

# La arteterapia como estrategia para contribuir al desarrollo socioemocional de los alumnos de 1° B de primaria del “Instituto Soledad Acevedo de los Reyes”

Blanca Nadxieli Toledo Antonio  
Educación Primaria  
Facultad de Educación  
Universidad de Morelos

Durante el ciclo escolar 2019-2020 se realizó la práctica profesional en el Instituto Soledad Acevedo de los Reyes ubicado en Morelos Nuevo León, en el grupo de primer grado B, con un total de 17 alumnos. Al inicio del curso escolar se realizó un diagnóstico para medir el nivel académico de los alumnos en las asignaturas de español y matemáticas y se aplicó un instrumento para identificar los estilos de aprendizaje de los niños. Además, se utilizaron varias semanas para observar a los alumnos y se detectó en ellos dificultad para el manejo de sus emociones. Ante esto se decidió aplicar un instrumento titulado el test de Anita y Roberto para medir el desarrollo socioemocional del niño. En base a la metodología de la investigación acción se decidió elaborar un plan de intervención pedagógica donde se utilizó la arteterapia para favorecer el desarrollo socioemocional del niño. Durante la aplicación de las estrategias en el primer y segundo ciclo de intervención, se evaluó como fueron mejorando los alumnos en el manejo de sus emociones. Los resultados y las evidencias del trabajo manifiestan su nivel de credibilidad; así mismo, se favorecieron y fortalecieron las competencias profesionales del perfil de egreso del normalista.

*Keywords: Arteterapia, Desarrollo socioemocional, Estrategia*

## Introducción

Durante el ciclo escolar 2019-2020 se realizó la práctica profesional en el Instituto Soledad Acevedo de los Reyes ubicado en Morelos Nuevo León, en el grupo de primer grado B, con un total de 17 alumnos. La práctica docente se llevó a cabo en el grupo de 1° “B”, a cargo de la 16 maestra Diana Ortiz Salomé. Los niños vienen de distintos Estados de la República Mexicana, algunos del municipio de Morelos e, incluso, uno del extranjero. Está conformado por diecisiete alumnos, de los cuales once son niñas y seis son niños, cuyas edades son entre los 6 y 7 años, por lo que se encuentran en la etapa preoperacional según Piaget citado en (Rice y Salinas, 1997) Al inicio del curso escolar se realizó un diagnóstico para medir el nivel académico de los alumnos en las asignaturas de español y matemáticas y se aplicó un instrumento para identificar los estilos de aprendizaje de los niños. Además, se utilizaron varias semanas para observar a los alumnos y se detectó en ellos dificultad para el manejo de sus emociones. Ante esto se decidió aplicar un

instrumento titulado el test de Anita y Roberto para medir el desarrollo socioemocional del niño. Las emociones son el componente más humano de las personas, la capacidad de sentir permite aprender de las experiencias, vivirlas y reaccionar de manera diferente ante ellas. Los niños al igual que los adultos experimentan la misma gama de emociones, por lo que es importante que aprendan desde pequeños la función de cada una de ellas y sean capaces de manejarlas en forma apropiada. Tanto los padres como los docentes juegan un papel relevante en el conocimiento y el manejo de las emociones de los niños, porque todas las respuestas que el niño experimenta diariamente pueden marcar en forma positiva o negativa su vida, y el manejo adecuado contribuirá a formar personas sanas emocionalmente con un desarrollo personal y para la convivencia óptimos para vivir en sociedad. En base a la metodología de la investigación acción se decidió elaborar un plan de intervención pedagógica donde se utilizó la arteterapia para favorecer el desarrollo socioemocional del niño.

## Antecedentes

### Desarrollo emocional del niño

De acuerdo con (Heras Sevilla, 2016) el desarrollo emocional es la capacidad para reconocer y expresar emociones, regularlas, ponerse en el lugar de otro, identificando y resolviendo problemas. Es fundamental que los niños, desde una edad temprana, desarrollen cada uno de los aspectos ya mencionados, ya que enfrentarán numerosas situaciones en las que deberán afianzar su autonomía. (Alzina, 2013) menciona que: “La educación emocional tiene como objetivo el desarrollo de competencias emocionales. Entendemos las competencias emocionales como el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales” (p. 11). (Vielma y Luz, 2000) define al desarrollo emocional como un proceso social que se inicia a partir del nacimiento y es asistido por adultos u otros agentes considerados más competentes en cuanto al manejo del lenguaje, habilidades, y tecnologías disponibles en ese espacio cultural. Agregando a la idea anterior (Cohen et al., 2006) define a la educación emocional como la enseñanza y el aprendizaje de habilidades, conocimientos y valores que promueven la aptitud emocional y social.

### Principales exponentes

En el año 1990 el término “inteligencia emocional” fue dado a conocer por los investigadores Peter Salovey y John D. Mayer (Perdomo et al., 2011) proponiéndola como la (IE), una habilidad mental dada por los componentes sociales y emocionales de la personalidad, constituidos a su vez por la capacidad de percibir, facilitar, comprender y manejar las emociones. (Berrocal y Pacheco, 2005) mencionan que el modelo de habilidad de Mayery Salovey consideran que la IE se desarrolla en cuatro habilidades básicas: “La habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para

regular las emociones.” (p.68). Para Howard Gardner la inteligencia emocional implica la habilidad necesaria para resolver un problema en cualquier contexto. También hace referencia a que cada individuo posee un perfil de inteligencia y que será más competentes en algunas disciplinas y menos en otras. Sin embargo, en el sistema educativo se suele tener más en cuenta la inteligencia lingüística y lógico-matemática, dejando a un lado todo lo demás (Macías, 2002).

### Tipos y dimensiones de inteligencia emocional

(Hoz, 2007) cita a Goleman (2002) para identificar las dimensiones de la inteligencia emocional: autoconocimiento, autocontrol, automotivación, empatía y habilidades sociales. Cada una de ellas es necesaria y todas se relacionan entre si ya que sin inteligencia no existiría la capacidad de reflexionar. En la opinión de (Pereda Pérez, López Guzmán y González Santa Cruz, s. f.) existen dos tipos de inteligencia, la personal y la interpersonal. La primera abarca la conciencia de uno mismo o autoconocimiento emocional, donde se reconocen las emociones y los efectos que pueden causar en el individuo. La autorregulación o autocontrol emocional consiste en no dejarse llevar por los sentimientos del momento ni por los impulsos, para ser responsables de los propios actos. Por último, la automotivación, que es tener un estado de persistencia y voluntad clara y tenaz para alcanzar los objetivos propuestos, haciéndoles frente a los desafíos.

### Falta del desarrollo socioemocional

De acuerdo con (Fernández-Berrocal y Ruiz Aranda, 2017) existen cuatro áreas en las que una falta del desarrollo de la inteligencia emocional provoca la aparición de problemas en las relaciones interpersonales, bienestar psicológico, rendimiento académico y la aparición de conductas agresivas. (Goleman et al., 2016) menciona que la ausencia de la inteligencia emocional puede propiciar una falta de empatía, no reconocer sus propios fracasos, una mínima colaboración o comunicación con los demás, convertirse en un líder obsesivo que se centra desproporcionadamente en los detalles, ser una persona que no puede asumir responsabilidades,

que no valora adecuadamente el trabajo bien hecho y reprueba el bajo rendimiento. (Cassan Tachlitzky y Gispert, 2006) declaran que cuando los niños no desarrollan el control emocional, en especial la ira y la agresividad, presentan problemas emocionales y sociales que se ven reflejados en las aulas cuando los alumnos son violentos. (Coon y Mitterer, 2016) hacen referencia al caso de las personas que sufren un daño en la amígdala y como resultado se vuelven ciegos a la emoción, son incapaces de comprender las expresiones emocionales de los demás, especialmente las emociones que se transmiten por los ojos. Esto hace que pierdan su disposición y capacidad para relacionarse con las demás personas.

### **Contexto familiar en el desarrollo emocional**

Durante el desarrollo del niño se puede observar cómo adquieren las habilidades para relacionarse con las personas que lo rodean. Estas habilidades se desarrollan desde el hogar, como manifiesta (Vásquez de la Hoz, 2009). Dice que estas habilidades las aprenden los niños por lo que ven en los adultos. Cuando el alumno es violento existe la posibilidad de que haya aprendido esa conducta en su hogar y por eso la aplica al medio que lo rodea. Así mismo agregan (Márquez Cervantes y Gaeta González, 2017) que el ambiente familiar es el que influye en el desarrollo del individuo. En la actualidad muchos padres están dejando a un lado la convivencia que deben desarrollar con sus hijos, causa por la cual se generan en este tiempo seres humanos frustrados, violentos e irresponsables, víctimas de adicciones, enfermedades e incluso la muerte.

### **Papel del docente en el desarrollo Socioemocional**

(Martínez et al., 2018) citan a (Sandoval, 2014) y (Castro, 2006), quienes afirman que los docentes son pieza clave para que la educación en valores y la formación socioemocional sean perfiles del carácter del alumno que le permitirán tener una convivencia escolar sana y, por lo tanto, aprenderán a vivir en sociedad. (Calderón Rodríguez et al., 2014) mencionan que los docentes cumplen una función muy importante en la formación de cada estudiante, ya que su labor no solo implica la transmisión de conocimientos

académicos sino también la de actitudes personales y emocionales para cada uno de ellos. Por eso es de suma importancia que cuando el docente se presente en el aula de clases manifieste una buena actitud, porque si no es así los niños reflejarán lo que vean y harán lo mismo. (Sevilla et al., 2016) dicen que los primeros vínculos emocionales se establecen en el seno de la familia, y el segundo lugar será la escuela. Allí el niño podrá desarrollar la inteligencia emocional que es tan importante en la vida.

### **Educación socioemocional en el plan de estudio**

El plan de estudios 2011 hace referencia a la Educación Socioemocional en el nivel de primaria y señala que debe estar enfocada al desarrollo e integración de conceptos, valores, actitudes y habilidades que les permita comprender y manejar sus propias emociones, la construcción de su identidad personal, mostrar empatía hacia los demás, establecer relaciones positivas con los que los rodean, además de tomar decisiones asertivas y manejar los conflictos que se presenten. Por medio de ello se busca que los alumnos tengan una mejor convivencia con las personas y desarrollen habilidades de expresión, identificación y análisis de las emociones. También se busca formar ciudadanos responsables, libres, incluyentes y solidarios, que puedan construir relaciones sinceras, respetuosas y duraderas con los demás.

### **¿Qué es la arteterapia?**

Es una comunicación no verbal donde se utiliza el arte como terapia expresiva en el cual las personas que han sufrido un trauma expresan lo que les ocurre sin hablar y no es necesario que la persona tenga talento artístico, ya que el objetivo es mejorar el bienestar y la calidad de vida de la persona (Fernández Añino, 2003). Como expresa (Coll Espinosa et al., 2006), es una terapia donde las personas sin hablar y sin interrupción alguna pueden traspasar su energía y su ira hacia algo estable. No se requiere tener grandes habilidades ni conocimientos plásticos, la obra es valiosa porque nace de la autenticidad de cada persona de ahí la importancia que el trabajo se haga con responsabilidad, conciencia y sinceridad. (Cao, 2006) se refiere a esa terapia como el hacer arte como método terapéutico en las personas que

experimentan una enfermedad, trauma o desafío en la vida, como también por quienes procuran un desarrollo personal. Esto permite a las personas manifestar los problemas que les preocupan, que les atormentan, entendiendo que la expresión artística no es una traducción de la vida interior, sino una representación. Con esto las personas pueden aumentar el conocimiento de sí mismas y de los otros y hacer frente a los síntomas del estrés y las experiencias traumáticas.

### **La educación artística en el plan de estudios**

Como expresa SEP (2017) la educación artística es parte integral de la estructura curricular y, como tal, debe cumplir con una función específica que contribuya en el desarrollo y creatividad del individuo. El alumno, por su parte, al cursar su educación básica podrá explorar, experimentar, promover, reconocer, identificar, desarrollar, propiciar y favorecer las artes, así como valorar las distintas manifestaciones artísticas locales, nacionales e internacionales. Para el niño, el arte puede ser un regulador entre su intelecto y sus emociones. Puede convertirse en un momento de paz cada vez que algo le molesta. Es importante que el niño logre crear algo, porque tiene derecho a ser feliz y no lleno de tensiones. Los niños deben desarrollar sus pensamientos y sentimientos respecto de ellos mismos y de todo lo que les rodea.

### **El arte y la expresión de las emociones**

Desde el punto de vista de (Tolstoï, 2012) la finalidad del arte consiste en transmitir al espectador las emociones y sentimientos experimentados por el artista. Los sentimientos que se comunican a otros pueden ser de diferente categoría, fuertes o débiles, importantes o insignificantes, buenos o malos y pueden ser expresados de diferentes maneras: drama, una novela, pintura, baile y un cuadro de un paisaje. Toda obra que lo exprese es arte. Como afirma (Vygotskii, 2014) la imaginación hace que las personas puedan crear realidades y transformarlas en situaciones. La expresión de la personalidad de los artistas se encuentra en la forma y en la técnica que utiliza para crear sus obras, por eso en cada obra de arte, pintura, por ejemplo, transmiten una emoción o un sentimiento. Como señala (Palacios,

2010), crear dibujos, pinturas, narrar historias y escribir ayuda a los niños a aprender a administrar sus emociones, expresar sus maneras de pensar y enfrentar diferentes situaciones en la vida. Todo esto de una forma divertida y sencilla.

### **Objetivo**

Esta investigación busca el fortalecimiento de las emociones a través del arte, donde se desarrollan diferentes actividades para que los estudiantes adquieran el conocimiento y la capacidad de aprender a manejar sus emociones.

### **Metodología**

En base a la metodología de la investigación acción se decidió elaborar un plan de intervención pedagógica donde se utilizó la arteterapia para favorecer el desarrollo socioemocional del niño. Durante el trayecto de la intervención se utilizó la arteterapia como estrategia didáctica para el desarrollo socioemocional, en donde se diseñaron actividades para que los alumnos pudiesen poner en práctica los conocimientos y habilidades trabajados en el aula.

Las acciones implementadas durante las prácticas fueron las siguientes:

1. El emociómetro
2. La técnica de la tortuga
3. Pegatinas de colores
4. Las emociones de los demás
5. Botiquín de las emociones
6. Recordando momentos felices

### ***Primer ciclo de intervención***

En este primer ciclo de intervención se realizaron seis secuencias en las que el objetivo fue que el alumno conociera sus emociones y las de los demás a través de diferentes estrategias. A continuación, se enumeran los aprendizajes esperados, las estrategias implementadas, los recursos utilizados y la participación de los alumnos y profesores.

### **Actividad 1. El emociómetro**

**Descripción:** registro de cada día de cómo se sentían los niños al iniciar y terminar la jornada, esta actividad se implementó durante cuatro

semanas. **Aprendizaje esperado:** que los alumnos identificaran las emociones como algo natural y que supieran identificarlas. **Explicación:** todos los días, desde el inicio de la jornada escolar, se le indicó a cada alumno que debía poner una carita que expresara la forma como se sentían al llegar a la escuela. Al inicio les costó hacerlo, sin embargo, a medida que pasaban los días, se observó que los niños venían muy contentos para poner su carita en el emociómetro que se les colocó en un espacio del aula, se estuvo aplicando constantemente todos los días de manera puntual hasta que los niños, por ellos mismos, sin que la maestra normalista les indicara solos llegaban cada día a colocar su sticker para colocarlo en la gráfica asignada. **Confrontación:** en cuanto a los resultados de la actividad, se observó que en muchas ocasiones, cuando el alumno había tenido un mal sueño, que habían sido regañados por sus padres o tuvieron miedo por una situación que enfrentaron, hacía que la primera emoción que sentían fuera una diferente a la de alegría. Cuando los niños mostraban una emoción diferente al de la alegría, se les indicaba que debían escribir el porqué de esa emoción, como menciona (Guerra, 2016) el escribir ayuda a liberar y ordenar nuestros sentimientos y a canalizar nuestras emociones cuando nos sentimos bloqueados, por lo tanto, contribuye a que el cuerpo no se sobrecargue con emociones negativas. **Reconstrucción:** para mejorar la intervención es muy importante que el material sea lo más adecuado posible, utilizando el espacio que se ha designado para el emociómetro.

### Actividad 2. Técnica de la tortuga

**Descripción:** esta estrategia consistió en proponer que los alumnos experimentaran el control de sus impulsos mediante la narración de un cuento por el alumno normalista. Se implementó una sola vez durante la jornada escolar. **Aprendizaje esperado:** que los alumnos controlaran sus impulsos y emociones mediante el análisis y la reflexión de un cuento. **Explicación:** la alumna practicante cuestionó a los alumnos acerca de cuántos conocen una tortuga a lo que la mayoría respondió que sí. En seguida se les leyó el cuento titulado "la historia de la tortuga" haciendo pausas para comentar y preguntar acerca de lo leído. Dentro del mismo proceso, como parte del análisis y la reflexión, se propició para que ellos compartieran

diferentes alternativas de solución y tomar una postura de lo que habrían hecho en esa situación. El cuento se leyó una vez y en el salón se colocó un tabloide con los pasos a seguir para la técnica de la tortuga: stop, respira, piensa y actúa. **Confrontación:** los resultados de esta actividad fueron positivos ya que los alumnos analizaron y reflexionaron la situación de la pequeña tortuga, pero faltó material para que los alumnos lo manipularan y para que la actividad no fuera aburrida para ellos. **Reconstrucción:** el uso del cuento como estrategia es efectivo para fomentar el aprendizaje en los niños y en esta oportunidad utilizarlo para el control y el manejo de las emociones; sin embargo, para obtener mejores resultados es necesario implementar durante un periodo más largo este tipo de actividades, para que los alumnos interioricen el proceso de la técnica que se utilizó. Además, para que una estrategia sea relevante y propicie en los niños cambios es importante utilizar diferentes instrumentos para evaluar y dar seguimiento a los avances.

Esta actividad fue evaluada a través de la observación y una rúbrica para identificar la reacción de los niños ante la situación presentada a través de la lectura. (ver imagen 7)

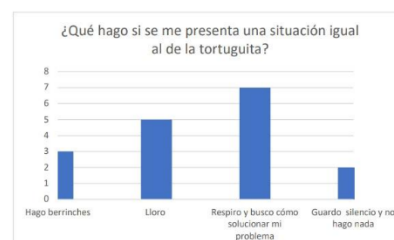


Figura 7. ¿Qué hago si se me presenta una situación igual a la que afrontó la tortuguita?

### Actividad 3. Pegatinas de colores

**Descripción:** se inició la actividad preguntando a quienes les gustaba que al momento de que sus compañeros están jugando, se les excluya del juego y la mayoría de los niños manifestaron que no les gustaba. Con el apoyo de material didáctico se hizo una actividad en donde se debía excluir a alguno de los alumnos para que experimentara la sensación de no ser tomado en cuenta en el grupo. Se implementó una sola vez durante la jornada escolar. **Aprendizaje esperado:** que los alumnos identifiquen los sentimientos que se pueden

experimentar cuando se es excluido de un grupo o actividad. **Explicación:** para dar inicio a la actividad la practicante formó a los alumnos en equipos, después colocó una estrella de diferente color en la mano de cada integrante, dejando sin pegatina a uno de los miembros. Posteriormente la maestra practicante realizó preguntas en relación a cuáles eran sus colores favoritos, mascotas, comidas, postres y juegos preferidos, todos tenían derecho a contestar excepto los niños que no tenían asignada ninguna estrella. Al final de la actividad a los niños que no tenían una estrella se les preguntó cómo se sintieron de no poder participar. **Confrontación:** durante el desarrollo de la actividad los niños estuvieron muy atentos, se les preguntó si consideraban correcto que sus compañeros fueran excluidos del juego y ellos respondieron que no. Esta actividad tuvo éxito porque todos los niños mostraron una actitud de rechazo hacia la exclusión y de querer mejorar la convivencia con sus compañeros. **Reconstrucción:** cuando se desarrolló esta actividad fue importante tomar en cuenta que los alumnos que no tuvieron estrella no podían responder a las preguntas. Además, se pudo observar que no todos los alumnos reaccionan de la misma forma al ser excluidos, ya que una de las niñas, cuando se le preguntó cómo se sintió al ser excluida, respondió que no le importaba si estaba incluida o no. Para esta actividad se utilizó una rúbrica para evaluar cómo se sienten los alumnos cuando son excluidos. El resultado fue que el 24% indicó que se sentían enojados y el 76% tristes. (ver figura 8)

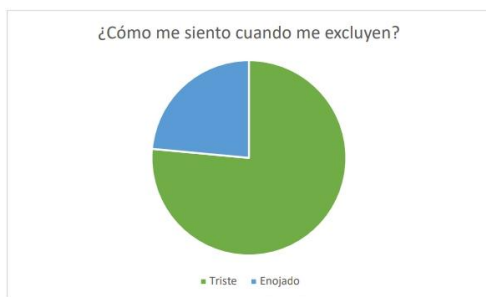


Figura 8. ¿Cómo me siento cuando me excluyen?

#### Actividad 4. Las emociones de los demás

**Descripción:** para esta actividad se utilizó un video de las emociones, y luego se hizo una pequeña reflexión sobre cómo se pueden sentir

cuando no se les permite disfrutar la etapa de ser niños y jugar. Se implementó una sola vez durante la jornada escolar. **Aprendizaje esperado:** que los alumnos expresen sus propias emociones, y percibir las de los demás.

**Explicación:** la maestra practicante asignó a cada niño una tabla de las emociones (alegría, tristeza, ira y miedo), se les pidió que al momento que salieran al descanso observaran a sus compañeros de diferentes grados para ver qué emoción de la tabla experimentaban al momento de jugar, correr o comer su lonche. **Confrontación:** la actividad resultó atractiva para los niños pues participaron con mucho entusiasmo. Al momento de recoger la tabla con los resultados se observó que muchos de los niños todavía no pueden percibir cuando sus compañeros están tristes, enojados o asustados, por eso es importante propiciar la convivencia entre sus compañeros para que se conozcan y se comprendan mejor. **Reconstrucción:** los resultados obtenidos se debieron a que no se dio una explicación previa a los niños de qué acciones podían observar que sus compañeros manifestaran en cada tipo de emoción. Esta actividad se evaluó con el resultado de la rúbrica que los niños utilizaron para observar cómo se sentían sus demás compañeros al momento de salir al recreo. En donde el 25% estaba triste, el 23% enojado, el 19% con miedo y el 33% alegre. (ver figura 9)



Figura 9. Las emociones de los demás

#### Actividad 5. Botiquín de las emociones

**Descripción:** la maestra practicante confeccionó el botiquín de las emociones para el aula de clases, el cual contenía: una chapa antitimidéz y antivergüenza, pelota antirrábica, caramelos cura-

angustias, toalla recogelágrimas, spray antimiedo, caleidoscopio mágico, receta. Todos estos elementos se utilizaban cuando el niño se sentía frustrado, enfadado o triste. Se implementó una sola vez durante la jornada escolar. Aprendizajes esperados: que los alumnos identifiquen su deseo de estar bien y no sufrir. Reconozcan y expresen acciones de bienestar y malestar en diferentes escenarios. **Explicación:** el primer día de la implementación de las actividades se explicó a los alumnos paso a paso cada una de las cosas que contiene el botiquín de las emociones y cuál era su función. En el caso de la chapa antitimidéz y antivergüenza, era que el paciente la utilizara cuando se sentía tímido y saliera al recreo con ella. Los demás niños le preguntarían por qué la lleva puesta y el alumno debía contestar con seguridad. El uso de la pelota antirrábica era para cuando el paciente estaba muy enfadado. Podía tomarla del botiquín, lanzarla fuerte y después tendría que ir a recogerla cada vez que la lanzara, y repetiría este proceso hasta calmarse. Para usar los caramelos cura-angustias primero debían utilizar la toalla recogelágrimas, para posteriormente tener derecho a comerse un caramelo. Las toallas recogelágrimas tenían la función de secar las lágrimas de los niños cuando estos lloraban. En caso de que no pudieran dejar de llorar, se buscaba consolarlos con un caramelo cura-angustias. El spray antimiedo era utilizado cuando el alumno experimentaba temor, rociándolo sobre su cabeza. En caso de que alumno se sintiera aburrido, podía tomar el caleidoscopio mágico, mirar a través de él e imaginar cosas bonitas. Por último, la receta funcionaba cuando el paciente estaba muy enfermo, se elaboraba una receta médica y se le ponía un tratamiento para que lo siguiera en casa. Los alumnos podían consultar el botiquín cuantas veces lo necesitaran. **Confrontación:** al principio los niños tardaron para comprender como se usaría cada elemento del botiquín, pero después de algunas explicaciones, fueron capaces de aplicar correctamente el uso del botiquín. La actividad dio buenos resultados ya que muchas veces los niños se sintieron tristes y cuando consultaban el botiquín después de un momento se sentían bien. **Reconstrucción:** la corta implementación de esta actividad no permitió darle un seguimiento por lo que no se obtuvieron los resultados esperados. Esta actividad fue evaluada a través de la observación, identificando la reacción

de los niños ante sus emociones después de usar algún elemento del botiquín.

### Actividad 6. Recordando momentos felices

**Descripción:** esta actividad consistió en que los alumnos recordaran y escribieran un momento feliz que fuera evocado por la melodía que escucharan. Se implementó una sola vez durante la jornada escolar. **Aprendizajes esperados:** que los alumnos identificaran las emociones que lo hacen sentir bien y reconocer el sentido del humor como una estrategia para reducir la tensión. **Explicación:** para iniciar la maestra practicante les contó a los alumnos un recuerdo de algo que le sucedió y que la hizo sentir feliz. A continuación, se les repartió una hoja blanca. Después con la ayuda de una bocina se puso una música de fondo para que los alumnos escribieran y dibujaran un momento feliz que la música les evocara. Al finalizar la maestra practicante seleccionó a algunos de los alumnos para que pasaran al frente y compartieran con sus compañeros el momento feliz que recordaron. **Confrontación:** esta actividad resultó exitosa, ya que todos los niños mostraron una actitud de agrado al dibujar y explicar su recuerdo feliz. Algunos alumnos no tuvieron la oportunidad de presentar su dibujo por falta de tiempo. **Reconstrucción:** en el manejo de las emociones es necesario considerar la participación de todos los niños, por esta razón al planear cual actividad o estrategia de este tipo se debe considerar el tiempo necesario para incluir a todos los niños para que la educación sea incluyente.

### *Segundo ciclo de intervención*

Después de considerar las áreas de oportunidades para el trabajo en clase y las técnicas de enseñanza, en el primer ciclo de intervención; se tomaron como referencia los siguientes resultados conseguidos a partir de la recolección de datos, las observaciones y el análisis de la práctica de la enseñanza; para ser tomados en cuenta en el camino del segundo ciclo:

### Actividad 7. ¿Qué nos asusta?

**Descripción:** previamente a la implementación de esta actividad se preparó al grupo dándoles una explicación personal y con imágenes por parte de

lanormalista acerca de lo que es el miedo. Se implementó una sola vez durante la jornada escolar. **Aprendizajes esperados:** nombrar las propias emociones e identificar la relación entre pensamientos que provocan emociones y las sensaciones corporales. **Explicación:** para comenzar la actividad, la maestra practicante mostró a los estudiantes un dibujo relacionado a lo que le produce temor y explicó la razón de su miedo. A continuación, se les dijo que ellos debían hacer lo mismo; así que se les dio una hoja blanca donde dibujaron algo relacionado con lo que les produce miedo. En seguida se les dio la oportunidad para que lo pintaran y por unos momentos observaran su dibujo para reflexionar y contestarse el porqué de su miedo. Se pasó al frente a varios alumnos para que compartieran y explicaran sobre el dibujo que hicieron. La mayoría de los niños respondió que sus miedos respondían a experiencias que en algún momento vivieron. **Confrontación:** el uso del dibujo para el manejo de las emociones es un recurso valioso para trabajar con los niños, porque con estas sencillas actividades se pueden trabajar temas sensibles y facilitarles la comprensión de las emociones como algo natural y parte de la vida.

**Reconstrucción:** la actividad fue un éxito porque a los estudiantes se les dio la oportunidad de reflexionar sobre el tema del temor, sin embargo, es necesaria la fundamentación para manejar la información adecuada por parte del docente en el manejo de conceptos que son sensibles y complicados al mismo tiempo para los alumnos. Esta actividad fue evaluada mediante una rúbrica en la que el 24% indicó que cuando tienen miedo corren, el 12% señaló que evitan lo que le da miedo, mientras que el 65% llora. (ver figura 10).



Figura 10. ¿Qué hago cuando tengo miedo?

### Actividad 8. Actividad del globo

**Descripción:** esta actividad consistió en que la alumna normalista dio a cada niño un post-it donde debían describir algo negativo que recuerden les haya sucedido, para después colocarlo en un globo de helio y dejarlo ir. Se implementó una sola vez durante la jornada escolar. **Aprendizajes esperados:** que los alumnos experimenten el dejar ir o soltar un suceso negativo que hayan vivido en el pasado. **Explicación:** se explicó a los niños que en muchas ocasiones se atraviesa por situaciones difíciles y que en muchos casos cuesta superarlas, pero que se debe aprender a dejarlas ir, ya que si esto no se deja ir no se podrá ser feliz. Para iniciar la actividad se le entregó a cada alumno un post-it en el que debía escribir un recuerdo o algo que no le permitiera ser feliz y luego colocarlo en un globo de helio y dejarlo ir con la promesa de que se despedirían de ese mal recuerdo que les había sucedido. **Confrontación:** los alumnos se mostraron muy ilusionados de pensar que ese globo con sus escritos se iría muy lejos. El globo de helio no fue la mejor selección ya que se corría el riesgo de que explotara, y que los alumnos al verlo sintieran que lo que habían escrito, se quedaría con ellos porque el globo no se fue al cielo. **Reconstrucción:** la actividad tuvo resultados favorables pues los niños se mostraron muy felices al desprenderse de recuerdos tristes. Sin embargo, el material del globo no fue el adecuado, por lo que sería ideal elegir un globo especial para helio.

### Actividad 9. ¡Pintemos nuestras emociones!

**Descripción:** esta actividad tuvo como finalidad que los alumnos, a través de la música, plasmaran sus sentimientos y emociones, usando el dibujo y la pintura como medio de expresión, promoviendo así la creatividad. La variante de esta actividad fue limitar la cantidad de material, de modo que se propiciara el tomar turnos y el trabajo cooperativo. De este modo se podrían observar algunas reacciones en los alumnos que tienen dificultades para compartir o esperar. Se implementó una sola vez durante la jornada escolar. **Aprendizajes esperados:** que los alumnos expresen sus emociones a través del arte, reconociendo los sentimientos que experimentan ellos y sus compañeros, en situaciones de desacuerdo. **Explicación:** la alumna practicante colocó en el



piso del salón un pedazo de papel Kraft y una música de fondo. En seguida se le asignó a cada alumno crayolas de diferentes colores para que dibujaran lo que la música les hiciera recordar. Durante el desarrollo de la actividad, se propició el trabajo en equipo y el tomar turnos, para ver cuál era la reacción que los alumnos tenían al saber que debían compartir el material con sus demás compañeros. **Confrontación:** los resultados de esta actividad fueron excelentes ya que los alumnos no mostraron ninguna inquietud o impaciencia al saber que tenían que dibujar todos juntos en el mismo papel y que debían compartir las crayolas, sin embargo, les faltó espacio para que pudieran expresarse mejor. **Reconstrucción:** el uso del dibujo como estrategia es efectivo ya que los expertos dicen que la pintura mejora la motricidad fina y la escritura del niño, y que

16 a través de este pasatiempo también desarrolla su creatividad y aumenta su confianza en sí mismo. Otro de los grandes beneficios en los niños es la expresión de sentimientos y emociones. Por lo que sería mejor utilizar un papel más grande para trabajar, de modo que todos se sientan libres de dibujar, sin restricción de espacios.

#### Actividad 10. Creación de un collage

**Descripción:** esta actividad consistió en que los alumnos eligieran un dibujo y una hoja de color para posteriormente armar un collage con el mismo. Para su realización fue necesario que compartieran entre ellos parte de la hoja de color que la maestra les había entregado. La actividad no se podía desarrollar si los niños no compartían su material. Se implementó una sola vez durante la jornada escolar. **Aprendizajes esperados:** que los alumnos compartieran algo que les pertenece, sin experimentar sentimientos negativos. **Explicación:** la maestra practicante colocó en la mesa diferentes dibujos y hojas de colores. Los niños tuvieron que elegir un dibujo y la hoja de color que les gustó más, y luego hacer recortes o pequeñas bolitas de la hoja que previamente ya se les había asignado y al terminar pegarlas en el dibujo. Dentro del mismo proceso como parte del análisis, se les dijo a los alumnos que, si en el momento de hacer su collage necesitaban una hoja de color diferente, podían ir con sus compañeros y pedirles que les compartieran de su hoja de color. **Confrontación:** los resultados de esta actividad fueron favorables

para los alumnos ya que los compartieron con sus compañeros cuando necesitaban una hoja de papel de color diferente a la que tenían. Pero faltó tiempo para que los alumnos pudieran terminar la actividad. Además, se podrían identificar con más facilidad a los niños que les cuesta compartir y que reaccionan de manera negativa con los compañeros. **Reconstrucción:** esta actividad puso en evidencia algunos cambios en niños a quienes se les dificultaba compartir sus útiles, lonche, entre otros; se observó que con mayor naturalidad pudieron desprenderse y se notó en ellos satisfacción al compartir el material para trabajar en la clase. Si se les hubiera pedido un material que trajeran o que fuera de más valor para ellos se podría observar con más detenimiento sus reacciones.

#### Actividad 11. Escultura con plastilina

**Descripción:** esta actividad tuvo como finalidad que los alumnos, a través de la plastilina, imaginaran, crearan y se expresaran, liberando así la tensión, la frustración y los deseos de agresión. Se implementó tres veces durante la jornada escolar. **Aprendizajes esperados:** que los alumnos reconozcan y expliquen los pasos que siguieron en la resolución de un problema y las emociones asociadas a este proceso. **Explicación:** la alumna practicante entregó a cada niño una barra de plastilina, la cual debía utilizar para hacer una escultura que representara como se sentía en esa mañana. **Confrontación:** en la primera implementación de esta actividad, no se tuvo mucho éxito, ya que la plastilina era de barra y estaba muy dura, por lo que los niños no podían trabajarla. Al observar esto se tomó la decisión de cambiarla por plastilina casera y esto dio mejores resultados ya que los niños pudieron manipularla mejor. **Reconstrucción:** la plastilina es una estrategia efectiva para promover el aprendizaje en los niños, por eso no debe ser descartada, sólo debe buscarse que la plastilina sea adecuada para que puedan manejarla mejor.

Esta actividad fue evaluada mediante una rúbrica en donde los niños indicaron como se sintieron después de realizar la actividad, a lo que el 100% indicó que se sintieron felices. (ver figura 11)

## Conclusiones

Para mejorar la práctica de un docente en cualquier nivel es necesario, analizar, reflexionar y evaluar todas las acciones y resultados obtenidos en el aula para elevar la calidad en la educación y enfocar el ejercicio docente hacia la actualización permanente. La evaluación de los ciclos de intervención permitió conocer el desempeño de los maestros, la confrontación de actividades y la incorporación de nuevas estrategias para conseguir una transformación. La metodología de la investigación acción contribuyó a diagnosticar el problema y a enfocarlo hacia las necesidades y las áreas de oportunidad del grupo. Los resultados conseguidos por los estudiantes mostraron que tener dificultades para reconocer y manejar sus emociones, por lo que se diseñó un plan de acción para ponerlo en práctica y generar un cambio en los alumnos. Al final de ambos ciclos de intervención docente, se desarrollaron estrategias de evaluación que permitieron identificar el nivel de rendimiento de los estudiantes, en términos de sus emociones. Por lo tanto, en base a los resultados obtenidos, los niños mostraron una mejora significativa en el control y manejo de sus emociones. En el curso de la intervención docente, se fortalecieron diferentes habilidades profesionales; algunas estaban en proceso de ser adquiridas, por lo que se convirtieron en áreas de oportunidad. Además, en los dos ciclos de intervención en el aula se identificaron los puntos fuertes y las áreas de oportunidad, lo que hizo que la experiencia fuera más enriquecedora al poner en práctica la serie de ciclos como forma de mejorar la práctica profesional. Los resultados de la aplicación de las actividades en ambos ciclos de intervención permitieron reflexionar sobre la importancia de que los estudiantes sean capaces de reconocer sus emociones. Además, crear conciencia de una mayor responsabilidad en la labor docente y de las implicaciones de formar personas que puedan tener control y conocimiento de las emociones propias y ajenas, como parte del desarrollo de su inteligencia emocional.

Se recomienda seguir trabajando en las emociones a través del uso de la arteterapia, para generar en los alumnos un mejor conocimiento de las mismas, ya que muchas otras actividades que se pensaron implementar y el tiempo que se preparó para terminar no pudieron ser posibles debido a las

circunstancias de la COVID-19 y por lo tanto se considera la posibilidad de obtener mejores resultados. Se resalta la importancia de la investigación educativa y la manera en que contribuye a la mejora del aprendizaje de los alumnos, considerando la experiencia en el uso de metodologías que han servido para producir conocimientos en el ámbito de la educación y que pueden ser reproducidas en los contextos en los que se lleva a cabo la labor docente. Los educadores tienen la responsabilidad y la obligación de proporcionar una educación de calidad a todos los estudiantes de manera equitativa, por eso es muy importante que los propósitos educativos se cumplan y se imparta una educación más incluyente para todos los estudiantes sin distinción alguna.

## Referencias

- Alzina, R. B. (2013). Educación emocional. Desclée De Brouwer.
- Berrocal, P. F., y Pacheco, N. E. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. 32.
- Calderón Rodríguez, M., González Mora, G., Salazar Segnini, P., y Washburn Madrigal, S. (2014). El papel docente ante las emociones de niñas y niños de tercer grado / The teaching role facing emotions of third grade children. *Actualidades Investigativas en Educación*, 14(1). <https://doi.org/10.15517/aie.v14i1.13213>
- Cao, M. L. F. (2006). Creación y posibilidad: Aplicaciones del arte en la integración social. Editorial Fundamentos.
- Cassan Tachlitzky, A., y Gispert, C. (2006). Psicología infantil: Asesor de padres, programa de información familiar. Océano.
- Cohen, J., Areglado, R. J., Charney, R., Dasho, S., Eisold, B. K., Fonagy, P., Fopiano, J. E., Glaser, A.-L., Gies, M. L., Greenberg, M. T., Haynes, N. M., Hess, D., Kriete, R., Kusché, C. A., Lewis, C., Mugno, D., Rosenblitt, D., Sacco, F. C., Seigle, P., ... Benzaquén, R. (2006). La inteligencia emocional en el aula:

- Proyectos, estrategias e ideas. [www.troquel.com.ar](http://www.troquel.com.ar) emocionales en pre-adolescentes: El papel de padres y docentes. 20(2), 221-235.
- Coll Espinosa, F. J., Barragán Rodríguez, J. M., Universidad de Murcia, y Servicio de Publicaciones. (2006). *Arteterapia: Dinámicas entre creación y procesos terapéuticos*. Universidad de Murcia. Servicio de Publicaciones.
- Coon, D., y Mitterer, J. O. (2016). *Introducción a la psicología: El acceso a la mente y la conducta: mapas conceptuales y comentarios*. Wadsworth Cengage Learning.
- Fernández Añino, M. I. (2003). *Creatividad, arte terapia y autismo. Un acercamiento a la creatividad Plástica como proceso creativo en niños autistas*. *Arte, individuo y sociedad*, 15, 135-152.
- Fernández-Berrocal, P., y Ruiz Aranda, D. (2017). *La Inteligencia emocional en la Educación*. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 6(15). <https://doi.org/10.25115/ejrep.v6i15.1289>
- Goleman, D., Boyatzis, R., y McKee, A. (2016). *El líder resonante crea más: El poder de la inteligencia emocional*. Penguin Random House Grupo Editorial España.
- Heras Sevilla, D. (2016). *DESARROLLO EMOCIONAL EN LA INFANCIA. UN ESTUDIO SOBRE LAS COMPETENCIAS EMOCIONALES DE NIÑOS Y NIÑAS*. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*. *Revista INFAD de Psicología.*, 1(1), 67. <https://doi.org/10.17060/ijdaep.2016.n1.v1.217>
- Hoz, F. J. V. D. L. (2007). *Inteligencia Emocional En Las Organizaciones Educativas*. *Psicogente*, 10(17), 42-59.
- Macías, M. A. (2002). *LAS MÚLTIPLES INTELIGENCIAS*. 10, 13.
- Márquez Cervantes, M. C., y Gaeta González, M. L. (2017). *Desarrollo de competencias emocionales en pre-adolescentes: El papel de padres y docentes*. 20(2), 221-235.
- Martínez, D. J. C., Roa, J. A. S., Dulčić, F. J. L., y Ossandón, N. D. M. (2018). *Teorías subjetivas en docentes sobre el aprendizaje y desarrollo socioemocional: Un estudio de caso*. *Revista Educación*, 42(2), 1-33.
- Palacios, Y. (2010). *Educacion emocional y creatividad en la I Y II etapa de Educacion Básica*. 34(71), 249-270.
- Perdomo, D. M. C., Pérez-Olmos, I., y Pinilla, M. I. (2011). *Inteligencia emocional en adolescentes de dos colegios de Bogotá\**. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 40(1), 49-64. [https://doi.org/10.1016/S0034-7450\(14\)60104-9](https://doi.org/10.1016/S0034-7450(14)60104-9)
- Tolstoï, L. N. (2012). *¿Qué es el arte? Maxtor*.
- Vásquez de la Hoz, F. J. (2009). *Importancia de la inteligencia emocional en la práctica del buentrato en la escuela*. 12(22), 422-432.
- Vielma, V., y Luz, M. (2000). *APORTES DE LAS TEORÍAS DE VYGOTSKY, PIAGET, BANDURA Y BRUNER*. 9.
- Vygotskii, L. S. (2014). *La imaginación y el arte en la infancia: Ensayo psicológico*. Akal.