a Isabella o la amenazas o le pegas la pela. Si es el ser que tú más amas es el que con el que menos debes hacer eso, profe hasta ese día yo amenacé a Isa, yo que hice, hablé con Isa, y yo Isa, no te voy a volver ni a castigar ni con el ramalcito, ni a pegarte una palmadita, pero tú vas a tener que aprender a escuchar. Y que cuando la mamá habla, entonces tú haces las cosas para que no me de rabia.

Y es un proceso. Siento que con los niños es más de un oponerse, como ellos, o sea olvídense de que tú eres adulta. Y listo, ella se frustra, bueno que los juguetes que una cosa que tú no juegas conmigo. Bueno, vamos a la casita, vamos a jugar y uno se mantiene cansado y todo, pero a pienso es un rol como padre que uno quiso, pues porque yo a Isa la busqué, entonces ya es como algo que uno quiso.

F20: Bueno, yo me llevo a algo y le puse atención al video y es verbalizar. Lo voy a implementar más. Yo lo hago, pero no siempre, entonces, creo que esa palabra verbalizar enfoca eso, enfoca todo lo que ustedes han dicho como el resumen de todo lo de la reunión o sea hablar más con ellos, ponerlos más en su lugar, ponernos más a la altura de ellos para hablarles, tratar de entenderlos, de entender la emoción que nosotros tenemos de rabia y frustración como mamás en ese momento pensando que las cosas las estamos haciendo mal. Y también para que ellos de esa manera nos digan. Es que las cosas pasaron, así entenderlos, entonces cómo llevarme esa palabra de verbalizar, a ver si también trato de acomodar bien las emociones entre los 2 hermanitos, para que también ellos se la lleven un poco mejor y nos hagan la vida a los papás, un poquito más llevadera, también.

Investigadora: Muchas gracias, familias por este espacio, damos por finalizado este grupo de discusión. Gracias.



Anexo 15

Propuesta pedagógica: Tejiendo emociones en el aula

Esta propuesta pedagógica se elaboró con la herramienta Heyzine, para consultar con mayor facilidad.

Link de acceso: <https://heyzine.com/flip-book/68cffd9de3.html>