

UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO
FACULTAD DE HUMANIDADES
ESCUELA DE EDUCACIÓN INICIAL



**Programa de actividades para potenciar la autorregulación emocional en
niños de cinco años**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN EDUCACIÓN INICIAL**

AUTOR

Leydi Josselyn Herrera Culqui

ASESOR

Zoraida Katherine Usquiano Kamt

<https://orcid.org/0000-0002-3507-8284>

Chiclayo, 2024

**Programa de actividades para potenciar la autorregulación
emocional en niños de cinco años**

PRESENTADA POR

Leydi Josselyn Herrera Culqui

A la Facultad de Humanidades de la
Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo
para optar el título de

LICENCIADO EN EDUCACIÓN INICIAL

APROBADA POR

Carmen Lia Galvez Arenas

PRESIDENTE

Lydia Mercedes Morante Becerra

SECRETARIO

Zoraida Katherine Usquiano Kamt

VOCAL

Dedicatoria

Dedico la presente investigación a Dios por iluminarme y guiarme durante toda mi formación profesional, por brindarme la salud y fuerzas necesarias para superar las adversidades.

A mis padres Carmen y Edis por su amor infinito y por el gran sacrificio que realizan día a día, brindándome esa seguridad, confianza y apoyo incondicional demostrándome que nada es imposible.

Y a todos los que permanecieron a mi lado apoyándome en este trayecto de mi vida.

Turnitin informe final -Herrera Culqui

INFORME DE ORIGINALIDAD

17 %	17 %	3 %	4 %
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	tesis.usat.edu.pe Fuente de Internet	3 %
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	3 %
3	view.genial.ly Fuente de Internet	1 %
4	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1 %
5	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	1 %
6	portal.amelica.org Fuente de Internet	<1 %
7	www.coursehero.com Fuente de Internet	<1 %
8	repositorio.unjfsc.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
9	repositorio.uns.edu.pe Fuente de Internet	<1 %

Índice

Resumen	6
Abstract	7
Introducción.....	8
Revisión de literatura.....	10
Materiales y métodos	15
Resultados y discusión	22
Conclusiones	27
Recomendaciones	27
Referencias.....	28
Anexos	31

Resumen

La autorregulación emocional es la capacidad inherente de todos los niños y niñas lo cual les permite gestionar, controlar y regular sus respuestas emocionales en las diferentes interacciones sociales a lo largo de sus vidas. La presente investigación tuvo como objetivo diseñar un programa de actividades para potenciar la autorregulación emocional en niños de cinco años, para ello se utilizaron métodos de enfoque cuantitativo – no experimental descriptiva – propositiva, teniendo una población de 25 niños y niñas de cinco años a quienes se aplicó una lista de cotejo para medir el nivel de autorregulación emocional que poseían. Tras la problemática encontrada, el 92 % de los niños están en proceso lograr su desarrollo emocional, para ello se elaboró la propuesta denominada AUTEMO KIDS para el fortalecimiento de la autorregulación emocional la cual cuenta con distintas estrategias divertidas y dinámicas. En conclusión, se asevera la importancia de promover la ejecución de aportes orientados atender a niños en edad preescolar y las capacidades del área socioemocional, aspecto que favorece además el logro de competencias en el ámbito cognitivo de los menores.

Palabras clave: Autorregulación emocional, Niño en edad preescolar, Primera infancia, Interacción social, Factores intrínsecos.

Abstract

Emotional self-regulation is the inherent capacity of all boys and girls which allows them to manage, control and regulate their emotional responses in different social interactions throughout their lives. The objective of this research was to design a program of activities to enhance emotional self-regulation in five-year-old children, for which quantitative - non-experimental, descriptive - purposeful approach methods were used, having a population of 25 five-year-old boys and girls who were A checklist was applied to measure the level of emotional self-regulation they had. After the problem found, 92% of the children are in the process of achieving their emotional development, for which the proposal called AUTEMO KIDS was elaborated for the strengthening of emotional self-regulation which has different fun and dynamic strategies. In conclusion, the importance of promoting the execution of contributions aimed at caring for preschool-age children and the capacities of the socio-emotional area is asserted, an aspect that also favors the achievement of competences in the cognitive field of minors.

Keywords: Emotional self-regulation, Preschool-age child, Early childhood, Social interaction, Intrinsic factors.

Introducción

Las emociones cumplen un papel importante en la vida de las personas, es por ello que desde los primeros años es necesario aprender a autorregularlas, sin embargo, en el ámbito educativo se viene evidenciando que la mayoría de preescolares no logran desarrollar su autorregulación emocional, lo cual se convierte en un problema al momento de relacionarse con los demás, esto se agravo con la llegada del covid-19. Según Neva (2020). Afirma que el Covid -19 ocasionó una gran pérdida del control emocional en todas las personas lo cual fue causado por el acumulamiento de ansiedad, miedos y frustraciones que se vivió durante todo el tiempo de cuarentena.

Por otra parte, la psicóloga Hedvig Montgomery, en su libro "La magia de crecer juntos" (Citado en Neva 2020). Menciona que los niños, al igual que los adultos, experimentan muchas emociones con la misma intensidad, pero ellos aun no aprenden a regularlas, además el desarrollo adecuado de las emociones dependerá de la estabilidad que le proporcionen los adultos cercanos brindando seguridad y consuelo en todo momento, logrando así que los niños logren desarrollar su autorregulación emocional.

En el Perú durante el período de emergencia sanitaria y educación a distancia, tanto niños como adultos hemos sentido diversas emociones en respuesta a las experiencias que se iban presentando: miedo y frustración ante el futuro, tristeza ante la pérdida de un ser querido, alegría al valorar lo que aun teníamos. Según el Ministerio de Educación, estas situaciones no permitían generar espacios para las expresiones y mucho menos el reconocimiento de las emociones que se iban presentando en ese momento. (MINEDU, 2021).

De forma general esta problemática se fue reflejando en los comportamientos que fueron adoptando los niños al momento de regresar a sus aulas de clases donde se pudo evidenciar dos situaciones, niños que sabían manifestar lo que sentían y buscaban una solución mencionando el porqué de su incomodidad, pero por otro lado se pudo observar que existía una gran cantidad de niños que simplemente no sabían cómo actuar ante un problema o dificultad que se les presentaba y empezaban a grita, pegar a sus compañeros, molestarse o lanzar los objetos al piso, manifestando frases como tú no me quieres profesora, porque no me haces caso, no quiero nada déjenme sola (o),mostrando incomodidad y frustración en ese momento alterando así el orden de toda la clase y generando incomodidad en sus compañeros y profesoras. La regulación emocional que posean los maestros en las aulas de clases va a permitir distinguir y entender los procesos emocionales de los niños reconociendo las causas, de esta manera poder encaminar y lograr una adecuada manifestación emocional por parte de los niños. Según Hewitt et al. (2023). Mencionan que para lograr una adecuada autorregulación emocional influye las condiciones

sociodemográficas y las habilidades que tenga el docente al momento de afrontar alguna situación que se presente en las aulas de clases, además se pudo determinar de los 112 docentes evaluados respecto al control de la ira los profesores varones se encuentran en nivel moderado y profesoras mujeres se encuentran en nivel alto. Siendo estos resultados muy preocupantes teniendo en cuenta que en Perú son profesoras mujeres en su mayoría las que podemos encontrar en las aulas del nivel inicial.

Algunas reflexiones previas respecto a las posibles causas serían que mientras los niños permanecían en sus casas aislados por la cuarentena ocurrieron muchos acontecimientos que iban desencadenando en ellos un sin número de emociones que necesitaban expresar, sin embargo, las personas que estaban a su alrededor no les brindaban la atención o confianza necesaria para manifestar lo que sentían. En relación con lo anterior las consecuencias serían que los niños al ir reprimiendo todas sus emociones y al no poder compartirlas había generado en ellos una gran angustia, entonces ahora en las aulas buscan toda la atención de las docentes pero toman maneras inadecuadas para manifestar lo que sienten generando un alboroto al no saber manifestarse e incomodidad en sus compañeros quienes tienden a mirarlos con asombro y otros con miedo, para evitar esto y que en las aulas de educación inicial exista un clima agradable es necesario que los niños fortalezcan su autorregulación emocional. Ante esta situación el investigador se plantea la siguiente interrogante ¿Cómo potenciar la autorregulación emocional en niños de cinco años?

Teniendo en cuenta lo anterior, se propone como objetivo general diseñar un programa de actividades para potenciar la autorregulación emocional en niños de cinco años. De hecho, para lograr la aspiración máxima del estudio se plantearon como objetivos específicos, medir el nivel de la autorregulación emocional en niños de cinco años, y determinar las características del programa AUTEMO KIDS orientado a potenciar la autorregulación emocional en niños de cinco años.

Ahora bien, para justificar la investigación cabe recalcar que es conveniente llevarlo a la práctica dado que atiende las necesidades específicas de los niños en edad preescolar con bajos niveles de autorregulación emocional. Esto probablemente se deba a la falta de planificaciones curriculares en las instituciones educativas de nivel inicial donde no solo se tenga en cuenta brindar a los niños múltiples conocimientos, sino que también se atienda el ámbito emocional. A nivel social teniendo en cuenta la edad de los niños en la cual pueden adquirir nuevos aprendizajes de una manera más espontánea y rápida, se debe desarrollar la autorregulación de manera sólida lo cual les ayudará a lo largo de sus vidas, es por ello que es importante que los niños aprendan a sobresalir y autorregular sus emociones en distintas situaciones, de esa manera

cuando sean personas adultas contarán con un adecuado desarrollo de su autorregulación emocional, evitando de esta manera las frustraciones, estrés los cuales son problemas muy concurrentes hoy en día en la sociedad.

Teniendo en cuenta que la autorregulación emocional al ser desarrollada desde la edad preescolar va a permitir que los niños logren manejar sus emociones, comportamientos al momento de enfrentarse a una situación difícil o desconocida que les generen algún conflicto, cabe recalcar que en esta edad los niños recién están interiorizando nuevos aprendizajes el papel del adulto debe de ser positivo ya que es fundamental porque será el encargado de acompañar y guiar al niño en todo este proceso, de lo contrario se podría generar un desequilibrio en sus emociones de los niños generando así que pierda el control en diferentes situaciones. Teniendo en cuenta lo que nos menciona Shapiro (citado en Quinteros et al.,2022). Los niños que no cuenten con la atención necesaria por parte de un adulto ya sea la docente del aula o los padres de familia ocasionará en ellos un desarrollo emocional mucho más vulnerable en diferentes circunstancias debido a un inadecuado acompañamiento que se les brinda.

Asimismo, la presente investigación cuenta con un programa denominado AUTEMO KIDS (Autorregulación emocional en niños) el cual está estructurado con diferentes actividades las cuales se desarrollarán de manera sistemática donde se tuvo en cuenta las dimensiones de la evaluación realizada, lo cual permitió identificar y crear más actividades donde los niños presentaban mayores dificultades con la finalidad de potenciar esa dimensión, y así lograr que desarrollen su autorregulación de una manera adecuada. Este programa puede servir tanto a docentes de aula, auxiliares que busquen desarrollar la autorregulación emocional en las aulas de clases, considerando las adaptaciones pertinentes de la investigación desarrollada.

Finalmente, la principal limitación que se encontró al momento de desarrollar esta investigación fue la existencia de muy pocas investigaciones que hablen acerca del tema a autorregulación emocional en preescolares.

Revisión de literatura

El apartado incluye una búsqueda exhaustiva de información en torno a las variables de estudio a fin de recopilar las investigaciones previas que fundamentaron el comportamiento de las de las mismas, para finalmente definir los conceptos. A continuación, se describirán algunos de los hallazgos que darán relevancia a la investigación los cuales son citados en orden mundial y nacional.

En primer lugar, a nivel internacional, Morales (2018). Realizó una investigación en México donde su objetivo principal fue evaluar cual sería el efecto de la intervención acerca de las

habilidades de autorregulación teniendo en cuenta la emoción, atención y comportamiento de los niños de edad preescolar donde finalmente se destacó la importancia de aplicar programas para la intervención lo cual permitió un modelamiento de las habilidades autorregulatorias, además se recalcó la importancia y beneficios que conlleva la aplicación del programa en busca de mejorar las habilidades autorregulatorias en los niños . En efecto la presente investigación confirma que el desarrollo de programas que tengan como finalidad potenciar la autorregulación emocional será muy beneficioso para los preescolares ya que permite generar en ellos una, mejora en su atención y sobre todo en sus comportamientos.

Seguidamente, Constante (2019). En su estudio, llevado a cabo en Ecuador con niños de preescolar tuvo como objetivo lograr el desarrollo adecuado del manejo de sus emociones en los infantes, llegó a la conclusión que el juego es una gran estrategia metodológica donde se capta todo el interés del niño, lo cual les permite mejorar sus capacidades autorregulatorias ya que existe una participación activa y muchas interacciones con otros niños, de esa manera ponen en práctica el desarrollo de diferentes reglas. En este sentido la investigación presenta algunas cualidades semejantes respecto a la edad de los niños que es la misma, asimismo se tuvo en cuenta emplear estrategias lúdicas para el desarrollo del programa, donde se determinó una serie de actividades de aprendizaje las cuales son dinámicas y divertidas para captar los intereses de los niños, y de esa manera poder potenciar un adecuado manejo de las emociones.

Finalmente, Losada et al. (2020). En su investigación desarrollada en Colombia, las autoras realizaron un estudio cuyo objetivo fue comprender la influencia tanto positiva como negativa que ejercen los estilos parentales y la autorregulación emocional. Donde concluyeron que la infancia es la edad adecuada para empezar a potenciar la autorregulación emocional, además destacan que los adultos cercanos son los encargados de lograr o no que los niños desarrollen un adecuado manejo de las emociones. En definitiva, esta investigación nos permite destacar el papel fundamental que cumple el adulto cercano al niño y como este va a influir de manera positiva o negativa en el desarrollo de su autorregulación emocional, he aquí la necesidad de implementar múltiples estrategias para lograr en los niños fortalecer el manejo de sus emociones estas fueron cuestiones que se tomaron en cuenta como aportación para el desarrollo del presente estudio.

En segundo lugar, a nivel nacional García et al. (2021). En su investigación desarrollada con niños de Trujillo tuvieron como finalidad desarrollar un programa para la mejora de la autorregulación. Los autores concluyeron que luego de aplicar el programa hubo muy buenos resultados donde el 80.95% de los niños lograron un nivel muy alto respecto al desarrollo de su autorregulación y el otro 19.05% lograron un nivel medio. Podemos evidenciar la fiabilidad de

realizar programas para fortalecer la autorregulación emocional ya que los resultados son muy alentadores demostrando así que los niños y niñas si logran optimo desarrollo a pesar de que el estudio fue realizado con niños de 4 años sirve de referencia para la presente investigación.

Posteriormente, Rosales (2021). Realizó su investigación en Huacho con niños de cinco años donde su objetivo fue determinar la influencia del juego en el desarrollo de la autorregulación, obtuvo como resultado que el juego tiene una gran contribución e impacto significativo ya que permite a los niños realzar diferentes creaciones, además de manipular objetos y realizar representaciones metales de las imágenes, lo cual le permite expresar diferentes emociones y sentimientos, teniendo en cuenta que los niños van a expresarse de diferentes maneras ya que cada uno posee su propia imaginación y creatividad. En concordancia con este estudio se destaca la presencia del juego al momento de realizar cualquier actividad con los niños ya que trae múltiples beneficios en el ámbito emocional, cognitivo y físico.

En suma, existe una estrecha relación con la investigación desarrollada dado que se considera la variable de estudio autorregulación emocional y su importancia de desarrollarla desde la etapa infantil por los múltiples beneficios que brindan a la vida de los niños y niñas, siendo esto una gran fortaleza porque son precedentes los cuales demuestran la viabilidad de la aplicación de programas los cuales permiten un adecuado desarrollo emocional. Así mismo es importante resaltar que respecto al tema autorregulación emocional en edad preescolar existen muy pocas investigaciones previas que hablen acerca de cómo desarrolla la autorregulación emocional, ya que se enfocan más en el ámbito general que es la inteligencia emocional.

Bases teóricas – científicas

La revisión de la literatura va a permitir un análisis teórico de los autores más destacados en torno a la autorregulación emocional, además de destacar cuales son los beneficios en la vida de los niños.

Importancia del desarrollo emocional en la infancia.

Sroufe (como se cita en Restrepo 2020, p. 23). Menciona que las emociones son “una respuesta subjetiva a un evento sobresaliente”, donde intervienen diferentes aspectos como lo cognitivo, afectivo y fisiológicos además de los eventos que permiten evocar una determinada respuesta emocional en diferentes momentos de la vida. En el caso de los niños un adecuado manejo de sus emociones les va a permitir interactuar de una manera adecuada ya que si autorregulan sus emociones no golpearán o gritarán a sus amigos en las aulas de clases, y en el ámbito social aprenderán a entender las cosas que dicen sus padres y no realizarán acciones como arrojar al piso, gritar o llorar.

Por consiguiente, es muy importante trabajar con los preescolares la educación emocional desde que son muy pequeños, donde tanto los padres como los docentes deberán de generar en ellos una adecuada gestión de sus emociones, para que cuando ya sean unos adultos no solo tengan en cuentas lo que ellos sienten sino también lo que pueden sentir las personas que se encuentran a su alrededor, además de ser conscientes que manifestar una emoción inadecuadamente puede generar tanto daños físicos, psicológicos en las otras personas así como también en ellos mismos. (Garaigordobil, 2018).

Autorregulación Emocional y el aprendizaje

Goleman (como se cita en Bueno, 2019). Considera que las instituciones educativas son las vías que van a permitir a los niños acceder a una realidad donde van a tener que ir comprendiendo, autorregulando sus propias emociones para poder relacionarse con los otros niños y generar interacciones positivas las cuales van a permitir múltiples aprendizajes. En las aulas de clases los niños van a experimentar múltiples emociones es por ello la importancia de contar con un adecuado manejo de su autorregulación emocional de esa manera serán capaces de controlar sus acciones y reacciones con sus compañeros. Según López (como se cita en Panduro, 2019). La autorregulación emocional es la capacidad de manejar adecuadamente las emociones, teniendo en cuenta el saber cómo reaccionar y controlar con éxito las emociones en diferentes situaciones de la vida logrando así un adecuado manejo emocional.

En las aulas de inicial al momento de desarrollar cualquier actividad de aprendizaje es necesario que las docentes hablen con los niños que existen tres acciones que podrán realizar si sienten una determinada emoción, y no saben de qué manera expresarla. Según Higgs y Col (como se cita en Rosales, 2021). Existen tres principios básicos para lograr un adecuado desarrollo emocional en las aulas de clases los cuales se detallan a continuación.

Anticipación regulatoria: Esto permite a los niños identificar una determinada experiencia pasada y recordar la emoción que sintieron de esa manera poder anticipar a la docente o sus padres el placer o incomodidad que van a sentir en ese momento.

Referencia regulatoria: Ante una misma acción realizada por las docentes en las aulas de clases va a poder producir en los niños dos reacciones estas pueden ser positivas o negativas es por ello que antes de enseñar cualquier actividad de aprendizaje a los niños hay que tener en cuentas sus gustos, preferencias y sus miedos.

Enfoque regulatorio: Este es el estado deseado donde todos los niños logran un adecuado manejo de sus emociones y el docente es el encargado de acompañar a los niños demostrándoles confianza e interesándose por sus emociones que expresan.

Según Gardner (como se cita en Rivas ,2020). El autor desarrolló una serie de inteligencias donde explica que cada persona puede aprender de manera distinta es necesario que en las aulas del nivel inicial se tenga en cuenta esto, respetando las individualidades de los niños, de esa manera potenciar las habilidades en las que más se destacan. Cabe recalcar que es muy importante despertar la emoción en los niños ya que de esa manera los aprendizajes son más significativos.

La perspectiva sociocultural de la autorregulación emocional

Grandis et al. (2019). Mencionan que los procesos de autorregulación se han vuelto innegables principalmente en la primera infancia, ya que está estrechamente relacionado con las experiencias cognitivas que se van obteniendo aprovechando los periodos sensibles, en muchos de los casos los niños tienen que convivir en ambientes poco acogedores lo cual les genera interacciones negativas, ya que en muchos de los casos estar en un ambiente con otras personas implica una serie de prohibiciones, enseñanzas y el conjunto de normas que se aplica en la vida social.

En efecto esto hace referencia a cuán importante es que los niños aprendan a autorregular sus emociones a pesar de que se encuentran en una etapa de egocentrismo, es necesario que aprendan a generar relaciones positivas de esa manera serán capaces de convivir en un ambiente con otros niños, teniendo control de sus emociones en diferentes momentos y situaciones.

Definiciones conceptuales

En este apartado se definen las variables independiente y dependiente.

Autorregulación

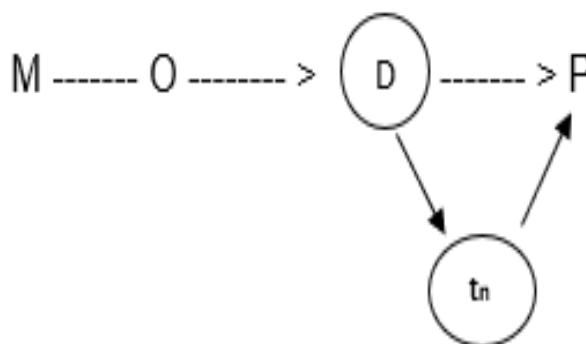
La Autorregulación según López (como se cita en Rosales, 2021). El autor indica que la autorregulación emocional en la primera infancia está relacionada con la interpretación de la adaptación social. Por ejemplo, la autorregulación de bajo nivel en la infancia está es por la escasa capacidad social que poseen los niños mientras que la autorregulación optima se adquiere cuando los preescolares son capaces de lograr una adecuada adaptación social.

Programa AUTEMO KIDS

Conjunto de actividades en donde se desarrollan todas las dimensiones de la Autorregulación Emocional, teniendo en cuenta muchas estrategias donde se trabaja tanto en grupo e individualmente.

Materiales y métodos

El estudio se ha desarrollado bajo una metodología de enfoque cuantitativo en cuanto a la naturaleza de la investigación es descriptiva propositiva, no experimental. Dado que el programa no será aplicado, es decir, se mantendrá en una propuesta pedagógica. Para (Hernández et al., 2010). Consideran que las características principales de este tipo de investigación es estudiar una determinada realidad con el fin de proponer soluciones en un determinado contexto. Para ello se empleará el diseño de Estela (2020) donde a partir de los hallazgos, surgió la propuesta del programa AUTEMO KIDS con el fin de fomentar la autorregulación emocional en los niños de cinco años.



Donde:

M: Niños de cinco años

O: Autorregulación emocional

D: Evaluación de la autorregulación emocional

Tn: Sociocultural

P: Programa AUTEMO KID

En cuanto a la población está conformada por 57 estudiantes del nivel inicial de una institución educativa inicial de la ciudad de Chiclayo, siendo de muestra 25 de ellos que pertenecen al grupo “A”. De manera específica las edades en la que oscilan los participantes son de 5 años, pertenecientes a ambos sexos. A continuación, se presentan las características básicas de la población a seleccionar por un método no probabilístico, con carácter intencionado (Campbell et al., 2020) se muestran enseguida.

Tabla 1*Población*

Autorregulación emocional			
Grupo	Estudiantes		
	Niños	Niñas	Total
A	10	15	25

Fuente registro de inscripción 2022

De acuerdo con Arias et al. (2016), mencionan algunos criterios predeterminados para evaluar una determinada población como, la accesibilidad, homogeneidad y representatividad. Puesto que la población a evaluar es menor de edad se brindó un consentimiento informado a sus padres o apoderados legales. De esta manera, la población cumplió con los criterios definidos suficientes que justificaron el desarrollo de la investigación acorde con las necesidades y así poder asumir la propagación de los resultados, lo cual es una característica importante de la investigación cuantitativa.

En relación con las técnicas e instrumentos utilizados para la recolección de datos, se trató de una lista de cotejo donde se utilizó la técnica de observación. Según Arias (2020). Afirma que en su gran mayoría los investigadores utilizan esta técnica porque permite recopilar y evaluar información sobre diferentes actitudes y aprendizajes, la cual es una herramienta sumamente confiable cuando se trata de datos estadísticos. El instrumento constó de cinco dimensiones autocontrol, confiabilidad, integridad, adaptabilidad e innovación, las cuales están organizadas con seis ítems cada una de ellas, sumando así un total de 30 ítems, las cinco dimensiones están dirigidas a identificar el nivel de autorregulación emocional de los niños de cinco años, la lista de cotejo fue tomada de una investigación anterior, pero como no contaba con el procesamiento de los datos se prosiguió a realizarlo, a través de una tabla de excel aplicando una prueba Kr-20 donde se obtuvo un puntaje de 1.000 con lo cual se demuestra que tiene un nivel muy alto de confiabilidad (Robles, 2018, p. 193).

Tabla 2*Matriz de operacionalización de las variables*

Variable 1	Dimensión	Indicadores	Instrumento	Codificación	Escala y rango de la variable
V.D Autorregulación emocional López (como se cita en Rosales, 2021) indica que la autorregulación emocional en la primera infancia está relacionada con “la interpretación de la adaptación social en etapas posteriores. Por ejemplo, la autorregulación de bajo nivel en la infancia está relacionada con la escasa capacidad social,	Autocontrol	Domina sus actitudes en diferentes situaciones para mantener el orden en el aula Se muestra calmado en el aula Colabora en el comportamiento de sus compañeros. Muestra sus emociones con claridad Se muestra concentrado al realizar sus tareas	Lista de cotejo	Si (1) No (0)	Logrado (20 – 30) Proceso (10 -19) Inicio (0 -9)
	Confiabilidad	Es respetuoso con sus compañeros Narra lo sucedido sin mentir ante una acción Logra que sus compañeros confíen en el Cuando se equivoca se disculpa Cuando se equivoca admite sus errores Se muestra sincero con sus compañeros			
	Integridad	Culmina los trabajos en el tiempo establecido. Respeto el horario de clases. Se propone sus propias metas. Es persistente en lo que hace. Cumple con las tareas que le asignan Elabora las tareas según lo solicitado por la maestra o el grupo.			

y la regulación emocional óptima está relacionada con la adecuada adaptación social” (p.16).	Adaptabilidad	<p>Se adapta rápidamente al grupo de trabajo</p> <p>Busca alternativas para solucionar un problema</p> <p>Sabe escuchar a los demás.</p> <p>Identifica los estados de ánimos de los demás.</p> <p>Respeto a sus compañeros.</p> <p>Se adapta rápidamente a las estrategias de aprendizaje.</p>
	Innovación	<p>Aporta soluciones en su grupo de trabajo.</p> <p>Participan en juego de roles.</p> <p>Cumple con los roles que le asigna la docente o el grupo.</p> <p>Evalúa su rol participativo en el aula.</p> <p>Se muestra creativo e innovador.</p> <p>Se compromete a cambiar su forma de actuar.</p>

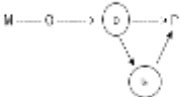
Variable 2	Dimensiones	Propósito	Nombres de las actividades	Evaluación
VI. Programa AUTEMO KIDS Conjunto de actividades en donde se desarrollan todas las dimensiones de la Autorregulación	Autocontrol	Los niños y las niñas identifican como los olores que podemos encontrar en nuestro día nos pueden generar diferentes emociones.	Sintiendo los olores y expresando mis emociones	Inicio (C)
		Los niños y las niñas tendrán oportunidad para expresar su emoción de enojo y compartir cómo han encontrado diferentes estrategias para circular por ellas y regularlas.	Le digo no al enojo	En proceso (B)
		Los niños y las niñas identifican las emociones que creen sienten sus compañeros a partir de las expresiones de su rostro, generando un ambiente de compañerismo y respeto.	Todos somos iguales y especiales	Logro esperado (A)

Emocional, teniendo en cuenta muchas estrategias donde se trabaja tanto en grupo e individualmente.	Confiabilidad	Los niños y niñas reconozcan que las diferencias físicas que tienen con sus compañeros no les convierte en personas distintas.	Soy niño y soy cortés	Logro destacado (AD)
		Los niños y las niñas conocen acerca de la mentira y como puede generar tristeza en las personas.	Mi corazón se siente feliz lejos de las mentiras	
	Integridad	Qué los niños y las niñas reconozcan como nuestro cuerpo genera emociones y lo expresan mediante el juego.	Mi cuerpo desbordando emociones	
		Las niñas y los niños tengan oportunidades para hablar sobre sus emociones y como se sienten en un determinado momento.	Caminando y encontrando mis emociones	
		Los niños y las niñas identifican estrategias de como volver a la calma cuando experimentamos alguna emoción muy intensa.	Respirando y retomando la calma	
		Fortalecer la interacción en la familia reforzando el vínculo de unión.	Mi familia me acompaña por el viaje de mis emociones	
	Adaptabilidad	Los niños y niñas reconozcan sus emociones y comprendan que no hay emoción buena o mala.	Mis amigas las emociones invaden mi cuerpo	
	Innovación	Los niños y niñas aprendan a ayudar a ser solidarios con los demás y se sientan felices.	Aprendo a ser solidario	
		Los niños y niñas reconozcan la importancia de expresar sus emociones y como regularlas de manera adecuada.	Sentimos y regulamos las emociones	

En la investigación, se utilizó método deductivo empleado a lo largo del estudio, especialmente para la organización de los elementos, operacionalización de las variables y en la redacción de la situación problemática a estudiar. Entre los procedimientos que se emplearon para la aplicación de la lista de cotejo a la muestra real la cual permitió consolidar el trabajo investigativo, en primer lugar, se estableció principalmente la coordinación con la directora de la institución educativa a fin de tener los permisos necesarios, en segundo lugar la directora procedió hablar con la profesora de aula , para finalmente por medio de ella hacer llegar a los padres de familia el consentimiento informado lo cual permitió la aplicación del instrumento “Lista de cotejo de Autorregulación Emocional” de esa manera se pudo recolectar, procesar y evaluar los datos para la elaboración del respectivo informe final, para ello se utilizó la herramienta excel donde se almacenaba los datos obtenidos, luego se interpretó los resultados realizando un análisis estadístico . En cuanto al protocolo, este incluye la estructuración de la introducción, que contiene la situación problema en detalle. También se elaboró una recopilación de diferentes antecedentes de estudios los cuales explican el comportamiento de la variable para lograr un adecuado fundamento teórico. Además, para la presentación de los resultados se tuvo en cuenta los datos procesados del instrumento aplicado. Así mismo el trabajo se ordenó con evidencia de una exhaustiva revisión bibliográfica constante y los documentos que acrediten que se realizó la investigación. Finalmente, teniendo en cuenta los resultados obtenidos en la lista de cotejo aplicada se llevó a cabo la creación del programa AUTEMO KIDS el cual busca fortalecer la autorregulación en niños de cinco años. De esta forma, en la tabla matriz de consistencia se consolida los elementos metodológicos que están presentes en la investigación y que sustentan el presente estudio.

Tabla 3
Matriz de Consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES Y DIMENSIONES
¿Cómo potenciar la autorregulación emocional en niños de cinco años?	<p>Objetivo General Diseñar un programa de actividades para potenciar autorregulación emocional en niños de cinco años</p> <p>Objetivos Específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Medir el nivel de la autorregulación emocional en niños de cinco años. 	Si se diseñan actividades de autorregulación emocional, entonces es probable lograr el control de las emociones en los niños de cinco años.	<p>Variable Dependiente Autorregulación Emocional</p> <p>Dimensiones</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autocontrol • Confiabilidad • Integridad • Adaptabilidad

	<ul style="list-style-type: none"> Determinar las características del programa AUTEMO KIDS orientado a potenciar autorregulación emocional en niños de cinco años. 	<ul style="list-style-type: none"> Innovación
		Variable Independiente Programa AUTEMO KIDS Dimensiones <ul style="list-style-type: none"> Autocontrol Confiabilidad Integridad Adaptabilidad Innovación
MÉTODO Y DISEÑO	POBLACIÓN Y MUESTRA	TÉCNICA E INSTRUMENTO
Enfoque Cuantitativo Tipo No experimental Nivel Descriptivo – Propositivo	Población total de 57 estudiantes del nivel inicial de la institución educativa inicial de la ciudad de Chiclayo, siendo de muestra 25 de ellos que pertenecen al grupo “A”	Instrumento Lista de cotejo Técnica Observación
	Muestreo: No probabilístico de tipo intencional	

Finalmente, en la presente investigación se tuvieron en cuenta las consideraciones éticas por ellos se desarrolló un consentimiento informado para los padres ya que la población evaluada era menor de edad. Esta autorización voluntaria permitió tanto la participación como la divulgación de los resultados, considerando usar el anonimato y una serie de códigos para los niños que participaron en la investigación. En cuanto al uso de los datos, fueron recogidos y procesados tal y como se muestran en la realidad.

Resultados

lógica de los objetivos específicos planteados. Para tal efecto, se analizan los datos desde el aporte de los antecedentes y las bases teórico- científicas seleccionadas.

RI: Nivel de Autorregulación emocional en niños de 5 años

Tabla 4

Evaluación del nivel Autorregulación emocional de los niños de 5 años

Categorías	Puntuación	F	%
Inicio	0-9	2	8%
Proceso	10-19	23	92%
Logrado	20-30	0	0 %
TOTAL		25	100.00

Los resultados evidencian que el 100 % de los evaluados se encuentran en niveles de necesidad de atender destacando que ninguno se ubica en nivel logrado respecto a su autorregulación emocional, confirmando de esta manera la existencia del problema, es un grupo homogéneo con un CV=21,62%. El puntaje que se repite con mayor frecuencia es 12, encontrando a la vez, que el 50% de los evaluados tienen calificaciones inferiores a 14.

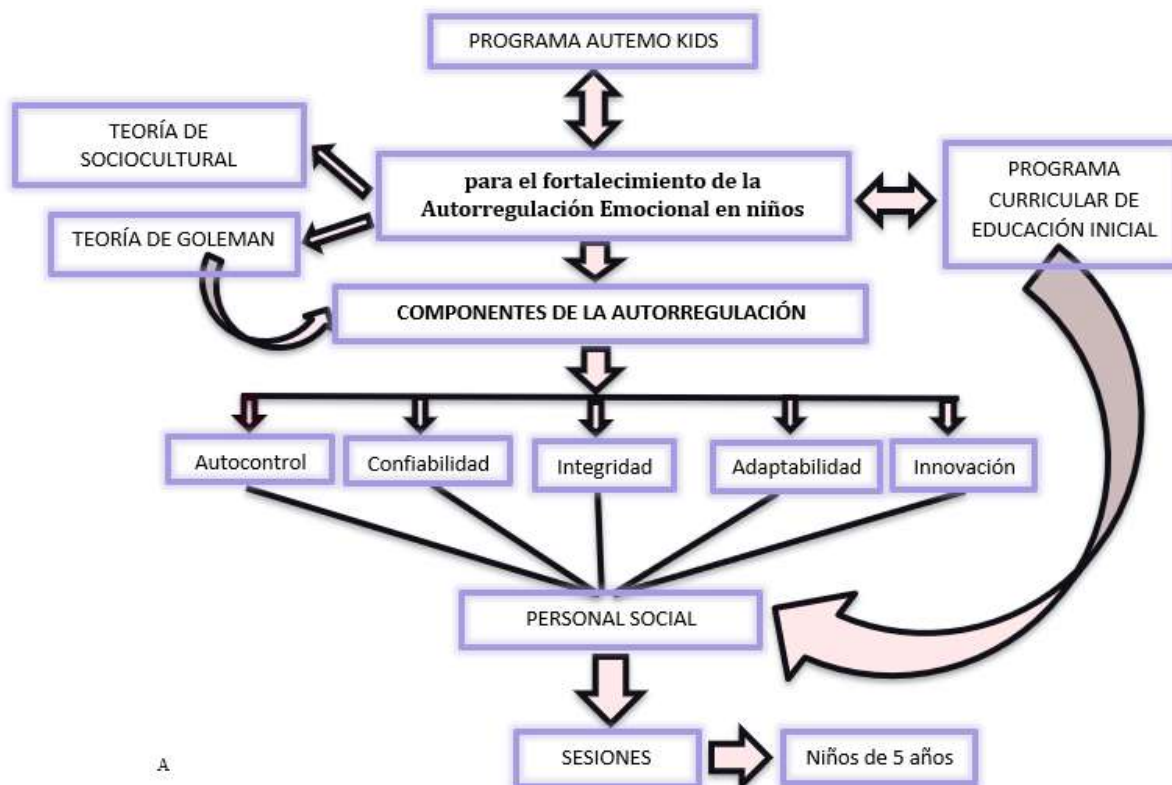
Estos resultados demandan la necesidad de potenciar la autorregulación emocional a través de un programa ya que todos los niños evaluados se encuentran el nivel de inicio y proceso, cabe recalcar que en muchos de los casos es por una minidad de uno o dos puntos que se ubican en la categoría de proceso, lo más preocupante es que ninguno de los niños haya logrado desarrollar su autorregulación de sus emociones, es por ello la necesidad que se desarrollen diferentes actividades de aprendizaje para lograr potenciar la autorregulación emocional de los preescolares, logrando así desarrollar el propósito del estudio. Según Grimaldo et al. (2020). En su investigación obtuvieron resultados similares a los que se obtuvo en la presente investigación donde ninguno de los niños tenía su autorregulación desarrollada a su totalidad, a partir de estos hallazgos los investigadores mencionan que los niños que se encuentran en la edad preescolar y son participes de un programa de educación emocional lograrán una gran mejora al momento de interactuar a nivel social y personal, por lo que es de suma importancia empezar a generar espacios donde se propicie el fortalecimientos de la autorregulación emocional desde edades muy tempranas lo cual es muy importante para sus vidas futuras.

R2: Las características del programa “AUTEMO KIDS” para fortalecer la autorregulación emocional en niños de cinco años.

Los resultados de la investigación determinan la necesidad de fortalecer la autorregulación emocional de los niños de cinco años. Se consideró para ello el diseño del programa denominado AUTEMO KIDS. El cual se describe en los párrafos subsiguientes.

Figura 1

Síntesis gráfica del programa



Para la elaboración del programa educativo se ha considerado la integración de terminología básica como aporte para la definición de autorregulación emocional. Es así que según López (como se cita en Panduro, 2019) La autorregulación emocional consiste en la capacidad de controlar adecuadamente las emociones, teniendo una conciencia para saber cómo reaccionar y controlar con éxito diferentes situaciones y de esta manera lograr erradicar emociones que no nos hagan bien. Para Sroufe (como se cita en Restrepo 2020, p. 23) menciona que las emociones son “una respuesta subjetiva a un evento sobresaliente”, la cual está constituida por aspectos cognitivos, conductuales, afectivos y fisiológicos; esto indica que los eventos y las personas están relacionados, ya que los eventos tienden a evocar diferentes respuestas emocionales en las personas en distintos momentos de su vida.

Asimismo, se consideró una teoría la cual brindará sustento a la propuesta. Según Goleman (1995). Menciona que la gran plasticidad del cerebro infantil va a permitir que los aprendizajes obtenidos a temprana edad tengan un impacto duradero, con ello podemos decir que la infancia

es la etapa donde el cerebro de las personas esta más apto a aprender. En segundo lugar, La Teoría Sociocultural de Vygotsky nos menciona que la cultura determina en gran medida la expresión y regulación de las emociones, así como el desarrollo de la personalidad y la función reguladora de la conducta lo cual permitirá una adaptación a las normas y al sistema social al que pertenece.

En cuanto al desarrollo del programa se tuvo en cuenta los principios del Currículo Nacional (2016). El principio de seguridad el cual constituye la base para el desarrollo de una personalidad estable y armoniosa en el niño, y se construye a través del vínculo afectivo, la calidad de los cuidados que recibe, y la posibilidad de actuar e interactuar en libertad en espacios seguros que permitan el desarrollo de su potencial natural y el principio de comunicación, el cual es una necesidad esencial y absoluta, que se origina desde el inicio de la vida con las interacciones y en el placer de las transformaciones recíprocas. Por tanto, en los primeros años de vida, es importante considerar al bebé o al niño como un interlocutor válido, con capacidades comunicativas y expresivas. En síntesis, podemos decir que estos dos principios son indispensables en la vida de los niños para lograr un desarrollo intelectual como emocional potenciando así su formación integral.

Para la organización de los contenidos del programa se tuvo en cuenta los resultados de la aplicación de la lista de cotejo para evaluar a los niños de cinco años, lo cual determino las 12 actividades de aprendizaje que fueron divididas en las cinco dimensiones según las dificultades encontradas, es decir en las dimensiones donde se encontró mayor dificultad se planificó 3 actividades con la finalidad de potenciar estas habilidades que tenían un bajo nivel. Además, se tuvo en cuenta al programa curricular de educación inicial (2016). Del cual se consideró los momentos pedagógicos de inicio, desarrollo y cierre para la realización de una sesión de aprendizaje, donde en el inicio se motiva a los niños además de despertar su interés con dinámicas interactivas y grupales se les introduce en el tema , en el desarrollo se ejecuta la parte central donde a través de diferentes estrategias se busca que los niños comprendan el tema que se aborda durante la actividad y finalmente el cierre se realiza una serie de preguntas para evaluar si los niños lograron interiorizar los aprendizajes tratados durante la actividad, de lo contrario se realiza una retroalimentación para reforzar los aprendizajes que sean necesarios. A continuación, se detalla por cada dimensión las actividades propuestas y cuáles son sus objetivos a lograr para la mejora de la autorregulación en los niños.

En primer lugar, tenemos a la dimensión de autocontrol para la cual se elaboró 2 actividades, las cuales constan de 45 minutos cada una, donde se busca que los niños por medio de diferentes

actividades desarrollen el autocontrol de sus emociones, de manera amena de forma individual y grupal.

En segundo lugar, tenemos a la dimensión confiabilidad y teniendo en cuenta que en esta dimensión se pudo identificar que los niños aún no lograban desarrollarla en su totalidad, se elaboró 3 actividades, que constan de 45 minutos cada una en las cuales se busca potenciar el respeto entre compañeros, la amabilidad y evitar las mentiras dentro del aula ya que estas tienen consecuencias que pueden perjudicar tanto a ellos como a sus compañeros.

En tercer lugar, tenemos a la dimensión integridad para la cual se planteó 3 actividades de 45 minutos cada una, porque en esta dimensión también se pudo evidenciar mayor dificultad en los niños, es por ello que en estas actividades se pretende lograr que los niños identifiquen que sus emociones pueden generar cambios en sus cuerpos, además de que una misma situación genera diferentes emociones en cada uno de ellos y finalmente que estrategias puede emplear para regresar a la calma después de cualquier emoción intensa que pueden sentir.

En cuarto lugar, tenemos a la dimensión adaptabilidad donde se planificó 2 actividades de 45 minutos cada una donde se busca que los niños y las niñas reconozcan la importancia de contar con sus familias ya que ellos les van a ayudar a afrontar todos los cambios en sus vidas, además de comprender que no existe una emoción buena ni mala.

Por último, en quinto lugar, tenemos la dimensión innovación aquí se plantea 2 actividades de 45 minutos cada una, donde se busca que los niños aprendan a ser solidarios con las demás personas al momento de que estén sintiendo alguna emoción, además de reconocer la importancia de expresar sus emociones de una manera adecuada sin lastimar a ninguna persona que está cerca.

Para evaluar cada una de las actividades se plantea una evaluación sumativa teniendo en cuenta las cuatro escalas de calificación que presenta en MINEDU (2016). Inicio (C), en proceso (B), logro esperado (A) y finalmente logro destacado (AD), para ello se utilizará como instrumento el cuaderno de campo y como técnica la observación.

Finalmente es importante recalcar que el presente programa cuenta con criterios científicos y validez de la propuesta, donde los indicadores que se evaluaron fueron las cualidades básicas de la propuesta, claridad, consistencia teórica, calidad técnica, metodología, extensión y por último evaluabilidad, para dicha evaluación se contó con tres expertas sobre el tema las cuales se mencionan a continuación así mismo con el puntaje que cada una brindó, la Magister María Valentina Córdova Pissani donde se obtuvo un puntaje de 97.5, la magister Lucero Luzmila Ayala de la Torre obteniendo un puntaje de 100 y la Licenciada Clara Isolina Cecilia García Aurich obteniendo un puntaje de 100, de esta manera se demuestra que el programa puede ser

aplicado en aulas de inicial a niños de cinco años, teniendo en cuenta que las expertas cuentan con amplios conocimientos y sobre todo con una gran trayectoria educativa.

Discusión

En el presente estudio se determinó que ninguno de los evaluados logró desarrollar su autorregulación emocional, esto tiene concordancia con los resultados encontrados por Grimaldo et al. (2020), quienes evaluaron también a niños de cinco años donde se pudo determinar que ninguno había logrado desarrollar su autorregulación emocional, asimismo Córdova (2021). En su estudio encontró un nivel regular siendo más de la mitad de los estudiantes que presentaban problemas con las interacciones emocionales y necesitaban mejorar su autorregulación emocional, además llegó a la conclusión de que los niños no tienen posibilidad de expresar sus emociones con los adultos que lo rodean, lo cual genera una mayor dificultad al momento de propiciar relaciones adecuadas con sus compañeros dentro de un aula de clases. Teniendo en cuenta los resultados encontrados en todas las investigaciones mencionadas podemos dar certeza que existen muchos niños que no cuentan con un adecuado control de sus emociones, por lo cual es importante que las docentes implementen en sus aulas de clases diferentes programas que ayuden a los niños a fortalecer la autorregulación emocional.

Asimismo, la investigación cuenta con la elaboración de un programa denominado AUTEMO KIDS el cual busca fortalecer la autorregulación emocional de los niños de cinco años, con la finalidad de lograr mejores relaciones tanto en la institución educativas como en los hogares. Según Moreno et al. (2020), mencionan que luego de aplicar su programa Mindkinder para el desarrollo de la autorregulación emocional en los niños, obtuvieron buenos resultados ya que los niños lograron mejorar los niveles de autorregulación emocional que tenían, también mencionan que desarrollar desde la infancia un adecuado manejo de las emociones va ayudar al niño a desenvolverse en cualquier contexto social al que pertenezca, así mismo es muy importante resaltar la función que tienen tanto las docentes como los padres de familia por ser modelos a seguir de los niños, es por ello que debe de existir una relación muy estrecha entre los docentes de las instituciones educativas y los padres de familia donde ambos tengan en cuenta que luchan por el mismo objetivo formar niños con valores, y muchos conocimientos sin dejar de lado potenciar el ámbito emocional, teniendo en cuenta que las emociones juegan un plan muy importante al momento de aprender un nuevo conocimiento.

Conclusiones

Los párrafos de conclusión se redactan de forma clara, precisa y concisa. Deben reflejar el cumplimiento de cada uno de los objetivos de la investigación, así como de la hipótesis planteada, sin ser una repetición de los resultados. La evaluación realizada a los niños determinó que existe un alto nivel de proceso respecto a la autorregulación emocional.

El programa diseñado AUTEMO KIDS para el fortalecimiento de la autorregulación emocional considera las características, necesidades e intereses de los niños, además fue validado por expertos que demostraron la validez.

Recomendaciones

La presente investigación cuenta con un programa para el fortalecimiento de la autorregulación emocional y puede ser aplicado a niños de cinco años con características similares.

Es fundamental fomentar la autorregulación emocional en las aulas del nivel inicial teniendo en cuenta que los niños en esa edad se encuentran muy aptos para asimilar y aprender nuevos conocimientos logrando así un desarrollo óptimo de la gestión de sus emociones

Referencias

- Arias, J (2020). *Técnicas e instrumentos de investigación científica*.
- Arias, J, Villasís, M, & Miranda, M (2016). *El protocolo de investigación III: la población de estudio*. *Revista Alergia México*, 63(2), 201–206.
<https://doi.org/10.29262/ram.v63i2.181>
- Bueno, A. (2019). La inteligencia emocional: exposición teórica de los modelos fundantes. *Revista Seres Y Saberes*, (6). Recuperado a partir de <https://revistas.ut.edu.co/index.php/SyS/article/view/1816>
- Campbell, S., Greenwood, M., Prior, S., Shearer, T., Walkem, K., Young, S., Bywaters, D., Walker, K. (2020). Purposive sampling: complex or simple? Research case examples. *Journal of research in Nursing* .25(8), 652 -661. <https://doi.org/10.1177/1744987120927206>
- Constante, G. (2019). *El juego dirigido como herramienta para mejorar la autorregulación en estudiantes de 4 y 5 años de edad*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Casa Grande Facultad de Ecología Humana, Educación y Desarrollo].
<http://dspace.casagrande.edu.ec:8080/handle/ucasagrande/2154>
- Cordova, G (2021). *Las interacciones efectivas para la autorregulación de emociones en niños de 5 años de la I.E 10923 FAC- JLO- Chiclayo* [Universidad César Vallejo].
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/72451>
- Currículo nacional de la Educación Básica. (2016, June 3). Ministerio de Educación -MINEDU doi: 10.32824/investigpsicol.a24n1a16
- Estela, R (2020). “Investigación propositiva. Módulo 1. Perú,
<https://es.calameo.com/read/006239239f8a941bec906>
- Garaigordobil, M. (2018). Educación emocional en la infancia y la adolescencia. *Participación Educativa*., 5(8), 107–127.
- García, M & Zavala, N. (2021). Programa Emociarti para la autorregulación emocional en niños de cuatro años del C.E.E. Rafael Narváez Cadenillas, Trujillo – 2019. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Trujillo].
<http://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/17301>
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional. La hora de la verdad. Lo que piensan los directivos españoles sobre la revolución en la inteligencia*. *Capital Humano* No. 177 p. 78. Recuperado de: <https://www.navarra.es/NR/rdonlyres/41921452-74F8-4AF4-8E9E72994D446082/158456/6ARTICULOINTELIGENCIAEMOCIONALCAPITALHUMANO.pdf>

- Grandis, C, Gago, L, Clerici, G & Elgier, Á. (2019). el desarrollo de la autorregulación en la infancia temprana y sus factores moduladores. *Investigaciones en Psicología*, 24(1), pp-68-77.
- Grimaldo, M, y Merino, C. (2020). *Efectos de un Programa de Intervención sobre las habilidades emocionales en niños preescolares*. REOP - Revista Española de Orientación y Psicopedagogía, 31(1), 62. <https://doi.org/10.5944/reop.vol.31.num.1.2020.27290>
- Hernández, R, Fernández, C, & Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación*. México D.F.: Mcgraw-HILL / Interamericana Editores, S.A. de C.V. Recuperado de: http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2015_1/Carlos_Ramos.pdf?
- Hewitt, N, Rueda, C, Vega, Á, Alarcón, M, Velandia, S & Villamil, R. (2023). Regulación emocional y habilidades de afrontamiento en profesores colombianos de Educación Básica Primaria. *Scielo* <https://doi.org/10.21500/22563202.5681.v21.n1.45-63.2023>.
- Losada, A, Caronello, M & Estéves, P. (2020). *Estilos parentales y Autorregulación Emocional Infantil Estudio de revisión narrativa de la literatura*. <http://redesdigital.com.mx/index.php/redes/article/view/286/6783461>
- MINEDU. (2021). *Orientaciones para el soporte socioemocional a las y los estudiantes frente a la emergencia sanitaria*. Lima. Ministerio de Educación. <https://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12799/7603/Orientaciones%20para%20el%20soporte%20socioemocional%20a%20las%20y%20los%20estudiantes%20frente%20a%20la%20emergencia%20sanitaria.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Morales, A. (2018). *Evaluación de un programa para incrementar habilidades de autorregulación en niños de edad preescolar*. [Tesis de doctorado, Universidad Autónoma De Nuevo León]. <http://eprints.uanl.mx/16862/1/1080290400.pdf>
- Moreno A, Luna, P & Cejudo, J. (2020). Promoting school success through mindfulness-based interventions in early childhood. *Revista de Psicodidáctica*, 25, (2), 136-142. <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2019.12.001>
- Neva, M. (2020, Jul 14). *La difícil autorregulación emocional*. *El Mercurio* <http://usat.lookproxy.com/newspapers/la-dificilautorregulaciónemocional/docview/2423467105/se-2?accountid=37610>

- Panduro, C. (2019). *La autorregulación emocional y la socialización en niños de 5 años de la Institución Educativa Jorge Chávez, Callao, 2019*. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/43357>
- Quinteros, J (2022). *Las Habilidades de Autocontrol y Autorregulación en la Edad Preescolar* (2ª ed., vol.2). <https://doi.org/10.1344/joned.v2i2.37387>
- Rivas, A. (2020). *Inteligencia emocional y tipos de familia, en niños y niñas entre 8 y 12 años en la I.E n°14871 “inmaculada concepción” Vichayal-Querecotillo, 2019* [Tesis de licenciatura]. Universidad Nacional de Piura. <http://repositorio.unp.edu.pe/handle/UNP/1787>
- Robles, B. (2018). *Índice de validez de contenido: Coeficiente V de Aiken* Pueblo continente, 29(1), 193-197.
- Rosales, G. (2021). *El juego como estrategia para el desarrollo de la autorregulación emocional de los niños de 5 años de la I.E.I. N.º 086 “divino niño Jesús”-huacho, durante el año escolar 2020*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión].<http://repositorio.unjfsc.edu.pe/handle/UNJFSC/6017>

Anexos

Anexo 1

Instrumento de evaluación

Lista de cotejo “Autorregulación Emocional”

COMPONENTE 1: AUTOCONTROL			
Nº	ÍTEMS	SIEMPRE (1)	NUNCA (0)
01	Domina sus actitudes en diferentes situaciones.		
02	Colabora para mantener el orden en el aula		
03	Se muestra calmado en el aula		
04	Colabora en el comportamiento de sus compañeros		
05	Muestra sus emociones con claridad		
06	Se muestra concentrado al realizar sus tareas		
COMPONENTE 2: CONFIABILIDAD			
Nº	ÍTEMS	SIEMPRE (1)	NUNCA (0)
07	Es respetuoso con sus compañeros		
08	Narra lo sucedido sin mentir ante una acción		
09	Logra que sus compañeros confíen en él		
10	Cuando se equivoca se disculpa.		
11	Cuando se equivoca admite sus errores		
12	Se muestra sincero con sus compañeros.		
COMPONENTE 3: INTEGRIDAD			
Nº	ÍTEMS	SIEMPRE (1)	NUNCA (0)
13	Culmina los trabajos en el tiempo establecido.		
14	Respeto el horario de clases.		
15	Se propone sus propias metas.		
16	Es persistente en lo que hace.		
17	Cumple con las tareas que le asignan		
18	Elabora las tareas según lo solicitado por la maestra o el grupo.		
COMPONENTE 4: ADAPTABILIDAD			
Nº	ÍTEMS	SIEMPRE	NUNCA

		(1)	(0)
19	Se adapta rápidamente al grupo de trabajo.		
20	Busca alternativas para solucionar un problema.		
21	Sabe escuchar a los demás.		
22	Identifica los estados de ánimos de los demás.		
23	Respeto a sus compañeros.		
24	Se adapta rápidamente a las estrategias de aprendizaje		
COMPONENTE 5: INNOVACIÓN			
Nº	ITEMS	SIEMPRE (1)	NUNCA (0)
25	Aporta soluciones en su grupo de trabajo.		
26	Participan en juego de roles.		
27	Cumple con los roles que le asigna la docente o el grupo.		
28	Evalúa su rol participativo en el aula.		
29	Se muestra creativo e innovador.		
30	Se compromete a cambiar su forma de actuar		

Baremación

Tabla de baremación - Autorregulación emocional

Nivel	Descripción
Logrado 20 – 30	Los niños se muestran en logrado porque logran regular sus emociones y muestran seguridad
Proceso 10 – 19	Los niños se muestran en proceso ya que pueden tener autocontrol de sus propias emociones
Inicio 0 – 9	Los niños se muestran en inicio porque no pueden autorregular sus emociones y no logran autocontrolarse así mismo

Escala Descriptiva Valorativa

Dimensión: Autocontrol		
ITEMS / CATEGORIA	SI (1)	NO (0)
1. Domina sus actitudes en diferentes situaciones	Logra manejar asertivamente sus arranques y emociones	No maneja asertivamente sus arranques y suele no ser tolerante así mismo
2. Colabora para mantener el orden en el aula	Logra mantener el orden en el aula sin ser obligado o haber recibido una orden	No colabora en mantener el orden en el aula suele no obedecer. Ya que no controla sus emociones
3. Se muestra calmado en el aula	Logra controlarse por sí mismo la cual se mantiene calmado y tranquilo le permite interactuar con los demás	No integra fácilmente al grupo ya que no controla sus emociones
4. Colabora en el control de sus compañeros	Logra mostrar control en sus compañeros cuando muestra una buena actitud controlando sus emociones	No colabora en el control de sus compañeros ya que le cuesta tener el control de sí mismo
5. Describe sus pensamientos con propiedad	Logra controlarse por sí mismo describiendo y creando, sus pensamientos con claridad	No se controla por sí mismo ya que no construye sus pensamientos con claridad
6. Se concentra en sus tareas	Logra concentrarse sin dificultad logrando asumir con responsabilidad las actividades diarias	El niño se distrae y no logra concentrarse ya que aún no adquiere la confianza en sí mismo
Dimensión: Confiabilidad		
7. Es respetuoso con sus compañeros	Logra tener valores ayudando a los demás siendo respetuoso	No mantiene respetuosamente, no atiende a clases no ayuda a sus compañeros cuando lo necesitan
8. No miente frecuentemente	Logra tener valores éticos y morales las cuales no repite conductas	No respeta a los demás a veces suelen repetir imitación de los padres
9. Sus compañeros confían en él	Logra en realizar los movimientos de acuerdo a lo que se cuenta y en los diferentes sucesos.	No realiza movimientos cuando se está narrando el cuento.
10. Cuando se equivoca se disculpa	Logra reconocer sus errores ante los demás mostrando actitud positiva	No reconoce sus errores suele culpar a otros, ya que le cuesta pedir disculpas.
11. Admite sus errores	Logra interactuar con los compañeros ya que no se niegan aceptar sus errores	No interactúa con sus compañeros durante la actividad ya que no admite sus errores.
12. Se muestra sincero con sus compañeros	Logra mostrarse hacia sus compañeros con sinceridad e integridad ya que inspira confianza a los que los rodea	No tiene iniciativa en decir la verdad ante sus compañeros

Dimensión: Integridad		
13. Culmina los trabajos en el tiempo establecido	Logra culminar los trabajos cuando es motivado de realizar las tareas escolares y las culmina a tiempo	No muestra iniciativa, tiene dificultad en el cumplimiento de tareas.
14. Respeta el horario de clases	Logra organizar su tiempo, respetando el horario establecido	No cumple con los horarios ya que no afronta las rutinas y actos disciplinares claros
15. Propone sus propias metas	Logra proponer sus propias metas ya que son capaces de cumplir con sus obligaciones de manera autónoma	No propone ideas y metas con interés e iniciativa
16. Es persistente en lo que hace	Logra cuando intenta hacer sus propias metas y es persistente ante cualquier situación	No muestra perseverancia por conseguir o esforzarse por alcanzar
17. Cumple con la tarea que se le asignan	Logra participar y compartir ideas logrando culminar sus tareas satisfactoriamente	No participa, ni se esfuerza por culminar sus tareas asignadas
18. Elabora las tareas según lo solicitado por la maestra o el grupo	Logra participar en la elaboración de tareas según las indicaciones que de la maestra	El niño es incapaz de cumplir con sus obligaciones de manera autónoma
Dimensión: Adaptabilidad		
19. Se adapta rápidamente al grupo de trabajo	Logra en realizar todas las tareas en grupo con facilidad	No se adapta a cualquier cambio que se de en su entorno
20. Busca alternativas para solucionar un problema	Logra inmediatamente dar solución a la exigencia o problema que demande en su entorno	No expresa, no busca soluciones ante situaciones que se le puedan presentar
21. Sabe escuchar a los demás	Logra escuchar a los demás respetando su comunicación	No soportan la franqueza o brusquedad de los comentarios de los demás
22. Identifica los estados de ánimos de los demás	Logra mostrar tranquilidad al observar situaciones que no permitan obtener solución	No identifica los estados de ánimos de los demás
23. Respeta a sus compañeros	Logra respetar a sus compañeros creando nuevas alternativas	No respeta a sus compañeras no cumple las normas de convivencia en el aula.
24. Se adapta rápidamente a las estrategias de aprendizaje	Logra aceptar nuevos retos y estrategias que impliquen un nuevo diseño curricular.	No realiza actividades de aprendizaje en el aula
Dimensión: Innovación		
25. Aporta soluciones en su grupo de trabajo.	Logra dar soluciones satisfactoriamente, dando alternativas, explorando, ya que son independientes	El niño No aporta un rol ante los demás y se muestra diferente al resto
26. Participa en juego de roles	Logra realizar los diferentes papeles en el juego participando	No participa en el juego, no asume el rol en cada niño.

27. Cumple con los roles que le asigna la docente o el grupo	Logra cumplir con los nuevos enfoques e informaciones que se les da	No cumple roles grupales, no opta por tener nuevos conocimientos
28. Evalúa su rol participativo en el aula	Logra ser participativo en clases ya que está motivado y tiene confianza en si mismo	No muestran interés ya que sienten timidez por otros.
29. Se muestra creativo e innovador	Logra mostrarse expresarse con libertad y refuerza sus ideas de manera positiva	No es creativo e innovador le cuesta crear e imaginar, se conforma con lo que se le de
30. Se compromete a cambiar su forma de actuar	Logra sentirse bien y accesible al cambio mostrando un adecuado comportamiento	No tiene iniciativa en cambiar su forma de actuar, actúa impulsivamente

Mendoza, L (2019)

Anexo 2

Programa AUTEMO KIDS

En la siguiente tabla se puede observar las actividades planificadas según las dimensiones del instrumento que se aplicó a los niños de 5 años, además del propósito para evaluar la autorregulación emocional, a cada dimensión se dio un número de actividades según las necesidades de los niños y niñas, también se detallan los nombres de las actividades como se evaluará a los niños y finalmente el tiempo que tomaría desarrollarlas.

Componentes	Actividades	Propósito	Evaluación		Tiempo	Estrategias
			Instrumento	Técnica		
Autocontrol	Sintiendo los olores y expresando mis emociones	Los niños y las niñas identifican como los olores que podemos encontrar en nuestro día nos pueden generar diferentes emociones.	Cuaderno de campo	Observación	45 minutos	Dinámica grupal
	Le digo no al enojo	Los niños y las niñas tendrán oportunidad para expresar su emoción de enojo y compartir cómo han encontrado diferentes estrategias para circular por ellas y regularlas.	Cuaderno de campo	Observación	45 minutos	Dinámica grupal
	Todos somos iguales y especiales	Los niños y las niñas identifican las emociones que creen sienten sus compañeros a	Cuaderno de campo	Observación	45 minutos	Modelado y dinámica grupal

Confiabilidad		partir de las expresiones de su rostro, generando un ambiente de compañerismo y respeto.				
	Soy niño y soy cortés	Los niños y niñas reconozcan que las diferencias físicas que tienen con sus compañeros no les convierte en personas distintas.	Cuaderno de campo	Observación	45 minutos	Modelación
	Mi corazón se siente feliz lejos de las mentiras	Los niños y las niñas conocen acerca de la mentira y como puede generar tristeza en las personas.	Cuaderno de campo	Observación	45 minutos	Dinámica grupal
Integridad	Mi cuerpo desbordando emociones	Qué los niños y las niñas reconozcan como nuestro cuerpo genera emociones y lo expresan mediante el juego.	Cuaderno de campo	Observación	45 minutos	Juegos verbales
	Caminando y encontrando mis emociones	Las niñas y los niños tengan oportunidades para hablar sobre sus emociones y como se sienten en un determinado momento.	Cuaderno de campo	Observación	45 minutos	Dinámica grupal
	Respirando y retomando la calma	Los niños y las niñas identifican estrategias de como volver a la calma cuando experimentamos alguna emoción muy intensa.	Cuaderno de campo	Observación	45 minutos	Juegos verbales
Adaptabilidad	Mi familia me acompaña por el viaje de mis emociones	Fortalecer la interacción en la familia reforzando el vínculo de unión.	Cuaderno de campo	Observación	45 minutos	Dinámica grupal
	Mis amigas las emociones	Los niños y niñas reconozcan sus emociones y comprendan que	Cuaderno de campo	Observación	45 minutos	Dramatización

	invaden mi cuerpo	no hay emoción buena o mala.				
Innovación	Aprendo a ser solidario	Los niños y niñas aprendan a ayudar a ser solidarios con los demás y se sientan felices.	Cuaderno de campo	Observación	45 minutos	Modelación
	Sentimos y regulamos las emociones	Los niños y niñas reconozcan la importancia de expresar sus emociones y como regularlas de manera adecuada.	Cuaderno de campo	Observación	45 minutos	Dramatización

Anexo 3

Evaluación

Para evaluar las actividades se plantea una evaluación sumativa, la cual se realizará en cada una de las actividades planificadas, teniendo en cuenta las cuatro escalas de calificación que presenta en MINEDU (2016). Inicio (C), en proceso (B), logro esperado (A) y finalmente logro destacado (AD), para ello se utilizará como instrumento el cuaderno de campo y como técnica la observación.

NOMBRE	DIMENSIONES	ACTIVIDADES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN			
			C	B	A	AD
	AUTOCONTROL	Sintiendo los olores y expresando mis emociones				
		Le digo no al enojo				
	CONFIABILIDAD	Todos somos iguales y especiales				
		Soy niño y soy cortés				
		Mi corazón se siente feliz lejos de las mentiras				
	INTEGRIDAD	Mi cuerpo desbordando emociones				
		Caminando y encontrando mis emociones				
		Respirando y retomando la calma				

	ADAPTABILIDAD	Mi familia me acompaña por el viaje de mis emociones				
		Mis amigas las emociones invaden mi cuerpo				
	INNOVACIÓN	Aprendo a ser solidario				
		Sentimos y regulamos las emociones				

Anexo 4

Desarrollo de la actividad

A continuación, se muestra el diseño de las actividades planificadas

Nombre de la actividad: Caminando y encontrando mis emociones	
Dimensión	
Integridad	
Propósito	Las niñas y los niños tengan oportunidades para hablar sobre sus emociones y como se sienten en un determinado momento.
Área	Personal Social
Estrategia	Dinámica grupal

Competencia	Capacidades	Desempeños	Criterio de evaluación	Evidencia	Técnica y/o Instrumento
Construye su identidad	<ul style="list-style-type: none"> • Se valora a sí mismo. • Autorregula sus emociones. 	Expresa sus emociones; utiliza palabras, gestos y movimientos corporales e identifica las causas que las originan. Reconoce las emociones de los demás, y muestra su simpatía, desacuerdo o preocupación.	Expresa sus emociones; utiliza palabras, gestos y movimientos corporales e identifica las causas que las originan.	Los niños y las niñas mediante gestos expresan sus emociones.	Técnica: Observación Instrumento: Cuaderno de campo

Procesos	Descripción	Materiales
INICIO	Empezaremos la actividad saludando a los niños y les mencionamos que vamos a aprender una canción, mientras la profesora va cantando y realiza una pausa ellos deben de decir ¿Dónde estás? Para ello la profesora en el bolsillo se su mandil tiene títeres de dedo con diferentes emociones (Anexo 1), los cuales irá sacando uno a uno según la canción “Mis emociones” (Anexo 2)	- Títeres de dedos (Emociones)
	Se pedirá a los niños retirar sus sillas a las esquinas del aula, la maestra también retira las mesas para que haya espacio al momento de realizar el juego, previamente la maestra ya elabora un circuito con diferentes emociones	- Circuito de las emociones

DESARROLLO	<p>y un dado el cual nos ayudará a descubrir cuántos casilleros debemos de avanzar.</p> <p>Se invita a los niños a ponerse de pie y formar una fila de niñas y otra de niños (para seguir un orden el dado se va a lanzar de manera intercalada, es decir si empieza un niño le sigue una niña o viceversa) se les menciona que el primero de la fila va lanzar el dado y va avanzar los casilleros que indique el dado ahí habrá una pregunta la cual debe de responder por ejemplo digamos que la niña lanzó y avanzó hasta la emoción feliz la profesora realizará una de las 3 preguntas ¿Cuéntanos cuando has estado muy feliz? ¿Qué cosas te hacen sentir feliz? o también le podemos pedir que exprese con su cara y gesto esa situación, una vez que los niños responden las preguntas se le invita a poder al final de la fila y continúa la siguiente niña y se realiza la misma secuencia lo que varía es la pregunta.</p>	- Dado
CIERRE	<p>Finalmente preguntamos ¿Qué emociones pudimos conocer el día de hoy? ¿Nuestro rostro cambia según la emoción que sentimos? ¿Te gustó la actividad? ¿Qué emoción sentiste durante la actividad?</p>	

Anexo 1

Títeres de las emociones



Anexo 2

Guión de la canción “Mis emociones”

- **Profesora:** Dedo enojo dedo enojo (Bis)
- **Niños:** ¿Dónde estás?
- **Profesora:** Aquí estoy (Bis), que enojado estoy.
- **Profesora:** Dedo triste dedo triste (Bis)
- **Niños:** ¿Dónde estás?
- **Profesora:** Aquí estoy (Bis), que triste estoy.
- **Profesora:** Dedo miedo dedo miedo (Bis)
- **Niños:** ¿Dónde estás?
- **Profesora:** Aquí estoy (Bis), que miedoso estoy.
- **Profesora:** Dedo asombro dedo asombro (Bis)
- **Niños:** ¿Dónde estás?
- **Profesora:** Donde (Bis), donde estoy.
- **Profesora:** Dedo alegre dedo alegre (Bis)
- **Niños:** ¿Dónde estás?
- **Profesora:** Aquí estoy (Bis), ¿Cómo estás?

Todos juntos: ¡¡¡¡ Mis dedos felices dedos felices dónde están, aquí estamos uhhhhh !!!!¿Cómo están niños?