



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN ADMINISTRACIÓN
DE LA EDUCACIÓN**

Estados emocionales de los padres de familia en el
acompañamiento del proceso de aprendizaje de los niños de 5
años de la I.E. Nuestra señora de Las Mercedes – Paita 2021

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
Maestra en Administración de la Educación

AUTOR:

Maza Ramirez de Maza, Marilu Paola (ORCID: 0000-0003-3767-6429)

ASESORA:

Dra. Linares Purisaca, Geovana Elizabeth (ORCID: 0000-0002-0950-7954)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Gestión y Calidad Educativa

PIURA – PERÚ

2021

DEDICATORIA

Esta tesis está dedicada:

A Dios por siempre protegerme e iluminarme en todo momento y por brindarme las fuerzas necesarias para seguir adelante.

A mi princesita María Guadalupe que es mi motor, motivo y razón de inspiración para seguir cumpliendo mis metas.

A mis padres Luciano y Natividad por su eterno amor y apoyo incondicional.

A mis hermanos Liliana, Luis y Estrella por su cariño y apoyo en todo momento.

A mis amigas y amigos por esas palabras de aliento que siempre me dedican para dar todo por el todo.

Finalmente, a mis angelitos Teresa, Jorge, Filomena, Johana, Francisco, Mercedes, Pantaleón, que desde el cielo me cuidan e iluminan.

AGRADECIMIENTO

Quiero expresar mi gratitud a Dios, quien con su bendición llena siempre mi vida, a mi familia y amistades por estar siempre presentes.

Infinitas gracias a la doctora Geovana Elizabeth Linares Purisaca por el apoyo brindado en el desarrollo de esta investigación, por su paciencia, comprensión y empuje para cumplir nuestra meta.

Mi profundo agradecimiento a los directivos y docentes de Institución Educativa Nuestra Señora de las Mercedes de la provincia de Paita por confiar en mí, abrirme las puertas y permitirme realizar todo el proceso investigativo dentro de su establecimiento educativo.

Agradecimiento especial a la psicóloga Jenmy Gálvez Seminario por ser parte del programa de Estados emocionales para madres de familia.

Infinitas gracias a las mamitas del aula de 5 años "C" por su gran apoyo en desarrollo de las actividades de mi proyecto, así como también a mis pequeños corazones por su gran esfuerzo.

ÍNDICE

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTO	3
ÍNDICE DE TABLAS	5
ÍNDICE DE GRÁFICOS	6
RESUMEN	7
ABSTRACT	8
I. INTRODUCCIÓN	9
II. MARCO TEÓRICO	14
III. METODOLOGÍA	25
3.1. Tipo y diseño de investigación	25
Tipo de investigación:	25
3.2. Variables y operacionalización	26
3.3. Población, muestra y muestreo	28
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos:	29
3.5. Procedimientos:	29
3.6. Método de análisis de datos:	29
3.7. Aspectos éticos:	30
IV. RESULTADOS	31
V. DISCUSIÓN	50
VI. CONCLUSIONES	56
VII. RECOMENDACIONES	57
REFERENCIAS	58
ANEXOS	64

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 01: Estadísticas descriptivas para las dimensiones del pre test de las madres de familia.....	35
35Tabla 02: Nivel del estado emocional de las madres de familia en el pre test.....	36
Tabla 03: Nivel del estado emocional pre test de las madres de familia.....	37
Tabla 04: Estadísticas descriptivas para las dimensiones del post test de las madres de familia.....	47
Tabla 05: Nivel del estado emocional de las madres de familia en el post test.....	48
Tabla 06: Nivel del estado emocional post test de las madres de familia.....	49
Tabla 07: Comparación del nivel del estado emocional de las madres de familia antes y después de aplicar las estrategias para el mejoramiento del estado emocional de las madres...	50

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 01: Nivel del estado emocional de las madres de familia.....	36
Gráfico 02: Nivel del estado emocional post test de las madres de familia.....	49
Gráfico 03: Comparación del nivel del estado emocional de las madres de familia, antes y después de aplicar las estrategias para el mejoramiento del estado emocional de las madres.....	50

RESUMEN

Esta investigación debido a la situación problemática que afecta a padres de familia por no poder regular o mejorar sus emociones, es por ellos que se a realizado sobre los estados emocionales de padres de familia en el acompañamiento de proceso de aprendizaje de los niños de 5 años de la I.E. Nuestra Señora de las Mercedes Paita 2021. El estudio tiene como objetivo general mejorar los estados emocionales de los padres de familia en el acompañamiento de proceso de aprendizajes de los niños, se realizó una investigación aplicada, de tal forma que ha tenido como finalidad el desarrollo de un programa de ayuda a los padres de familia a regular o mejorar sus estados emocionales, con un diseño cuasi – experimental, con la metodología cuantitativa, aplicando un instrumento emocional, se realizó un pre test donde nos muestra que el 79.31% tiene una baja capacidad emocional y un 20.69% una adecuada capacidad emocional, luego se les aplico un programa de mejora de estado emocionales realizando un post test obteniendo el 86.21% con una adecuada capacidad emocional y el 13.79%, con alta capacidad emocional, llegando a la conclusión que se logró el objetivo general de mejorar los estados emocionales de los padres de familia, diseñando, aplicando y evaluando el programa puesto en práctica, logrando adecuados resultados en los estados emocionales.

Palabras claves: Emociones, aprendizaje, acompañamiento, madres de familia, estado emocional

ABSTRACT

This research, due to the problematic situation that affects parents for not being able to regulate or improve their emotions, is why it has been carried out on the emotional states of parents in the monitoring of the learning process of 5-year-old children from El Our Lady of Mercedes Paita 2021. The general objective of the study is to improve the emotional states of parents in the accompaniment of the children's learning process, an applied research was carried out, in such a way that it has been aimed at the development of a program to help parents to regulate or improve their emotional states, with a quasi - experimental design, with the quantitative methodology, applying an emotional instrument, a pre-test was carried out where it shows us that 79.31% have a low emotional capacity and 20.69% an adequate emotional capacity, then an emotional state improvement program was applied by performing a post test obtaining 86.21% with adequate emotional capacity and 13.79%, with high emotional capacity, reaching the conclusion that The general objective of improving the emotional states of the parents was achieved, designing, applying and evaluating the program put into practice. a, achieving adequate results in emotional states.

Keywords: Emotions, learning, accompaniment, mothers, emotional state

I. INTRODUCCIÓN

Los estados emocionales de cada ser humano son una noticia central para el crecimiento de diversas actividades que desearon hacer en su día a día, con un nivel ecuménico adeudado a la delimitación de necesidad saludable en la que se encontraron de prevalecer situaciones de angustia, desesperación, ira, miedo, estrés, inquietud afectando en su universalidad a todas las poblaciones, es allí que necesitaron ser tratados para restablecer sus estados emocionales.

En ciertas ocasiones las personas no saben en cómo reaccionar contra diversas situaciones que se les presentan, debido más aún en el bloqueo social que se encontraron en la pandemia, la gran universalidad de países se ha comprobado afectado.

El país está entrando en un período muy traumático debido a una pandemia, en la cual las personas desarrollan emociones positivas y negativas que afectan su salud, esto es resultado al cambio fundamental en la se deben de regular y mejorar los estados emocionales de los mismos.

Los niños necesitan dedicación y paciencia por parte de sus padres y poder brindar el apoyo adecuado y de una mejor manera, pero a veces no lo hacían debido a las circunstancias que se les presentaban, ya sea por el trabajo, la pérdida de la familia, el estrés entre otras.

En el departamento de Piura, se encuentra la provincia de Paita a unos 45 minutos aproximadamente, es una ciudad pequeña en la cual se desarrolla más la actividad de la pesca que es el trabajo de la mayoría de los pobladores, aquí encontramos la Institución Educativa de las Mercedes ubicada en el Asentamiento Humano Marko Jara Shenonne II etapa, en la parte alta de la provincia, a sus alrededores encontramos diferentes asentamientos humanos de escasos recursos económicos, así como en la parte frontal un pequeño mercado, la mayoría de estudiantes viven cerca de la institución y otros viven en la parte baja, en la parte posterior en varias ocasiones se han realizado asaltos a mano armada, por lo que es un lugar solitario, los directivos lograron tener comunicación las autoridades correspondientes para salvaguardar a la comunidad educativa.

Esta institución cuenta con tres niveles inicial primaria y secundaria con un aproximado de 3250 estudiantes; con un total de 100 docentes, cuenta con un espacio para el desarrollo de cocina de Qaliwarma, biblioteca principal, tópicos, sala de innovación, un cafetín, así como también un espacio recreativo para el nivel inicial, cuenta con una psicóloga para la atención de los estudiantes, padres de familia y docentes.

En el nivel inicial tiene 302 estudiantes de las edades de 3, 4 y 5 años, dividido en 11 secciones, cuenta con el personal capacitado de 11 docentes entre ellas nombradas y contratadas, en los estudiantes de 5 años se observa que logran sus aprendizajes enfocados a la situación emocional de los padres de familia, sin embargo, estos son recurrentes aún más contextualizados en los momentos que le toca vivir y asistir con mayor frecuencia y énfasis en el acompañamiento al estudiante para el desarrollo de competencias, en donde, expone diferentes situaciones socioemocionales, sobre todo en la situación presentada debido al estado de emergencia sanitaria que se está pasando en la actualidad con la propagación del Covid – 19, y donde el gobierno como alternativa de garantizar la continuidad de la educación ha implantado un trabajo remoto con la estrategia “Aprendo en Casa”. Ante estas condiciones es importante y fundamental el estado emocional de los padres de familia como fortaleza para el buen desarrollo de los aprendizajes de los estudiantes de las edades de 5 años de la Educación Básica Regular, trayendo consigo muchas veces un impacto negativo en la convivencia en la familia.

Depende de los estados emocionales que presentaron los padres de familia a diario en la participación de actividades del trabajo a distancia, ellos deben de estimular sus conocimientos e involucrarse de manera asertiva en su proceso, pero debido a su inestabilidad emocional, a su mayor vulnerabilidad e irritabilidad por el aislamiento social ocasiona que no exista esa interacción afectiva y efectiva entre padres de familia e hijos. Todos están siendo afectados de cierta forma con esta emergencia sanitaria, alterando nuestras emociones, creciendo cada día más la incertidumbre, las dudas frente a esta situación, presentándose mayores dificultades convirtiéndose en angustias reales, llegando así que todo esto que está

pasando administre sus ansiedades y emociones perjudicando de cierta forma a nuestros estudiantes en su proceso de educación integral.

Esta situación se ha observado en diversas actividades que se desarrollan durante la formación a distancia, que afecta en gran medida la formación de los estudiantes por la falta de participación en el trabajo remoto, se señala o muestran las debilidades emocionales de los padres que trabajan todos los días y encuentran que cuidar y proteger a sus hijos en este confinamiento es lo más importante, incluso en las situaciones laborales normales en las que se encuentran pueden afectar la integración con sus hijos.

Todos los seres humanos tenemos emociones positivas como alegría, amor por la vida, satisfacción y gratitud, y emociones negativas desagradables como ira, miedo, disgusto, tristeza y celos.

Las grandes dificultades de vivir en esta situación pandémica van en aumento, por lo tanto, debes intentar mejorar tus emociones. esto ayuda a evitar muchos problemas durante el aprendizaje a distancia con niños.

Es por esta razón que se realizara este proyecto de investigación de ¿Cómo mejorar los estados emocionales de los padres en el proceso de acompañamiento de los aprendizajes en los niños y niñas de 5 años en la IE Nuestra Señora de las Mercedes de Paita 2021?

La presente investigación está basada en la necesidad de conocer sobre cómo mejorar los estados emocionales de los padres de familia, debido a que en la actualidad se vive tiempos de incertidumbre, por estado de emergencia en el que nos encontramos en los cuales los factores son la irritabilidad, la inestabilidad emocional, estrés alterando el estado emocional de las personas, perjudicando de cierta forma en los aprendizajes de los estudiantes.

Este proyecto tiene como finalidad conocer la realidad socioemocional de las familias de los estudiantes del nivel inicial para indagar sobre cómo mejorar los estados emocionales en el proceso de acompañamiento en su aprendizaje, es importante saber cómo socializar con su familia buscando las interrelaciones positivas que ayuden a mejorar las emociones familiares y lograr una educación integral.

Se propone el proceso y desarrollo de conocimientos para regularizar las emociones con el único objetivo de que los padres de familia puedan afrontar los retos que se les presenta en su vida diaria con la finalidad de mantener una convivencia asertiva y afectiva.

Se busca generar un diálogo constructivo que origine una reflexión y análisis crítico de los diversos estados emocionales, una apertura para fortalecer la convivencia social y emocional en las diversas familias.

Mediante un programa se podrá mejorar los estados emocionales de 29 padres de familia, de estudiantes nivel inicial de la edad de 5 años “C” de la Institución Educativa Nuestra Señora de las Mercedes.

Esta investigación ayudara a muchas familias, dándoles a conocer cómo mejorar y regular sus estados emocionales al momento de realizar el acompañamiento en el aprendizaje a distancia de los estudiantes, y así no vean perjudicados.

Entre el objetivo general del presente proyecto es mejorar los estados emocionales de los padres de familia en el acompañamiento de proceso de aprendizajes de los estudiantes de 5 años de la IE Nuestra Señora de las Mercedes de Paita – 2021, y los objetivos específicos son evaluar los estados emocionales de los padres de familia en el acompañamiento de proceso de aprendizaje de los estudiantes de 5 años de la IE Nuestra Señora de las Mercedes de Paita 2020, diseñar un programa de estrategias de mejora de los estados emocionales en los padres de familia en el acompañamiento de proceso de aprendizaje de los estudiantes de 5 años en la IE Nuestra Señora de las Mercedes de Paita-2021, aplicar un programa de estrategias mejora de los estados emocionales en los padres de familia en el acompañamiento de proceso de aprendizaje de los estudiantes de 5 años en la IE Nuestra Señora de las Mercedes de Paita-2021 y evaluar los estados emocionales de los padres de familia en el acompañamiento de los aprendizajes de los estudiantes de 5 años de la IE Nuestra Señora de las Mercedes de Paita 2020, después de la aplicación del programa.

Esta investigación tiene como hipótesis H1 El programa de estados emocionales a los padres de familia mejoran para un adecuado en el acompañamiento de proceso de aprendizajes de los estudiantes del nivel inicial de la Institución Educativa

Nuestra Señora de las Mercedes, Paita. H0: El programa de estados emocionales a los padres de familia no mejoran para un adecuado en el acompañamiento de proceso de aprendizajes de los estudiantes del nivel inicial de la Institución Educativa Nuestra Señora de las Mercedes, Paita.

II. MARCO TEÓRICO

Tiria (2015) La educación emocional dentro de los procesos de enseñanza aprendizaje de los niños y niñas de 4° y 5° primaria del Tecnológico Monterrey de Colombia, es una tesis de maestría en educación enfocada en el proceso de aprendizaje educativo. Los principales objetivos son: Estudiar la influencia de las emociones en el rendimiento académico de los alumnos de cuarto y quinto grado Este estudio es un método cualitativo, los sujetos de este estudio son alumnos de primaria, alumnos de cuarto y quinto grado, docentes y padres de alumnos, como se trata de un estudio de método cualitativo, utilizamos cuestionarios prioritarios, entrevistas semiestructuradas y observaciones de revistas de campo en la escala de opinión de los estudiantes como medio de investigación y desarrollo. A través de las encuestas recopiladas, se concluye que la educación emocional es una parte importante de la educación general de los estudiantes. Tanto para los profesores como para los padres, los sentimientos, la gestión que reciben y el rendimiento académico de los niños y niñas. Para los padres, las emociones se detectan y previenen, pueden afectar la armonía tanto en la familia como en el mundo educativo, reduciendo la concentración en el aula y reduciendo el trabajo en la escuela.

Esta investigación presenta sobre cómo se debe desarrollar la educación emocional de estudiantes, maestros y padres de familia, detectando sus emociones y de manejarlas de la mejor manera posible para que se logre una mejor convivencia en la escuela o casa, mejorando el trabajo de estudiantes en la escuela y tener un aprendizaje esperado.

Martínez (2019). Dependencia emocional y características sociodemográficas en padres de familia de una institución educativa Sullana, 2017, de la Universidad San Pedro, este estudio adoptó un enfoque cuantitativo porque se recopilaron datos para probar la hipótesis. Asimismo, el diseño del estudio es descriptivo ya que busca determinar las relaciones entre las variables establecidas. Además, los datos son transversales porque se recopilan durante un período de tiempo, la población está formada por 60 padres del establecimiento educativo de Sullana, con los siguientes criterios de selección de hombres y mujeres mediante aceptación voluntaria, firma de consentimiento y criterios de exclusión que pertenezcan a

distintas regiones y aún no estén vinculados por la relación, no signatarios del convenio de notificación. Se aplica un perfil sociológico y un cuestionario de dependencia emocional, dando como resultando en la IE que no hubo relación entre la dependencia emocional de los padres y las características sociodemográficas, el 68,3% sin dependencia emocional y un 50% para hombres, 22,5% para mujeres, y se encontró dependencia emocional según el estado civil de los padres, 32,3% para convivientes, 26,1% para parejas y 60% en solteros.

Esta investigación nos muestra la dependencia emocional que poseen los padres de familia de esta institución educativa, basada en conocer si existe o no, encontrando que existe una relación entre la dependencia emocional y características demográficas, mencionando que existen una serie factores que producen esto, la dependencia emocional trae consigo diferentes estados emocionales por parte de los padres de familia en la cual puede influencia en sus hijos.

Gómez Chuquizuta, R. (2017). Acompañamiento de padres de familia en la tarea educativa y su incidencia en el aprendizaje de los estudiantes del segundo grado de primaria, Institución Educativa N° 18106 Yambrasbamba, Bongará, Amazonas, 2016 de la Universidad Cesar Vallejo, su propósito general es establecer la relación entre la participación de los padres en la misión educativa y el aprendizaje de los estudiantes de segundo grado de la institución educativa N. ° 18106 Yambrasbamba 2016. Los tipos de estudios considerados en este estudio fueron: Correlación descriptiva con diseño transversal no experimental porque los datos fueron recolectados instantáneamente. Se incluyó una muestra poblacional de 18 estudiantes de segundo año y 18 padres en 2016, en el proceso de investigación, los métodos de inferencia, hipótesis, análisis, síntesis, experimentación, el método de observación indirecta utilizando el cuestionario aplicado a padres, alumnos y profesores. Las principales conclusiones son las siguientes: acompañados de tutores en actividades educativas tienen impacto en el rendimiento académico de los alumnos de primaria. Basado en el valor de chi-cuadrado, donde el valor p (.018) es menor que el valor significativo (.050), 18106.

En esta investigación se deduce que el acompañamiento por parte de los padres de familia es primordial y fundamental en el desarrollo de aprendizajes de los

estudiantes, ya que son el apoyo principal para ellos y así puedan desarrollar capacidades, competencias y desempeños en las diversas áreas, lo cual conlleva que tengan una educación integral, pero es allí donde los padres de familia deben de saber de cómo sobrellevar la situación para que lo realicen de la mejor manera, aquí deben de tener en cuenta sus estados emocionales.

Teccsi Baez, M. (2019). Prejuicio de los padres respecto al acompañamiento en estudiantes que presentan problemas o dificultades de aprendizaje, de la Universidad Nacional Federico Villarreal, trabajo académico para obtener el grado de segunda especialidad profesional en psicopedagogía y problemas de aprendizaje, su enfoque principal es identificar las discapacidades de aprendizaje o los estereotipos de los padres para enseñar a los estudiantes, para el diseño metodológico se utilizó un enfoque cualitativo con investigación descriptiva para encontrar los aspectos más relevantes del sesgo parental, en el que participaron 120 padres de escuelas secundarias en esta encuesta. El dispositivo utilizado fue un cuestionario. Pueden ser expertos que puedan identificar los factores que influyen en la angustia de un niño y proporcionar una evaluación integral que permitirá a los psicólogos implementar tratamientos para realizar el potencial de aprendizaje de un niño, concluyendo que los padres no lo consideran importante. Es necesario profundizar la interacción entre padres e hijos. Proporciona a los padres orientación sobre cómo establecer reglas de la casa claras y completas para que su hijo pueda prosperar en situaciones sociales.

En esta investigación nos deja ver cuál es la importancia del acompañamiento adecuado por parte del padre de familia hacia su menor hijo, en el cual ayuda a mejorar sus aprendizajes y desarrollar competencias, quizás el inadecuado acompañamiento afecta al niño y no logra que este tenga un adecuado potencial, es allí donde se debe de brindar las respectivas orientaciones a los padres de familia para que puedan acompañar a sus hijos de manera comprensiva y que ellos puedan entender, así como de regular sus emociones para exista una armonía familiar.

Maslucán (2018). Taller de acompañamiento didáctico en padres de familia y el aprendizaje de los estudiantes del nivel primario, La Florida-Amazonas, de la Universidad Cesar Vallejo, su objetivo general era determinar el impacto de los

seminarios de educación para padres en la mejora de la IE. 2017, en este estudio, se aplica un diseño de prueba previa a un grupo de estudiantes de segundo año de primaria, esta información es procesada por el programa estadístico SPSS V.19. El aprendizaje se puede identificar al comienzo del 31%, el 56% concluye que está en curso y el 13% está planificado, y la implementación e implementación de talleres de apoyo a los padres para diseñar estrategias es después de aplicar el laboratorio para padres., Se espera que los estudiantes tengan 69% de éxito, y la aplicación de una experiencia de apoyo académico para los padres tendrá un impacto significativo en la búsqueda de los estudiantes por un nivel de aprendizaje orientado al proceso en el Campeonato El No. 1830 "Albert" Finalmente muestra el mayor compromiso del padre de familia con las instituciones educativas, a menudo significativo

Denzin (2009) escribió que las emociones "penetran en la corriente de la conciencia, se perciben internamente, se mueven por todo el cuerpo y dañan a las personas y a sus pares en el transcurso de su vivencia, se define como" una experiencia física fugaz. "Hacia una realidad nueva y transformada, la realidad del mundo de las vivencias emocionales".

Psicólogo emocional experimentado David G. Según Meyers (David G. Meyers), las emociones humanas incluyen "estimulación física, comportamiento expresivo y experiencia consciente".

Algunos pueden preguntarse si nuestras emociones y expresiones están relacionadas con nuestra salud, pero hasta hace poco tiempo existían mecanismos específicos que vinculaban nuestro estado emocional con la salud física. Robert E. Thayer define el estado de ánimo como un sentimiento profundo que persiste en el tiempo. Su investigación confirma que los estados mentales se derivan de la energía y el estrés y pueden entenderse mediante cuatro estados fundamentales que dependen del espectro de la energía y tensión.

Calma-energía: Este es un estado en el que el sujeto se siente cómodo, confiado y optimista. Este es el estado ideal para actividades como el trabajo y el estudio porque tiene mucha energía y baja presión.

Calma-cansancio. Esta es la sensación antes del sueño, en la que el sujeto llega al punto en el que no hay energía ni tensión.

Tensión-energía. Esta es la sensación que experimenta el sujeto cuando se agota el tiempo de la actividad, ya sea para entregar trabajo, pagar servicios, asistir a citas, etc. Una sensación de urgencia produce una frecuencia cardíaca alta porque el cuerpo está liberando adrenalina, lo que provoca que se produzcan altos niveles de energía y tensión.

Tensión-cansancio: Es un estado que se produce cuando se cansa. En este momento, surgen pensamientos negativos debido a la fatiga física y la ansiedad nerviosa. Es un estado de baja energía y alta tensión.

Las principales teorías sobre las emociones se pueden dividir en tres categorías:

La teoría fisiológica considera las reacciones internas que provocan emociones.

La teoría neurológica cree que la actividad cerebral provoca respuestas emocionales.

La teoría cognitiva sugiere que el pensamiento y otras actividades mentales juegan un papel importante en la formación emocional.

La teoría emocional de James Lange fue propuesta originalmente por William James y Carl Lange. La teoría emocional de James Lange cree que las emociones son el resultado de una respuesta fisiológica a un evento. Por lo tanto, a medida que experimentamos varios eventos, nuestro sistema nervioso responde físicamente a estos. Las reacciones emocionales dependen de cómo interprete estas reacciones físicas. Ejemplos de estas incluyen el aumento de la frecuencia cardíaca, temblores y dolor abdominal.

Estas reacciones físicas luego producen otras reacciones emocionales como ira, miedo y tristeza.

La teoría de la emoción de Cannonbird fue propuesta por los fisiólogos Walter Cannon y Philip Bard. Walter Cannon no está de acuerdo con la teoría de las emociones de James Lange en varios aspectos. Cannon sugirió que las personas pueden experimentar reacciones fisiológicas relacionadas con las emociones sin sentir realmente la emoción. También sugiere que las reacciones emocionales ocurren tan rápidamente que no pueden ser simplemente el producto del ejercicio. Según la teoría de las emociones de Cannonbird, cuando experimentamos emociones, también experimentamos reacciones fisiológicas como sudoración, temblores y tensión muscular.

La teoría emocional de Schachter Singer ha sido propuesta por Stanley Schachter y Jerome E. Singer. Según esta teoría, los factores racionales juegan un papel importante en cómo experimentamos las emociones. La teoría de SchachterSinger sostiene que cuando un evento causa excitación fisiológica, nos enfrentamos a una variedad de emociones.

Según la teoría de las emociones, hay que pensar antes de sentir emociones. Richard Lazarus fue pionero en este campo del sentimentalismo. Es por eso que esta teoría a menudo se conoce como la teoría de las emociones de Lázaro.

Según esta teoría, una serie de eventos involucra primero estímulos, luego pensamientos y luego conduce a experiencias simultáneas de respuestas fisiológicas y emocionales. Por ejemplo, cuando ve un oso en el bosque, inmediatamente comienza a pensar que está en grave peligro. Esto puede provocar miedo emocional y respuestas físicas relacionadas con la respuesta de lucha o huida.

Charles Darwin fue uno de los primeros en sugerir que los cambios fisiológicos causados por las emociones tienen un efecto directo, no solo una consecuencia de esa emoción. Siguiendo esta idea, William James, contrariamente a la creencia popular, sostuvo que la percepción de los cambios físicos causados por un estímulo era una emoción. Por lo tanto, si no siente ningún cambio físico, solo tiene una mentalidad intelectual que carece de calidez emocional.

Cuantas más emociones conocemos, más fácil es identificarlas después de expresarlas y más preparados estamos para saber cómo lidiar con ellas.

Existen varios tipos de emociones según diferentes criterios. En general, las más utilizadas son las que hacen referencia al momento en que fueron creadas por primera vez:

Emociones primitivas, o innatas: emociones que surgen desde el momento en que aparecemos, son parte de nuestro proceso de adicción y están presentes en todos, independientemente de la cultura. Se inician de inmediato y duran unos segundos. Hay seis: alegría, disgusto, ira, miedo, sorpresa y tristeza.

Alegría: Sentimientos cómodos frente a personas, deseos y cosas, nos motiva a actuar.

Tristeza: Tristeza asociada con una pérdida real o imaginaria. Nos hace pedir ayuda.

Miedo: Ansiedad esperada ante riesgos reales o imaginarios. Nos obliga a actuar con cautela y nos ayuda a sobrevivir. Conocer a algunos animales o extraños es un ejemplo de una pequeña situación de terror.

Enojar: si las cosas van mal, te irás, nos anima a hacer algo para solucionar el problema.

Odio: estar asociado con algo o alguien, a sentir rencor.

Sorpresa: Nos ayuda a comprender algo nuevo porque nos hace buscar respuestas ante lo desconocido. Ayuda con atención, investigación, interés y curiosidad.

Emociones sociales, secundarias o aprendidas: Estas emociones ocurren como resultado de la socialización y el desarrollo de habilidades cognitivas. Es decir, primero nace la emoción primaria, luego la secundaria. Por ejemplo, el miedo es lo primero, seguido de la amenaza, un sentimiento de ira. En estos tenemos la oportunidad de resaltar algo de la envidia, la culpa, el orgullo, la vergüenza, la satisfacción, la alegría y el desprecio.

Según Reeve las emociones tienen tres funciones principales.

Función adaptativa: Prepara al organismo para la conducta, que es una de las más adecuadas, esta capacidad nos da la oportunidad de actuar con eficacia.

Funciones sociales: Expresan el país en nuestro corazón y fomentan las relaciones sociales para un comportamiento predecible. Además de la expresión verbal, la comunicación no verbal es importante y se refleja involuntariamente en muchas situaciones.

Características motivacionales: ambas proporcionan retroalimentación, por lo que existe una interacción entre la motivación y la emoción. El comportamiento motivado crea una actitud emocional, pero las emociones impulsan algo. Por ejemplo, conocer a otras personas y hacerlas felices los motivará a quedarse con ellos.

Un modelo de autorregulación emocional. Es solo un sistema de control que monitorea nuestra experiencia emocional ajustándose a nuestras señales objetivas. Actualmente, se han presentado diferentes modelos del mecanismo de desarrollo de la autorregulación emocional.

a) Modelo secuencial de autorregulación emocional; este modelo, postulado por Bonano (2001), apunta 3 categorías en general de actividad autorregulatoria:

Regulación de Control: Tiene relación con comportamientos automáticos instrumentales dirigidos a la rápida regulación de respuestas emocionales que ya habían sido instigadas. En esta categoría se integran los próximos mecanismos: disociación emocional, eliminación emocional, expresión emocional y la risotada.

Regulación anticipatoria: Si la homeostasis está satisfecha en el instante, el siguiente paso es anticipar los futuros retos, las necesidades de control que se logren exponer. En esta categoría se usan los próximos mecanismos: Expresión emocional, la carcajada, eludir o buscar personas, sitios o situaciones, conseguir novedosas capacidades, revaloración, redactar o dialogar sobre sucesos angustiosos.

Regulación exploratoria: En la situación que no tengamos necesidades inmediatas o pendientes, tenemos la posibilidad de involucrarnos en ocupaciones exploratorias que nos permitan obtener novedosas capacidades o recursos para conservar nuestra homeostasis emocional. Varias de estas ocupaciones tienen la posibilidad de ser: entretenimiento, ocupaciones, redactar sobre emociones.

b) Modelo autorregulación de las experiencias emocionales

Las principales iniciativas iniciadas por Higgins, Grant y Shah (1999) son que los individuos prefieren unos estados a otros y el surgimiento de estados prioritarios en lugar de estados menos autorreguladores. También muestran que el tipo de alegría e incomodidad que siente la población depende del tipo de autorregulación en el lugar de trabajo.

Estos autores enfatizan tres principios básicos relacionados con la autorregulación emocional.

Predicciones normativas: Basado en experiencias pasadas, la población puede predecir alegrías e incomodidades futuras. Por lo tanto, imaginar un futuro agradable crea un incentivo para reconstruir y soñar con un futuro desagradable crea un incentivo para evitarlo.

Alusión regulatoria: Frente a una misma situación, se puede adoptar un punto de alusión positivo o negativo. Ejemplificando, si 2 personas quieren casarse, una de ella puede anticipar el placer que significaría estar casados, en lo que la otra persona podría imaginar el malestar que les generaría no casarse. Por consiguiente, la motivación podría ser la misma, pero una de ellas estaría movida por un punto de alusión positivo y la otra, por un criterio negativo.

Enfoque regulatorio: Los autores realizan una excepción entre un enfoque de promoción y un enfoque de prevención. Por consiguiente, se distingue entre 2 diversos tipos de estados finales deseados: Pretensiones y autorrealizaciones (promoción) vs. responsabilidades y seguridades (Prevención).

c) Modelo de procesos de Barret y Gross

Un modelo bastante conocido sobre la autorregulación es el Modelo de Gross (Barret y Gross, 2001; Gross y John, 2002; Gross, 2002). En este se describen 5 puntos de vista en los cuales los individuos tienen la posibilidad de intervenir para cambiar el curso de la generación

Apoyo de papás a sus hijos en el proceso de aprendizaje; es una tarea de parte de los papás de familia para lograr conseguir un aprendizaje relevante y tengan una enseñanza de calidad conjuntamente con los maestros, promoviendo la

autoestima, soberanía, creatividad, así como además la función de querer tener triunfo.

Los papás tienen que estar al tanto de los cambios en la enseñanza de sus hijos y establecer. Conoce los instantes en los cuales secundan su desarrollo del todo.

Niñez media (de 3 a 7 años) Empezar el proceso estudiantil y fases mejores (de 7 a doce años), a lo extenso de este lapso El pase del colegio primaria se caracteriza por la semi-dependencia, entre los cuales los chicos necesitan sentirse seguro en un ambiente de confianza y diálogo. Desarrollar una más grande soberanía social y ambiental. Es espacio para aprender reacciones, capacidades y valores universales para que logren hacer frente problemas y retos de ir al colegio: ama el trabajo duro y la perseverancia, optimización y la elasticidad.

La crianza de los hijos es otro factor que ha cambiado a lo largo de los años, ya que las madres se unen a sindicatos por diversas razones y actualmente no son las principales cuidadoras de sus hijos. En estos casos, en la formación participan diferentes familias como abuelos y tíos. Los diferentes tipos de hogares no solo son bien conocidos, sino también muy diversos, como hogares nucleares, hogares grandes o estrechos, hogares individuales, hogares individuales y otros. Todos estos factores han cambiado la forma en que se cría a los niños. Es importante comprender estas condiciones para entender cómo implementar intervenciones educativas.

La participación de los padres es esencial para el crecimiento de los estudiantes y tiene muchos beneficios. Hay muchos estudios, incluidos los mencionados anteriormente, que hablan de cómo se puede mejorar y mantener la vida escolar y esta colaboración con los profesores.

Algunos de los beneficios son:

Mejores resultados de aprendizaje. Según JHU, la cooperación de los padres mejorará su comprensión de lectura y sus puntuaciones de fluidez, especialmente cuando los padres leen con sus hijos, aprendiendo y mejorando sus calificaciones.

También ayuda a mejorar el comportamiento de los estudiantes en el aula, una mayor comunicación entre padres y profesores ayuda a los estudiantes a sentirse

más motivados en el aula, mejorando así su autoestima y actitud en el aula. Los beneficios se extienden a cada grupo de edad, a menudo se discuten en el jardín de infantes o la escuela primaria, pero hay otros estudios que se enfocan en los estudiantes de secundaria. La cooperación de los padres, por supuesto, marca la diferencia en todos los niveles, aunque disminuye a medida que los estudiantes progresan.

La colaboración de los padres optimiza la funcionalidad del maestro, a medida que los padres hablan más profundamente con los maestros, obtienen una mejor comprensión de su trabajo y los desafíos que enfrentan, y los maestros lo encuentran valioso, puede comprender mejor a sus alumnos y enseñarles de una manera más personalizada y positiva.

Ayuda a los padres a sentirse más involucrados y felices con la educación de sus hijos, tener una buena conexión con el entorno escolar permite a los padres comprender mejor sus proyectos de investigación y el progreso de sus hijos. También les ayuda a sentirse más cómodos y satisfechos con la calidad de su educación. También puede motivar a aquellos que aún no han terminado de enseñar a continuar.

La colaboración de los papás en el proceso educativo supone que los docentes y los papás comparten la responsabilidad de educar a los alumnos y trabajan unidos para poder hacer las metas educativas. Para poder hacer este objetivo, la organización ofrece que los docentes inviten regularmente a los papás a asistir a las reuniones y ocupaciones estudiantiles, y los papás se comprometen voluntariamente a ofrecer prioridad a dichos fines.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

Tipo de investigación:

Se realizó una investigación aplicada, de tal forma que ha tenido como finalidad el desarrollo de un programa de ayuda a los padres de familia a regular o mejorar sus estados emocionales para que realicen un acompañamiento a sus hijos de una forma adecuada y puedan obtener un proceso de aprendizaje eficiente.

Según Laura Gerena la investigación aplicada consiste en mantener conocimientos y realizarlos en la práctica además de mantener estudios científicos con el fin de encontrar respuesta a posibles aspectos de mejora en situación de la vida cotidiana.

Diseño de investigación:

Diseño experimental

El diseño de la investigación es cuasi - experimental; en lo cual la muestra no ha sido seleccionada de forma aleatoria, sino con un grupo de personas establecidas para lograr un adecuado proceso.

Mientras Kirk (1995) afirma que los diseños cuasi - experimentales son similares a los experimentos excepto en que los sujetos no se asignan aleatoriamente a la variable independiente. Se trata de diseños que se utilizan cuando la asignación aleatoria no es posible o cuando por razones prácticas o éticas se recurre al uso de grupos naturales o preexistentes como, por ejemplo, sujetos con una determinada enfermedad o sujetos que han sido sometidos a abuso sexual (p. 6).

La metodología de este proyecto de investigación es cuantitativa, ya que se aplicó un instrumento para obtener información de los estados emocionales de los padres de familia y poder mejorar mediante un programa.

Siendo su esquema:

GE: O₁ - X - O₂

Según Sánchez y Reyes (1987) explica "la ejecución, implica tres pasos a realizar por parte del investigador":

GE = Grupo experimental conformado por padres de familia I. E. Nuestra señora de las Mercedes.

01 = Pre test para evaluar los estados emocionales de los padres de familia en el acompañamiento del proceso de aprendizaje de los estudiantes de 5 años

X = Programa para mejorar los estados emocionales de los padres de familia.

02 = Post test para evaluar los estados emocionales de los padres de familia después de la aplicación del programa.

3.2. Variables y operacionalización

Variable X1: Estados emocionales

Definición conceptual

Según James y Lange (1884) las emociones son una secuencia de sucesos que comienza con la ocurrencia de un estímulo y finaliza con una experiencia emocional consciente.

Definición operacional

Los estados emocionales de las madres de la familia son parte fundamental para un adecuado acompañamiento en el proceso de aprendizajes de sus menores hijos, en los cuales ellos deben de saber controlar, regular o mejorar sus emociones.

Para conocer sobre los estados emocionales en los padres de familia se ha considerado realizar un pre test y post test considerando 5 escalas: intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo de tensión y estado de ánimo general (133 ítems)

Dimensiones

- Conocimiento de sí mismo (CM)
- Asertividad (AS)
- Autoconcepto (AC)
- Auto realización (AR)
- Independencia (IN)
- Empatía (EM)
- Relación interpersonal (RI)
- Responsabilidad social (RS)
- Solución de problemas (SP)

- Prueba de realidad (PR)
- Flexibilidad (FL)
- Tolerancia al estrés (TE)
- Control de impulsos (CI)
- Felicidad (FE)
- Optimismo (OP)

Escala de medición

- 1 Nunca
2. Pocas veces
- 3 A veces
4. Muchas veces
5. Siempre

Variable X2: Acompañamiento en el proceso de aprendizajes.

Definición conceptual

Así pues, el acompañamiento significa ponerse al lado de los estudiantes guiando sus actividades académicas en el devenir de su proceso de aprendizaje, escuchando sus necesidades e inquietudes, aportando perspectivas y compartiendo con ellos herramientas que los ayuden en su aprendizaje, e inclusive haciendo aportes al crecimiento personal y profesional como bien lo señalan Jaramillo, Osorio y Narvárez (2011, p. 113).

Definición operacional

El acompañamiento en el proceso de aprendizaje es una labor que tienen los padres de familia para lograr un aprendizaje significativo en sus hijos, y puedan desarrollar sus actividades escolares de la mejor manera, se verá reflejado en el rendimiento de las mismas.

Dimensiones

Procesos de enseñanza - aprendizaje.

Indicadores

- Características de los elementos del proceso enseñanza aprendizaje.
- Componentes del proceso enseñanza aprendizaje.

Desarrollo de acompañamiento para los aprendizajes.

Indicadores

- Estrategias para acompañamiento en el aprendizaje de los estudiantes.

Aprendizaje significativo

Indicadores

- Autonomía
- Estrategia de aprendizaje.

Escala de medición:

- Logrado
- En Proceso
- En Inicio

3.3. Población, muestra y muestreo

Población:

La población está constituida por 29 madres de familia del aula de 5 años del nivel inicial de la Educación Básica Regular de la Institución Educativa Nuestra Señora de las Mercedes de la provincia de Paita.

Según el autor Arias (2006, p. 81) define población como “un conjunto finito o infinito de elementos con características comunes para los cuales serán extensivas las conclusiones de la investigación. Esta queda delimitada por el problema y por los objetivos del estudio”.

Muestra:

Es importante destacar que la población es pequeña y se tomó toda para la investigación que se realizara, este tipo de muestra se llama censal.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos:

La técnica es el test, en la cual está entre las encuestas y la entrevista, ha tenido por finalidad diagnosticar los estados emocionales de los padres de familia.

El instrumento que utilizare es un test EQ-1 Baron Emotional Quotient Inventory, del autor: Reuven Baron, de procedencia Toronto Canadá, con la adaptación Peruana de Nelly Ugarriza Chávez, con una administración individual o colectiva, con un rango de aplicación para 15 a más, se puede puntuar manual o computarizada, contiene 133 ítems, la duración es de 30 a 40 minutos para responder los 133 ítems presentados. No existen límites de tiempo para completar el I-CE, sin embargo, es necesario completarlo en la sesión de trabajo, a un ritmo constante, con un tipo de escala Likert.

Se aplicó un instrumento de evaluación, que consiste en una lista de cotejo, donde se colocaron los criterios que se trabajaron por día, para ver si logro o no la competencia que se presenta en la actividad, diferenciado por colores, el color verde es logrado, amarillo en proceso y rojo en inicio, en el cual podemos destacar cual es el aprendizaje obtenido de cada estudiante.

3.5. Procedimientos:

La recolección de esta información se realizó mediante un pre test a los padres de familia para conocer sobre sus estados emocionales determinado en 5 escalas con 133 ítems que son resueltos mediante un formulario, donde ellos respondieron a la encuesta de la manera adecuada, y enviando una captura de su llenado.

Así como también luego de aplicar un programa se realizó la aplicación de un post tes a padres de familia mediante un formulario, ellos enviaron una captura del desarrollo de la encuesta.

También se aplicó una lista de cotejo para conocer el logro de aprendizaje de los estudiantes y reconocer el acompañamiento realizado por los padres de familia.

3.6. Método de análisis de datos:

Se realizo el correspondiente procedimiento de validez y confiabilidad del instrumento test EQ-1 Baron Emotional Quotient Inventory, en lo cual se puede ver sobre los estados emocionales de los padres de familia, los métodos de análisis describen las operaciones de los datos.

3.7. Aspectos éticos:

Cuento con el permiso del director de la Institución Educativa Nuestra Señora de las Mercedes para la aplicación del proyecto de investigación en el aula de 5 años.

Los datos e información adquiridos son reservados y no son cambiados para la veracidad de la investigación.

Los instrumentos son totalmente validados y confiables por las personas correspondientes, con el debido consentimiento explicando los objetivos, se guarda con carácter de confidencial las respuestas de cada ítem.

IV. RESULTADOS

Objetivo específico 1: Evaluar los estados emocionales de los padres de familia en el acompañamiento de proceso de aprendizaje de los estudiantes de 5 años (PRE TEST)

Tabla 01

Estadísticas descriptivas para las dimensiones del pre test de las madres de familia de la I.E nuestra señora de las mercedes de Paita – 2021.

DIMENSIONES	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
Conocimiento de sí mismo (CM) pretest	29	2	5	3,24	,951
Asertividad (AS) pre test	29	1	5	2,86	1,187
Autoconcepto (AC) pretest	29	2	5	4,03	1,239
Auto realización (AR) pretest	29	1	5	3,55	1,270
Independencia (IN) pretest	29	1	3	1,45	,632
Empatía (EM) pretest	29	1	5	3,24	1,123
Relación interpersonal (RI) pretest	29	1	5	3,31	1,257
Responsabilidad social (RS) pretest	29	1	5	3,00	1,414
Solución de problemas (SP) pretest	29	2	5	3,38	1,015
Prueba de realidad (PR) pretest	29	1	4	2,14	1,093
Flexibilidad (FL) pretest	29	2	5	2,76	,912
Tolerancia al estrés (TE) pretest	29	1	5	2,97	1,085
Control de impulsos (CI) pretest	29	1	4	1,97	,731
Felicidad (FE) pretest	29	1	5	3,14	1,217
Optimismo (OP) pretest	29	2	5	3,83	1,227
N válido (según lista)	29				

Fuente: Elaboración propia.

Interpretación:

Como se aprecia en la tabla 01, el promedio de cada dimensión (15) es cercano a 1, lo que significa que antes de aplicar el programa para mejorar el estado emocional de las madres de familia de la I.E Nuestra Señora de las Mercedes de Paita en cada una de las dimensiones marcan la alternativa “nunca”.

Tabla 02

Estadísticos: Nivel del estado emocional de las madres de familia en el pre test.

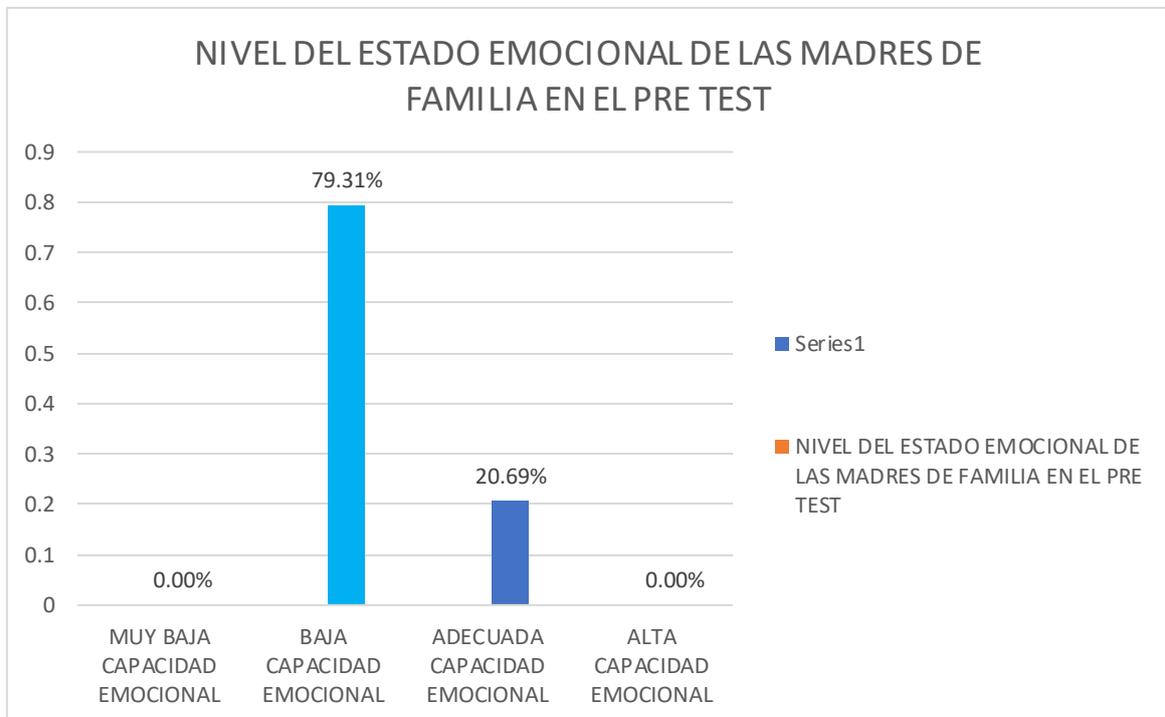
N	Válidos	29
	Perdidos	0
Media		2,21
Desv. típ.		,412

Interpretación:

Se aprecia en la tabla 02 que el promedio del nivel del estado emocional de las madres de familia de la I.E Nuestra Señora de las Mercedes de Paita en el pre test es de 2.21, lo que significa tienen baja capacidad emocional antes de aplicar los programas de estrategias para mejorar el estado emocional.

Gráfico 01

Nivel del estado emocional de las madres de familia de la I.E nuestra señora de las mercedes de Paita – 2021.



Fuente: Elaboración propia.

Tabla 03

Nivel del estado emocional pre test de las madres de familia de la I.E nuestra señora de las mercedes de Paita – 2021.

Nivel del estado emocional de las madres de familia en el pre test	Ni	%
Muy baja capacidad emocional	0	0.00%
Baja capacidad emocional	23	79.31%
Adecuada capacidad emocional	6	20.69%
Alta capacidad emocional	0	0.00%
Total	29	100.00%

Fuente: Elaboración propia.

Interpretación:

Como se aprecia en la tabla 03 y gráfico 01, antes de aplicar el programa de estrategias para el mejoramiento del estado emocional de la de las 29 madres de familia de la I.E Nuestra Señora de las Mercedes de Paita, 23 de ellas tienen baja capacidad emocional y representan el 79.31% del total de ellas, mientras que 06 tienen una adecuada capacidad emocional y representan el 20.69%.

Objetivo específico 2: Diseñar un programa de estrategias de mejora de los estados emocionales en los padres de familia en el acompañamiento de proceso de aprendizaje de los estudiantes de 5 años.

Este programa de estrategias de mejora de los estados emocionales para madres y/o padres de familia fue diseñado del 25 al 28 de junio, para poder aplicarse en la I.E. Nuestra Señora de las Mercedes de la provincia de Paita de manera virtual, teniendo como beneficiados a 29 participantes entre ellas madres de familia, en 5 sesiones de 75 minutos por sesión, teniendo como tiempo aproximado de 7 a 9 días.

Tiene como antecedentes la situación presentada debido al estado de emergencia sanitaria que se está pasando en la actualidad con la propagación del Covid – 19, es allí donde se encuentra la problemática de los estados emocionales de padres o madres de familia, en las cuales ellos se han convertido en acompañantes de sus hijos en el desarrollo de sus actividades escolares de manera remota. En esta situación se observó bastante inestabilidad emocional, vulnerabilidad e irritabilidad por el aislamiento social, en cual generaba una situación complicada en el proceso de aprendizaje de los estudiantes.

Esta realizado con la finalidad de regular los estados emocionales de las madres de familia, para un mejor acompañamiento en el proceso de aprendizajes.

Basado en su objetivo general de proponer actividades y estrategias para regular los estados emocionales, así como objetivos específicos de aumentar el nivel de información sobre los estados emocionales, identificar las emociones para sentirte mejor, reconocer sus sentimientos y emociones para transmitir seguridad a sus hijos, reflexionar sobre las reacciones a mis impulsos frente a las emociones, desarrollar la habilidad y manejar las emociones frente a situaciones difíciles, de acuerdo a la sesión que se realizó.

Se realizo la temática de 5 sesiones, la primera sesión se denominó “¿Cuánto sabes? en la cual se les brindo información sobre estados emocionales para que tengan conocimiento, tuvo como objetivo aumentar el nivel de información sobre los estados emocionales.

En la segunda sesión se denominó “¿Cómo te sientes?” tuvo como objetivo identificar las emociones para sentirte mejor, en lo cual las madres identifican, comprender y entienden sus emociones utilizando material.

La tercera sesión se denominó “Controlamos nuestras emociones”, tuvo como objetivo reconocer sus sentimientos y emociones para transmitir seguridad a sus hijos, les ayuda a que puedan convivir en armonía con su familia.

La cuarta sesión se denominó “Me paro, respiro y pienso” tuvo como objetivo reflexionar sobre las reacciones a mis impulsos frente a las emociones, realizando material fundamental para ayudar en su mejoramiento y regulación de sus emociones.

Finalmente se realizó la última sesión denominada “Técnicas para regular las emociones” a cargo de una psicóloga Jenmy Gálvez Seminario que brindo un breve taller sobre estas técnicas teniendo como objetivo desarrollar la habilidad y manejar las emociones frente a situaciones difíciles.

Todas esas sesiones fueron diseñadas acorde a la situación que se estaba presentando en las madres de familia debido a sus estados emocionales que se encontraban, después de un pre test que se aplico para conocer la realidad y partir de allí realizar el programa de estados emocionales.

Objetivo específico 3: Aplicar un programa de estrategias para mejorar de los estados emocionales en los padres de familia en el acompañamiento de proceso de aprendizaje de los estudiantes de 5 años.

Luego de diseñar el programa de estrategias para mejorar los estados emocionales en los padres de familia, se realizó la aplicación de este, lo primero que se realizó fue la creación de un grupo de whatsapp conformado por 29 madres de familia teniendo como administrados mi persona, luego se les envió un audio explicando la temática del proyecto, así como también los horarios y días para trabajar las sesiones respectivas, teniendo la aceptación de todas las madres de familia, luego se dividió en grupos de sala de Messenger y Sala de Zoom debido a que no todas las mamitas contaban con el mismo aplicativo, ya teniendo en cuenta eso, se les envió la invitación correspondiente para su primera sesión en la fecha y horario establecido, los link para cada sala se les envió una hora antes de cada sesión al grupo.

El día lunes 05 de julio di inicio al programa de estados emocionales a las 5:00 pm mediante sala de Messenger por medio de mi celular y Zoom por mi laptop respectivamente, en la sesión 01 denominada “¿Cuánto sabes?”, tuvo como objetivo aumentar el nivel de información sobre los estados emocionales, en el cual con una duración de 75 minutos, utilizando los siguientes materiales laptop, celulares, videos, hojas, lapicero, lápiz, cuando ya estaban en las salas la mayoría de mamitas empecé saludándolas y dando la cordial bienvenida al inicio de nuestro programa de Estados emocionales, así como también les mencione el objetivo general del mismo, a continuación el objetivo de la primera sesión, ellas estaban entusiasmadas por lo que iban a conocer así como también agradecidas porque había un tiempo para quizás conversar sobre sus emociones y como ellas verdaderamente se sentían. Se les dio que van a observar un video musical de la canción “La gloria de Dios”, se les indicó que prestaran mucha atención porque luego se iba a dialogar, muy atentas observaron luego se generó un diálogo utilizando las siguientes preguntas ¿Qué les pareció el video? ¿Qué es lo que más les impresionó? ¿Qué harían si se encontraran en esa situación?, en la cual ellas iban interactuando expresando sus emociones frente a las situaciones vistas en el video, tomando algunas de ellas y mencionando cuál sería su reacción frente

a las misma, algunas decían que pegaban el grito al cielo y les sucedía eso, otras llorarían, otras corretean a sus hijos, cada uno de ellas tenían diferente forma de reaccionary lo expresaban espontáneamente. Luego se realizo la Dinámica “Simón manda” en la cual consta que les indicaba que emoción caracterizar con su rostro ya sea de alegría, enojo, tristeza, asco, miedo entre otras, se divirtieron mucho porque tratando de querer hacer la emoción les salía otra, como por ejemplo poner cara de molesta, y ellas se sonreían, terminada la dinámica se les pregunto lo siguiente ¿Qué hemos expresado en el juego? ¿Ustedes saben que son las emociones? ¿Qué emociones conocen?, interactuamos entre todos mediante la presentación de diapositivas para que ellos conozcan mas sobre las emociones, concepto, tipos, como expresar su emoción, como identificar su emoción entre otras, se les iba orientando y dando ideas fuerzas para poder complementar la sesión y ellas tengan un conocimiento de este tema muy importante que son los estados emocionales, finalmente se les oriento y recomendó sobre la sesión realizada, así como se les hizo una autoevaluación para que ellas mencionen en que les ayudo lo aprendido del día mediante las siguientes interrogantes ¿Qué aprendieron hoy? ¿Cómo lo aprendieron? ¿Cómo se sintieron? ¿Para qué les va a servir lo trabajado?, donde ellas mencionaban que era muy importante conocer sobre este tema a lo cual a afectado a muchas personas en esta pandemia en la que se encuentran y eso les ayudara mas a poder regular sus emociones, nos despedimos y quedando en la asistencia para la siguiente sesión, terminada la sesión se les envió la invitación para la sesión número 02 al grupo, así como también se envió los videos de la sesión para que en sus tiempos libres puedan observarlos.

El día martes 06 de julio continué con el programa de estados emocionales a las 6:00 pm mediante sala de Messenger por medio de mi celular y Zoom por mi laptop respectivamente, en la sesión 02 denominada “¿Cómo te sientes?” que tuvo como objetivo identificar las emociones para sentirte mejor, en lo cual las madres identifican, comprender y entienden sus emociones utilizando material, con una duración de 75 minutos, utilizando los siguientes materiales laptop, celulares, videos, hojas, lapicero, paletas de emociones para el desarrollo de esta sesión, se inicio con el saludo cordial de mi parte, así como la mención del objetivo, luego se les invito a ponerse de pie para poder bailar y escuchar el video musical llamado

“El baile de las emociones” donde siguieron los pasos según lo que observaron y moverse al compás, luego se les realizó las siguientes preguntas ¿Cómo se sintieron? ¿Qué les pareció la canción? ¿Con que emoción se identifican?, se realizó un conversatorio con todas mencionando sus opiniones, ideas y emociones que las identifican, todas participan muy emocionadas. Luego se desarrolló una dinámica llamada “Expresando mis emociones” cada mamá utilizando sus paletas de emociones representan a cada emoción con su rostro y a medida que van realizando van mencionando una situación que podría generar esas emociones, ellas escogieron dos emociones según sus gustos, así como también conversando con las demás mamás decían la reacción frente a esas situaciones ya que no todas lo hacen igual, terminando del dialogo, se les pidió que observen un video llamado “El poder de las emociones”, después voluntariamente tres mamás dieron su mensaje que les dejó lo que han visto dando sus puntos de vista y compartiendo ideas, se orientó y reforzó sobre ideas centrales de la sesión realizada para que complementen su conocimiento adquirido mediante preguntas ¿Qué aprendieron hoy? ¿Cómo lo aprendieron? ¿Cómo se sintieron? ¿Para qué les va a servir lo trabajado?, tomando en cuenta todas las opiniones las mamás estaban bien agradecidas por la sesión y que les servía de mucho para ellas conocer más sobre como ellas verdaderamente se sienten y como reaccionar frente a ello y sobre todo saber cómo regular esa emoción, al grupo se les envió los videos de la sesión para que en sus tiempos libres puedan observarlos, así como también la invitación para la tercera sesión.

El día miércoles 07 de julio continuamos con el programa de estados emocionales a las 5:00 pm mediante sala de Messenger por medio de mi celular y Zoom por mi laptop respectivamente, en la sesión 03 denominada “Controlamos nuestras emociones” que tuvo como objetivo reconocer sus sentimientos y emociones para transmitir seguridad a sus hijos, utilizando material laptop, celulares, videos, hojas, lapicero, pañoleta, lápiz, con una duración de 75 minutos, se les saludó y les dio la bienvenida a la sesión, así como también se les indico el objetivo correspondiente, los invite a escuchar un video musical llamado “Creo en mí”, donde muestra una serie de situaciones de violencia que sufre la mujer en diferentes clases, se les pidió que estén bien atentas para el conversatorio que vino después utilizando las siguientes preguntas ¿Qué sintieron al observar el video? ¿Qué les pareció la

canción? ¿Qué mensaje nos da la canción?, mencionaron algunas situaciones que pasan a diario no solo de violencia sino momentos que pasan con su familia que tienen que ver con su estado emocional en el que se encuentran, expresaron de manera espontánea sus opiniones y se vieron muy satisfechas al momento de dialogar, sintieron un alivio al conversar con respecto a estos temas. Después se realizó una dinámica llamada “Lazarillo”, se realizó un sorteo para elegir a dos mamitas para la participación, una de ellas tenía que darles algunas acciones a la otra mamita que tendrá los ojos vendados como por ejemplo date una vuelta, salta en un pie, canta, escribe el nombre de uno de tus hijos, baila, camina entre otras, terminando la dinámica se les realizó unas preguntas ¿Qué sentiste? ¿Qué pensaste? ¿Qué decidiste hacer? ¿Es fácil o difícil encontrar solución a una situación que nos presenta?, se dialogó entre todas mencionando que a cada situación le encontró una solución, pensó antes de realizarla para que no le sucediera nada más aun que estaba con los ojos vendados, y mencionó que buscaba solución para no caerse, o que le pase algo. Luego se eligieron a dos mamitas donde generan un diálogo entre las dos realizando las siguientes preguntas ¿Cómo te llamas? ¿Cómo te gusta que te digan? ¿Qué es lo que más te molesta? ¿Qué es lo que más te hace feliz? ¿Qué es lo que te pone triste?, terminando ese diálogo cada una de ellas realizó la presentación para conocer más sobre sus emociones y de ellas, todas estaban muy atentas a lo que se expresaron, a continuación se les pidió que observen el video llamado “El poder de las emociones”, cada una de ellas expresan de manera breve un mensaje a lo que han visto, para que puedan reflexionar sobre cómo se siente uno cuando tiene consigo la felicidad y en el video se les mostró un claro ejemplo, se orientó y reforzó la sesión con ideas complementarias así como también su autoevaluación mediante las preguntas ¿Qué aprendieron hoy? ¿Cómo lo aprendieron? ¿Cómo se sintieron? ¿Para qué les va a servir lo trabajado?, donde se pudo descubrir el gran cambio que iban dando con las sesiones ya presentadas, las mamitas se encontraban con un mejor ánimo, al grupo se les envió los videos de la sesión para que en sus tiempos libres puedan observarlos, así como también la invitación para la cuarta sesión.

El día jueves 08 de julio en nuestra penúltima sesión del programa de estados emocionales a las 6:00 pm mediante sala de Messenger por medio de mi celular y

Zoom por mi laptop respectivamente, en la sesión 04 denominada “Me paro, respiro y pienso” que tuvo como objetivo reflexionar sobre las reacciones a mis impulsos frente a las emociones, utilizando material laptop, celulares, videos, hojas, lapicero, lentejuelas, botella de vidrio o descartable, canicas, globos, plumón grueso, agua, diamantina, en un tiempo aproximado de 75 minutos, se les dio la bienvenida a su sesión así como también se les mencionó el objetivo, invite a las mamitas a escuchar un video llamado “El señor indiferente”, para luego generar las siguientes preguntas ¿Qué sintieron al observar el video? ¿Qué les pareció la acción del señor? ¿Qué mensaje nos da el video?, se dialogó con respecto a lo visto, las mamitas dieron sus ideas y opiniones tomando como suyas algunas de las situaciones que a veces se encuentran y no saben cómo reaccionar, pero se les explicó esta técnica llamada “Me paro, respiro y pienso” que les ayuda bastante para poder mantener la calma y saber como reaccionar frente a esa emoción. Después se realizó una dinámica llamada “Globos emocionales”, en la cual dibujaron las caritas de alegría, tristeza, calma, miedo, amor, rabia, mencionando situaciones que les genera esa emoción y como reaccionan dando algunas indicaciones de como es la mejor manera de hacer frente a esa emoción para poder controlar y regular. Después las mamitas y yo elaboramos una botella llamada “La botella de la calma”, que les ayudara mucho cuando se sientan tristes, molestas o con miedo, cada una de las mamitas ya tenía listo su material para la elaboración, se les pidió que sigan las indicaciones tales como llenar su botella de vidrio o descartable con agua hasta más de la mitad, luego echaron las canicas, botones y/o aretes, después echaron las lentejuelas de colores, así como también las ligas o colis pequeños y para terminar echaron la diamantina de colores y llena la botella por completo, se les pidió que remuevan bien todo, y quedó lista su botella, que salieron de diferentes colores según los gustos de cada mamita. Se orientó y reforzó sobre algunas ideas fuerza sobre esta técnica “Me paro, respiro y pienso”, para que complementen su conocimiento adquirido en la sesión, para finalizar la sesión se generó una interacción mediante las siguientes preguntas: ¿Qué aprendieron hoy? ¿Cómo lo aprendieron? ¿Cómo se sintieron? ¿Para qué les va a servir lo trabajado? Dando fe de lo interesante que es este programa y las actividades ya realizadas. Mencionando que les ha servido de mucho para poder regular sus emociones, al grupo se les envió los videos de la sesión para que en

sus tiempos libres puedan observarlos, así como también la invitación para la quinta sesión.

El día viernes 09 de julio concluimos nuestro programa de estados emocionales a las 5:00 pm mediante sala de Messenger por medio de mi celular y Zoom por mi laptop respectivamente, en la sesión 05 denominada “Técnicas para regular las emociones” que tuvo como objetivo desarrollar la habilidad y manejar las emociones frente a situaciones difíciles., utilizando material laptop, celulares, videos, diapositivas, en un tiempo aproximado de 75 minutos, se les saludo a las mamitas presentes, dando inicio a nuestra sesión mencionando el objetivo de la misma, luego se le hizo la presentación de la psicóloga Jenmy Gálvez, quien tuvo a cargo la última sesión en el cual brindo información sobre técnicas para controlar o regular las emociones, presento unas diapositivas con la información correspondiente y en cada técnica se realizó los ejercicios correspondientes para que mas las madres de familia los realicen y puedan ponerlos en práctica a lo largo de su rutina, se les menciono técnica de bailar, que a la mayoría de las madres les encanto esta técnica aduciendo que es de vez en cuando la realizan pero lo van a poner más en práctica, también se les menciono la técnica de respirar, que cuando están con miedo, enojadas o preocupadas , en la cual se colocaron una mano en el pecho y la otra en el abdomen, empezaron a expirar y respirar diez veces, la siguientes técnica es de reconocer, en el cual se les manifestó que ayuda para que puedan identificar la emoción en la que se encuentre para poder saber cómo reaccionar frente a ella, terminando con la técnica de imaginar, ayuda mucho para relajarse y poner a volar su imaginación y creatividad. Se realizo un conversatorio con las madres de familia donde realizaban una serie de preguntas a la psicóloga con respecto a reacciones que ellas tenían frente a sus emociones, logrando un dialogo ameno y cordial, se pusieron respuestas a cada una de las inquietudes de todas, se oriento y reforzó el tema, finalizando nuestra sesión con las preguntas de autoevaluación ¿Qué aprendieron hoy? ¿Cómo lo aprendieron? ¿Cómo se sintieron? ¿Para qué les va a servir lo trabajado?, aportaron sus ideas diciendo que esa semana habia sido muy divertida, bonita y que les ha ayudado mucho para poder regular sus emociones y controlarlas en cada situación que se les presenta a lo largo de su vida.

Ellas se mostraron con mejor semblante, con mas ganas para poder seguir ayudando a sus menores hijos en sus actividades, e incluso en sus actividades de su vida cotidiana por lo que a veces por sus trabajos no lo hacían, les sirvió de mucho este programa y lo expresaron mediante sus ideas en la última sesión.

Objetivo específico 4: Evaluar los estados emocionales de los padres de familia en el acompañamiento de los aprendizajes de los estudiantes de 5 años de la IE Nuestra Señora de las Mercedes de Paita 2020, después de la aplicación del programa (Post test)

Tabla 04

Estadísticas descriptivas para las dimensiones del post test de las madres de familia de la I.E nuestra señora de las mercedes de Paita – 2021.

DIMENSIONES	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
Conocimiento de sí mismo (CM) post test	29	2	5	3,93	,998
Asertividad (AS) post test	29	2	5	3,52	1,153
Autoconcepto (AC) post test	29	2	5	4,69	,712
Auto realización (AR) post test	29	2	5	4,45	,910
Independencia (IN) post test	29	2	5	3,34	1,078
Empatía (EM) post test	29	2	5	4,21	,861
Relación interpersonal (RI) post test	29	2	5	4,17	,889
Responsabilidad social (RS) post test	29	2	5	4,38	,862
Solución de problemas (SP) post test	29	2	5	3,97	,981
Prueba de realidad (PR) post test	29	2	5	3,52	1,184
Flexibilidad (FL) post test	29	2	5	3,45	1,088
Tolerancia al estrés (TE) post test	29	2	5	3,62	1,115
Control de impulsos (CI) post test	29	2	5	3,34	1,173
Felicidad (FE) post test	29	2	5	4,10	1,113
Optimismo (OP) post test	29	4	5	4,97	,186
N válido (según lista)	29				

Fuente: Elaboración propia.

Interpretación:

Como se aprecia en la tabla 04, el promedio de cada dimensión (15) es cercano a 4, lo que significa que después de aplicar el programa para mejorar el estado emocional de las madres de familia de la I.E Nuestra Señora de las Mercedes de Paita en cada una de las dimensiones marcan la alternativa “muchas veces”.

Tabla 05

Estadísticos: Nivel del estado emocional de las madres de familia en el post test.

N	Válidos	29
	Perdidos	0
Media		3,14
Desv. típ.		,351

Interpretación:

Se aprecia que el promedio del nivel del estado emocional de las madres de familia de la I.E Nuestra Señora de las Mercedes de Paita en el post test es de 3.14, lo que significa tienen adecuada capacidad emocional después de aplicar los programas de estrategias para mejorar el estado emocional.

Tabla 06

Nivel del estado emocional post test de las madres de familia de la I.E nuestra señora de las mercedes de Paita – 2021.

Nivel del estado emocional de las madres de familia en el post test	Ni	%
Muy baja capacidad emocional	0	0.00%
Baja capacidad emocional	0	0.00%
Adecuada capacidad emocional	25	86.21%
Alta capacidad emocional	4	13.79%
Total	29	100.00%

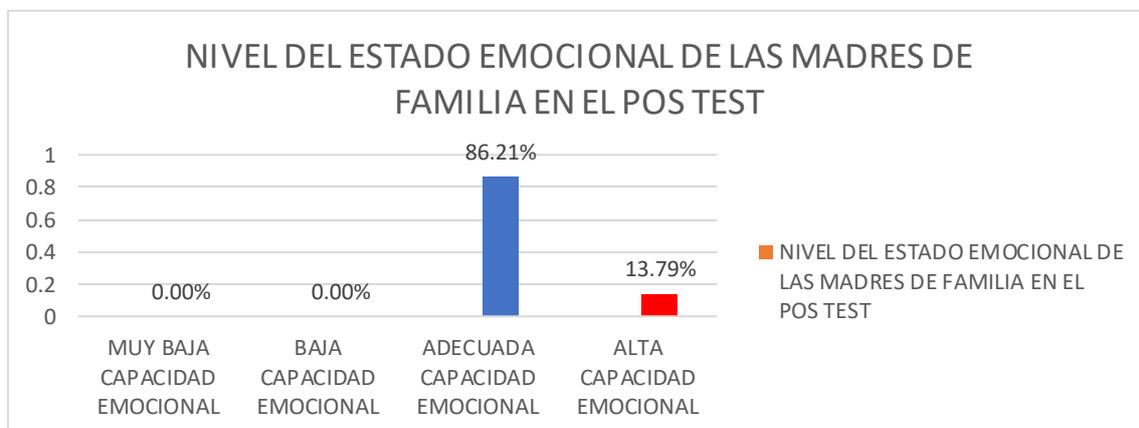
Fuente: Elaboración propia.

INTERPRETACIÓN:

Como se aprecia en la tabla 04 y gráfico 02, después de aplicar el programa de estrategias para el mejoramiento del estado emocional de la de las 29 madres de familia de la I.E Nuestra Señora de las Mercedes de Paita, 25 de ellas tienen adecuada capacidad emocional y representan el 86.21% del total de ellas, mientras que 04 tienen una alta capacidad emocional y representan el 13.79%.

GRÁFICO 02

Nivel del estado emocional post test de las madres de familia de la I.E nuestra señora de las mercedes de Paita – 2021.



Fuente: Elaboración propia.

Tabla 07

Comparación del nivel del estado emocional de las madres de familia de la I.E nuestra Señora de las Mercedes de Paita – 2021, antes y después de aplicar las estrategias para el mejoramiento del estado emocional de las madres.

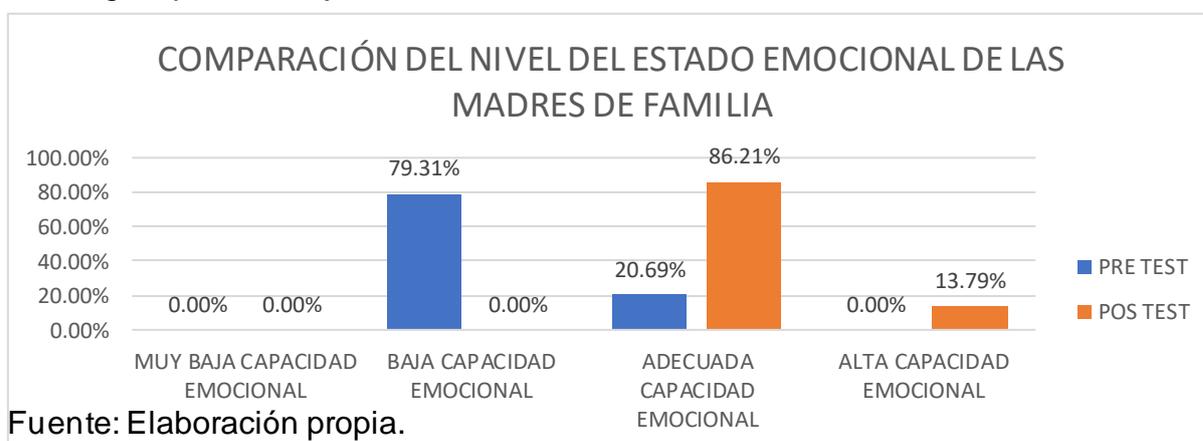
Nivel del estado emocional de las madres de familia	Pre test		Pos test	
	Ni	%	Ni	%
Muy baja capacidad emocional	0	0.00%	0	0.00%
Baja capacidad emocional	23	79.31%	0	0.00%
Adecuada capacidad emocional	6	20.69%	25	86.21%
Alta capacidad emocional	0	0.00%	4	13.79%
Total	29	100.00%	29	100.00%

Fuente: Elaboración propia.

Interpretación: Como se aprecia en la tabla 05 y gráfico 03, después de aplicar las estrategias para el mejoramiento del estado emocional de las madres de familia de la I.E Nuestra Señora de las Mercedes de Paita, el nivel de capacidad emocional ha mejorado enormemente, ya que vemos que el 86.21% del total de madres tienen una adecuada capacidad emocional y el 13.79% tienen una alta capacidad emocional.

Gráfico 03

Comparación del nivel del estado emocional de las madres de familia de la I.E Nuestra Señora de las Mercedes de Paita – 2021, antes y después de aplicar las estrategias para el mejoramiento del estado emocional de las madres.



Prueba de normalidad

1) Planteamiento de la hipótesis

Ho: La capacidad emocional de las madres de familia de la I.E. Nuestra Señora de las Mercedes de Paita - 2021, antes y después de aplicar el programa para mejorar la capacidad emocional provienen una distribución normal.

H1: La capacidad emocional de las madres de familia de la I.E. Nuestra Señora de las Mercedes de Paita - 2021, antes y después de aplicar el programa para mejorar la capacidad emocional provienen de una distribución normal.

2) Nivel de significancia de

$$\alpha = 0.05$$

3) Estadístico de prueba

Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra

		DIFERENCIA ENTRE EL PUNTAJE DEL PRE Y POS TEST DEL ESTADO EMOCIONAL DE LAS MADRES
N		29
Parámetros Normales ^{a,b}	Media	-14,7931
	Desviación típica	6,62452
Diferencias más extremas	Absoluta	,152
	Positiva	,152
	Negativa	-,137
Z de Kolmogorov-Smirnov		,818
Sig. asintót. (bilateral)		,515

a. La distribución de contraste es la Normal.

b. Se han calculado a partir de los datos.

4) Decisión

Usando el estadístico Kolmogorov-Smirnov, el valor de p es 0.515 y es mayor al valor de significancia ($\alpha = 0.05$), entonces se acepta la hipótesis nula, es decir

la capacidad emocional de las madres de familia de la I.E. Nuestra Señora de las Mercedes de Paita - 2021, antes y después de aplicar el programa para mejorar la capacidad emocional **provienen de una distribución normal**.

Prueba de hipótesis para comprobar los puntajes promedios antes y después de los programas para mejorar el estado emocional de las madres de familia de la I.E. Nuestra Señora de las Mercedes de Paita – 2021.

1) Planteamiento de la hipótesis

$$H_0: \mu_2 = \mu_1$$

$$H_1: \mu_2 \neq \mu_1$$

2) Nivel de significancia

$$\alpha = 0.05$$

3) Estadístico de prueba

	Diferencias relacionadas					t	gl	Sig. (bilateral)
	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia				
				Inferior	Superior			
Total, del estado emocional de las madres de familia en pretest - Total del estado emocional de las madres de familia en postest	-14.793	6.625	1.230	-17.313	-12.273	-12.026	28	.000

4) Decisión

Como se aprecia en la prueba de hipótesis (cuadro anterior), el valor de p es 0.000 y es menor al valor de significancia ($\alpha = 0.05$), entonces se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa, es decir el puntaje promedio de la capacidad emocional de las madres de familia de la I.E. Nuestra Señora de las Mercedes de Piura antes de aplicar el programa para mejorar la capacidad emocional es diferente al puntaje promedio después de aplicar dicho

programa, por lo tanto podemos concluir que ha sido efectivo la aplicación de dicho programa, ya que ha permitido mejorar el la capacidad emocional de las madres de familia.

V. DISCUSIÓN

Con respecto al primer objetivo específico, evaluar los estados emocionales de los padres de familia en el acompañamiento de proceso de aprendizaje de los estudiantes de 5 años, se tomó en cuenta las dimensiones del pre test tales como conocimiento de sí mismo; que ayuda a que ellos interioricen lo que conocen de ellas mismas, asertividad; sobre cómo pueden expresar sus ideas, deseos o sentimientos de la manera más cordial y amable posible, autoconcepto; de saber cómo definirse a sí mismo y valorarse de cierta manera, auto realización, en tener bien claros sus metas y objetivos para poder llegar al éxito, independencia; ser libres en sus acciones, sentimientos y emociones, empatía; si bien es cierto es difícil lo que cada persona vive o pasa a diario, pero siempre debemos de ponernos en el lugar del otro, porque en diversas circunstancias nos podemos encontrar en el mismo lugar o más complicado, relación interpersonal; interactuar de manera recíproca con personas donde puedan sentir cómodas, responsabilidad social; es una parte fundamental tener en cuenta esta dimensión, solución de problemas, prueba de realidad, flexibilidad, tolerancia al estrés, control de impulsos, felicidad y optimismo, a lo cual la muestra respondió el promedio de cada dimensión (15) es cercano a 1, lo que significa que antes de aplicar el programa para mejorar el estado emocional de las madres de familia marcan la alternativa “nunca”, teniendo este pre test un 2.21, lo que significa que tienen un 79.31% de baja capacidad emocional y 20.69 adecuada capacidad emocional, esto quiere decir que las madres de familia debido a la situación presentada, ya sea por temas laborales, personales, familiares, salud o por la emergencia sanitaria en la que el país está pasando su estados emocionales son afectados en diferentes situaciones y más aún que ahora tienen que apoyar a sus menores niños en sus actividades virtuales, y es necesario que ellos se sientan con una adecuada capacidad emocional para el acompañamiento respectivo y así se pueda lograr un adecuado aprendizaje en sus hijos llegando a una educación integral, esto es respaldado por la teoría de la emoción de James-Lange (1884) y Carl Lange (1885) en la que sugiere que las emociones ocurren como resultado de reacciones fisiológicas a los eventos en la cual nuestro sistema nervioso desarrolla reacciones físicas a estos eventos. La reacción emocional dependería de cómo se interpretasen esas reacciones físicas. Los ejemplos de estas reacciones incluyen un aumento en la frecuencia cardíaca,

temblores, malestar estomacal, etc. Estas reacciones físicas, a su vez, generan otras reacciones emocionales, como ira, miedo y tristeza, al igual que guarda relación con Martínez (2019) quien en su tesis nos habla sobre la Dependencia emocional y características sociodemográficas en padres de familia de una institución educativa Sullana, 2017, en la cual nos manifiesta sobre la dependencia emocional en la población de 60 padres de familia, aplicando un cuestionario de dependencia emocional, logrando descubrir diversos factores que trae consigo diferentes estados emocionales por parte de los padres de familia en la cual puede influencia en sus hijos y afectando en sus diversas actividades, al igual que Tiria (2015) en su tesis La educación emocional dentro de los procesos de enseñanza aprendizaje de los niños y niñas, en la cual nos menciona que influyen las emociones tanto de padres de familia en el desempeño académico, llegando a la conclusión que la educación emocional es elemento sustancial en la formación integral de los estudiantes, porque influye mucho en sus aprendizajes por mantener una comunicación directa, y en ciertas ocasiones no pueden manejar, regular o controlar afectando a sus hijos u otras persona debido a su situación emocional.

Con respecto al segundo objetivo específico, diseñar un programa de estrategias de mejora de los estados emocionales en los padres de familia en el acompañamiento de proceso de aprendizaje de los estudiantes de 5 años, es muy importante un programa de mejora para los estados emocionales de padres o madres de familia debido a que ellos puedan identificar, regular y mejorar sus emociones para lograr un mejor convivencia con su familia e incluso en estas actividades remotas que ellos parte fundamental en la educación de sus menores hijos, teniendo un trecho cercano a ellos y en ocasiones esto conlleva a que ellos no estén con una capacidad emocional adecuada frente a las situaciones o circunstancias en las que se encuentran, y es allí donde fallan en sus acciones o reacciones por no poder manejar la situación de la mejor manera. Es allí que debido a la problemática presentada se optó por el diseño de este programa basado en 5 sesiones bien planificadas con estrategias planteadas para poder mejorar los estados emocionales en madres de familia, con horarios y fechas establecidas según condiciones de las participantes, para que puedan asistir de manera virtual y no perjudique sus actividades de la vida cotidiana, cada una de las sesiones puesta conlleva su objetivo determinado para luego después de su autoevaluación

ver en que les ayudo a lo largo de su jornada realizada. Por lo que concuerdo con Robert E. Thayer en la cual nos define un estado de ánimo como un sentimiento de fondo que persiste en el tiempo, teniendo en cuenta con la calma-energía, calma-cansancio, tensión-energía y tensión-cansancio en la cual nos menciona sobre los estados, sensaciones, que se experimentan en las diversas situaciones trayendo consigo algunos pensamientos negativos.

Con respecto al tercer objetivo específico, aplicar un programa de estrategias para mejorar de los estados emocionales en los padres de familia en el acompañamiento de proceso de aprendizaje de los estudiantes de 5 años, este programa se llevó a cabo con 29 participantes que son madres de familia quienes son pieza fundamental en el acompañamiento de las actividades o clases virtuales de su menores, se desarrolló de una manera adecuada, trayendo consigo un gran beneficio y apoyo en la mejora de los estados emocionales, gracias a todas las madres se tuvo el interés de participar, hubo una dificultad en lo que respecta al medio y horario en el que se iba a desarrollar, para lo cual se realizó las respectivas coordinaciones para llevar acabo las sesiones y que todas o en su mayoría participen, llegando a un mutuo acuerdo. Este programa fue diseñado y aplicado para poder mejorar los estados emocionales mediante 5 sesiones con diversas estrategias basadas en nuestro objetivo primordial que es regular y mejorar los estados emocionales, a través de diversas dinámicas, estrategias y técnicas las participantes podrán poner en práctica y a si controlar sus emociones, siendo de gran utilidad para cada una de los participaron, más aún en esta situación difícil que nos encontramos debido a la pandemia, las participantes aprendieron muchas estrategias para poder poner en práctica e incluso poder compartir con toda la familia y así lograr una mejor convivencia entre todos, más aún cuando se trata del bienestar de sus menores hijos. Esta aplicación les sirvió de mucho ya que tuvimos la participación de una especialista en este tema de los estados emocionales, para que se puedan guiar y esclarecer sus inquietudes y dudas con respecto al tema, permitiendo que ellas entren en confianza y opinen, den ideas y sugerencias con respecto a lo emocional. En cada sesión desarrollada se pudo observar el cambio de manera paulatina en las madres de familia, por lo que ellas ponían en prácticas las técnicas trabajadas mencionando que les servía mucho mas aun en las situaciones difíciles que estaban pasando, e incluso contaban experiencias que les

habían pasado en el transcurso y comentaban que lo que ellas hacían para poder regular esa emoción, aduciendo que se acordaban lo trabajado en el programa y era muy útil para su vida diaria. Es así como Maslucán (2018), planteó un Taller de acompañamiento didáctico en padres de familia y el aprendizaje de los estudiantes del nivel primario, en su tesis en cual se obtuvo como resultado la gran influencia de este taller aplicando estrategias significativas y ayudando así en el proceso de aprendizajes de sus hijos, con diversas estrategias y orientaciones, que son de gran utilidad logrando un adecuado aprendizaje. Es allí donde Gómez Chuquizuta, R. (2017) en su tesis Acompañamiento de padres de familia en la tarea educativa y su incidencia en el aprendizaje de los estudiantes del segundo grado de primaria, nos hace referencia de la gran importancia del acompañamiento a sus menores hijos pero para eso tenemos que estar con adecuado estado emocional y realizarlo de la mejor manera porque es una labor educativa que incide en el logro de los aprendizajes de los estudiantes, primordial y fundamental para que puedan desarrollar capacidades, competencias y desempeños en las diversas áreas, en lo cual se debe tener en cuenta el estado emocional de los padres de familia y lograr una educación de calidad. También Teccsi Baez, M. (2019), nos habla en su tesis sobre un prejuicio de los padres respecto al acompañamiento en estudiantes que presentan problemas o dificultades de aprendizaje, en el cual nos permite determinar ciertos prejuicios que tienen con respecto al acompañamiento en sus menores hijos empleando un cuestionario, teniendo como conclusión que los padres no consideraban importante la participación de un psicólogo y conocer el diagnóstico tanto de estudiantes como padres de familia, en lo cual no estoy de acuerdo que lo tomen así, porque es de suma importancia que exista una persona profesional como un psicólogo o psicóloga que ayude a los estudiantes y padres de familia llevando un a tratamiento adecuado más aún si se tratan de emociones ya que aquejan en los aprendizajes de los niños al momento de realizar el respectivo acompañamiento, llevando tener algunas dificultades en el contexto social y familiar.

Con respecto al cuarto objetivo específico, evaluar los estados emocionales de los padres de familia en el acompañamiento de los aprendizajes de los estudiantes de 5 años de la IE Nuestra Señora de las Mercedes de Paita 2020, después de la aplicación del programa (Post test) nos encontramos con los siguientes resultados

donde nos pone el promedio de cada dimensión (15) es cercano a 4, lo que significa que después de aplicar el programa para mejorar el estado emocional de las madres de familia de la I.E Nuestra Señora de las Mercedes de Paita en cada una de las dimensiones marcan la alternativa “muchas veces”, llegando a el nivel del estado emocional de las madres de familia en el post test es de 3.14, lo que significa tienen adecuada capacidad emocional después de aplicar los programas de estrategias para mejorar el estado emocional, llegando a que después de aplicar el programa de estrategias para el mejoramiento del estado emocional de las 29 madres de familia de la I.E Nuestra Señora de las Mercedes de Paita, 25 de ellas tienen adecuada capacidad emocional y representan el 86.21% del total de ellas, mientras que 04 tienen una alta capacidad emocional y representan el 13.79%, es aquí que concuerdo con Reeve (1994), que nos menciona que la emoción tiene tres funciones principales; función adaptativa en la cual aquí se prepara a nuestro cuerpo para poder actuar de la mejor manera siempre y cuando podamos regular y controlar las emociones, teniendo la capacidad de actuar eficientemente, la función social en la cual permite una interacción social con las personas que nos rodean y poder predecir nuestro comportamiento que en ciertas ocasiones se realiza mediante gestos de manera inconsciente, y por último la función motivacional, es allí no entramos a taller mediante el taller aplicado motivándolo a mejorar y regular sus emociones y saber actuar de una manera adecuada.

Con respecto al objetivo general de mejorar los estados emocionales de los padres de familia en el acompañamiento de proceso de aprendizajes de los estudiantes de 5 años de la IE Nuestra Señora de las Mercedes de Paita – 2021, es un objetivo alcanzado empleando el programa de estados emocionales, que sirvió de mucho para las participantes que son madres de familia que con estrategias, técnicas y dinámicas han aprendido a regular y mejorar sus emociones, en lo cual les ayuda para el acompañamiento a sus menores hijos, para poder mejorar las emociones se llega a una autorregulación emocional que según la teoría de Bonano (2001) nos menciona el modelo secuencial de autorregulación emocional señalando varias categorías de regulación de control, anticipatoria y exploratoria ayudando en mejorar y regular las emociones dependiendo de las necesidades o circunstancias que se les presenta, al igual que Higgins, Grant y Shah (1999) nos dice es que las personas prefieren algunos estados más que otros y que la autorregulación permite

la ocurrencia de los estados preferidos más que de los no preferidos, llegando a ellos a identificar su estado emocional y poder regularlo de manera efectiva, finalmente tenemos los Modelo de procesos de Barret 2001 y Gross, 2002, mostrando un esquema general de la autorregular y mejorar las emociones, de acuerdo a los elementos presentados y lograr mejorarlos, ya que es muy importante. El mejorar o regular las emociones en padres o madres de familia es vital y fundamental mas aun que son ellos quienes acompañan a sus menores hijos, y depende de eses estado para que el niño o niña se sienta en confianza y pueda desarrollar un aprendizaje esperado adecuado, logrando desarrollar capacidades competencias y desempeños que le den una educación de calidad, es allí donde parte el trabajo del padre de familia dependiendo de su estado emocional para poder hacerlo de la mejor manera y ayudar en el proceso de aprendizaje y obtener un novel de logro mayor. De acuerdo a la contrastación de hipótesis en la cual tenemos como Ho: La capacidad emocional de las madres de familia de la I.E. Nuestra Señora de las Mercedes de Paita - 2021, antes y después de aplicar el programa para mejorar la capacidad emocional provienen una distribución normal y la H1: La capacidad emocional de las madres de familia de la I.E. Nuestra Señora de las Mercedes de Paita - 2021, antes y después de aplicar el programa para mejorar la capacidad emocional provienen de una distribución normal, con un nivel de significancia de $\alpha = 0.05$, en la cual nos arroja que usando el estadístico Kolmogorov-Smirnov, el valor de p es 0.515 y es mayor al valor de significancia ($\alpha = 0.05$), entonces se acepta la hipótesis nula, es decir la capacidad emocional de las madres de familia de la I.E. Nuestra Señora de las Mercedes de Paita - 2021, antes y después de aplicar el programa para mejorar la capacidad emocional provienen de una distribución normal, llegando a concluir que la hipótesis es verdadera lo cual si ayudo a mejorar los estados emocionales de las madres de familia para realizar un mejora acompañamiento en el proceso de aprendizaje.

VI. CONCLUSIONES

1. Se logró el objetivo específico N° 01 que al evaluar los estados emocionales de los padres de familia de los estudiantes de 5 años de la IE Nuestra Señora de las Mercedes de Paita 2020, teniendo como base el pre test cuestionario emocional, de las 29 madres de familia, 23 de ellas tienen baja capacidad emocional y representan el 79.31% del total de ellas, mientras que 06 tienen una adecuada capacidad emocional y representan el 20.69%, asumiendo que existe una baja capacidad de estados emocionales debido a problemática presentada.
2. Se logró el objetivo específico N° 02 que al diseñar un programa de estrategias de mejora de los estados emocionales en los padres de familia con dinámicas y técnicas apropiadas mediante sesiones con material importante e incluso con una persona profesional en el tema tratado, para que los mismos pongan en práctica e influya en la mejora de estados emocionales.
3. Se logró el objetivo específico N° 03 que al aplicar un programa de estrategias mejora de los estados emocionales en los padres de familia, los mismos que al recibir las sesiones correspondientes del programa mejoraron sus estados emocionales reflejados en sus participaciones, opiniones y experiencias narradas en las sesiones siguientes poniendo de manifiesto lo vivido.
4. Se logró el objetivo específico N° 04 que al evaluar los estados emocionales de los padres de familia en el acompañamiento de los aprendizajes de los estudiantes de 5 años después de la aplicación del programa, en el programa de estrategias para el mejoramiento del estado emocional de las 29 madres de familia, 25 de ellas tienen adecuada capacidad emocional y representan el 86.21% del total de ellas, mientras que 04 tienen una alta capacidad emocional y representan el 13.79%, dando por hecho que la aplicación del programa fue fructífero en las participante logrando un mejorar los estado emocionales.
5. Se logro el objetivo general de mejorar los estados emocionales de los padres de familia, diseñando, aplicando y evaluando el programa puesto en práctica, logrando adecuados resultados en los estados emocionales.

VII. RECOMENDACIONES

1. Se recomienda para mejorar los estados emocionales de padres de familia se tomen en cuenta las siguientes consideraciones:
 - ✓ Generar espacios de diálogos sinceros y abiertos entre padres de familia con un psicólogo.
 - ✓ Propiciar comunicación eficaz entre un psicólogo y padres de familia para mejorar los estados emocionales.
 - ✓ Reconocer el esfuerzo de los padres de familia en las actividades remotas incitándolos a una adecuada capacidad emocional.
2. Generar talleres o programas de mejorar o regular los estados emocionales de padres de familia mediante sesiones aplicando estrategias y técnicas para su desarrollo.
3. A los docentes del área de TOE y responsable de psicología de la Institución Educativa Nuestra Señora de las Mercedes realizar jornadas de reflexión para padres de familia y docentes orientadas a mejorar los estados emocionales de la comunidad educativa.
4. A los padres y madres de familia a empoderarse y participar de los planes, programas o talleres con respecto a mejorar o regular los estados emocionales para poder garantizar una adecuada capacidad emocional en ellos y en su familia.

REFERENCIAS

Juana Mateo Caníl (2017) "participación de los padres de familia en el proceso de aprendizaje de los niños y niñas de primer grado primaria en escuelas bilingües de chichicastenango, quiché."

<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrkd/2017/05/82/mateo-juana.pdf>

Nahum Montagud rubio, etapa preoperacional: características de esta fase de desarrollo según piaget, psicología en mente
<https://psicologiaymente.com/desarrollo/etapa-preoperacional>

Soluciones emocionales y familiares. Artículo.

<https://solucionesemocionalesyfamiliares.com/estados-emocionales/>

M. González sanz, los 6 tipos de emociones diferentes que podemos sentir,
<https://estilonext.com/psicologia/tipos-emociones>

Altern. Psicol. Vol.16 no.27 México set. 2012, la familia como contexto en la construcción de las emociones,
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s1405-339x2012000200005

Martínez (2019). Dependencia emocional y características sociodemográficas en padres de familia de una institución educativa sullana, 2017.

<Http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/usanpedro/13968>

Tiria (2015) la educación emocional dentro de los procesos de enseñanza aprendizaje de los niños y niñas de 4° y 5° primaria)
https://repositorio.tec.mx/bitstream/handle/11285/626580/deisy_johanna_tiria_morales_.pdf?sequence=1

Cubas díaz, g. O. (2018). Acompañamiento pedagógico en los procesos didácticos para desarrollar la competencia se expresa oralmente en su lengua materna en los niños de 5 años de la institución educativa pública n° 325.

<http://repositorio.usil.edu.pe/handle/usil/5097>

Gómez chuquizuta, r. (2017). Acompañamiento de padres de familia en la tarea educativa y su incidencia en el aprendizaje de los estudiantes del segundo grado de primaria, institución educativa n° 18106 yambrasbamba, bongará, Amazonas, 2016.

<https://hdl.handle.net/20.500.12692/21455>

Teccsi baez, m. (2019). Prejuicio de los padres respecto al acompañamiento en estudiantes que presentan problemas o dificultades de aprendizaje.

<http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/unfv/3662>

Maslucán alvarado, r. I. (2018). Taller de acompañamiento didáctico en padres de familia y el aprendizaje de los estudiantes del nivel primario, la Florida-Amazonas.

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/27377/masluc%C3%A1n_ari.pdf?sequence=1&isallowed=y

Melamed, andrea f. (2016) las teorías de las emociones y su relación con la cognición: un análisis desde la filosofía de la mente.

<https://www.redalyc.org/pdf/185/18551075001.pdf>

Eva maria rodríguez, (2018) “las principales teorías de la emoción”

<https://psicologiyamente.com/psicologia/psicologiaemocional#:~:text=las%2>

0 teor% c3% adas% 20 m% c3% a1 s% 20 importantes% 20 de, las% 20 responsabil
es% 20 de% 20 las% 20 emociones.

Mariano chóliz (2005): psicología de la emoción: el proceso emocional
<https://www.uv.es/choliz/proceso%20emocional.pdf>

Enrique barra almagiá (2003) “influencia del estado emocional en la salud física”

https://www.researchgate.net/profile/enrique-barra-almagia/publication/235760005_influence_of_emotional_state_on_physical_health_influencia_del_estado_emocional_en_la_salud_fisica/links/09e4151339d8956e18000000/influence-of-emotional-state-on-physical-health-influencia-del-estado-emocional-en-la-salud-fisica.pdf

Pacco florez, v. P. (2018). Acompañamiento en procesos didácticos área de comunicación y matemáticas para logros de aprendizaje.
http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/8350/4/2018_PACCO_FLOREZ_VIRGINIA_PILAR.pdf

Ángela garcía y rafael mendía (2015) “acompañamiento educativo: el rol del educador en aprendizaje y servicio solidario”
<https://www.redalyc.org/pdf/567/56738729004.pdf>

Castillo Saucedo, a. (2019). Inteligencia emocional de los padres y la depresión de los estudiantes del nivel secundario de colegios de la asociación educativa adventista norte, 2017.
<https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/2908>

Alvarez saico, I. Y., & lovón barrios, m. C. (2018). Influencia de la inteligencia emocional de los padres en el proceso de adaptación escolar de los

estudiantes del nivel secundario de la institución educativa n° 40160 obdulio barriga vizcarra, distrito de mollebaya, arequipa - 2016”.

<https://1library.co/document/zgwddm6y-influencia-inteligencia-adaptacion-estudiantes-secundario-institucion-educativa-mollebaya.html>

Melamed, andrea f. (2016) las teorías de las emociones y su relación con la cognición: un análisis desde la filosofía de la mente.

<https://www.redalyc.org/pdf/185/18551075001.pdf>

Eva maria rodríguez, (2018) “las principales teorías de la emoción”

<https://psicologiaymente.com/psicologia/psicologiaemocional#:~:text=las%20teor%C3%ADas%20m%C3%A1s%20importantes%20de,las%20responsables%20de%20las%20emociones.>

Mariano chóliz (2005): psicología de la emoción: el proceso emocional

<https://www.uv.es/choliz/proceso%20emocional.pdf>

Enrique barra almagiá (2003) “influencia del estado emocional en la salud física”

https://www.researchgate.net/profile/enrique-barra-almagia/publication/235760005_influence_of_emotional_state_on_physical_health_influencia_del_estado_emocional_en_la_salud_fisica/links/09e4151339d8956e18000000/influence-of-emotional-state-on-physical-health-influencia-del-estado-emocional-en-la-salud-fisica.pdf

Pacco florez, v. P. (2018). Acompañamiento en procesos didácticos área de comunicación y matemáticas para logros de aprendizaje.

http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/8350/4/2018_PACCO_FLOREZ_VIRGINIA_PILAR.pdf

Elsa Salinas (2017) Influencia de los padres de familia en el proceso en los niños de 0 a 3 años del Centro creciendo con nuestros hijos los infantes de la comunidad de Gañanzol periodo lectivo 2016 – 2017
<https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/14687/1/ups-ct007212.pdf>

Fuentes, Blandón, Rodríguez, Vásquez (2013) Acompañamiento familiar en los procesos de aprendizaje
[http://bibliotecadigital.usb.edu.co/bitstream/10819/1677/1/acompam%
c3%b1amiento_familiar_aprendizaje_lan_2013.pdf](http://bibliotecadigital.usb.edu.co/bitstream/10819/1677/1/acompam%c3%b1amiento_familiar_aprendizaje_lan_2013.pdf)

Olaya, Rocio (2015) Acompañamiento efectivo de los padres de familia en el proceso escolar de los niños de 6 a 7 años del liceo infantil mí nuevo Mu ndo.
<https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/298/yadiraolayamunoz.pdf?sequence=2>

Paguay, Espinoza (2015) El ambiente familiar y su influencia en la seguridad emocional y afectiva
<http://repositorio.unemi.edu.ec/bitstream/123456789/2404/1/el%20ambiente%20familiar%20y%20su%20influencia%20en%20la%20seguridad%20emocional%20y%20afectiva..pdf>

Mollón Bou (2015) Educación emocional en la familia. Escuela de padres: “+ emocionales.

<https://educrea.cl/wp-content/uploads/2017/08/DOC2-educ-emocional.pdf>

Participación de los padres de familia como corresponsables de la educación de sus hijos en una institución educativa del callao

[http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/usil/3352/1/2018_ochoa-ninapait%
c3%81n.pdf](http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/usil/3352/1/2018_ochoa-ninapait%c3%81n.pdf)

ANEXOS

ANEXO 01: MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
ESTADOS EMOCIONALES	Según James y Lange (1884) las emociones son una secuencia de sucesos que comienza con la ocurrencia de un estímulo y finaliza con una experiencia emocional consciente.	Los estados emocionales de las madres de la familia son parte fundamental para un adecuado acompañamiento en el proceso de aprendizajes de sus menores hijos, en los cuales ellos deben de saber controlar, regular o mejorar sus emociones. Para conocer sobre los estados emocionales en los padres de familia se ha considerado realizar un pre test y post test considerando 5 escalas: intrapersonal,			Nunca (1) Pocas veces (2) A veces (3) Muchas veces (4) Siempre (5)

		interpersonal, adaptabilidad, manejo de tensión y estado de ánimo general (133 ítems)			
Acompañamiento en el proceso de aprendizajes.	Así pues, el acompañamiento significa ponerse al lado de los estudiantes guiando sus actividades académicas en el devenir de su proceso de aprendizaje, escuchando sus necesidades e inquietudes, aportando	El acompañamiento en el proceso de aprendizaje es una labor que tienen los padres de familia para lograr un aprendizaje significativo en sus hijos, y puedan desarrollar sus actividades escolares de la mejor manera, se verá reflejado en el rendimiento de las mismas.	Procesos de enseñanza - aprendizaje.	<ul style="list-style-type: none"> • Características de los elementos del proceso enseñanza aprendizaje. • Componentes del proceso enseñanza aprendizaje. 	<ul style="list-style-type: none"> • Logrado • En Proceso • En Inicio
			Desarrollo de acompañamiento para los aprendizajes.	<ul style="list-style-type: none"> • Estrategias para acompañamiento en el aprendizaje de los estudiantes. 	

	<p>perspectivas y compartiendo con ellos herramientas que los ayuden en su aprendizaje, e inclusive haciendo aportes al crecimiento personal y profesional como bien lo señalan Jaramillo, Osorio y Narváez (2011, p. 113).</p>		<p>Aprendizaje significativo</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Autonomía • Estrategia de aprendizaje. 	
--	---	--	----------------------------------	---	--

ANEXO 02: INSTRUMENTO: INVENTARIO EMOCIONAL

Nombres y Apellidos: _____

Fecha de nacimiento: _____ Edad: _____ Sexo: _____ Fecha: _____

Grado de Instrucción: _____ Ocupación: _____

INVENTARIO EMOCIONAL BarOn ICE: Adultos

INSTRUCCIONES

Este cuestionario contiene una serie de frases cortas que permite hacer una descripción de Ud. mismo(a). Para ello debe indicar en qué medida cada una de las oraciones que aparecen a continuación está de acuerdo a como Ud. siente, piensa o actúa la mayoría de las veces.

Hay cinco respuestas por cada frase:

(1) Nunca (2) pocas veces (3) A veces (4) Muchas veces (5) Siempre.

Seleccione UNA de las cinco alternativas, la que sea más apropiada para Ud.

		Rs.
1	Para superar las dificultades que se me presentan actúo paso a paso	
2	Es duro para mi disfrutar la vida	
3	Prefiero un trabajo en el que se me diga casi todo lo que tengo que hacer	
4	Sé cómo enfrentar los problemas más desagradables	
5	Me agradan las personas que conozco	
6	Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida	
7	Me resulta relativamente fácil expresar mis sentimientos	
8	Trato de ser realista, no me gusta fantasear ni soñar despierto(a)	
9	Reconozco con facilidad mis emociones	
10	Soy incapaz de demostrar afecto	
11	Me siento seguro(a) de mi mismo(a) en la mayoría de situaciones	
12	Tengo la sensación que algo no está bien en mi cabeza	
13	Tengo problemas para controlarme cuando me enojo	
14	Me resulta difícil comenzar cosas nuevas	
15	Cuando enfrento una situación difícil me gusta reunir toda la información que pueda sobre ella	
16	Me gusta ayudar a la gente	
17	Me es difícil sonreír	
18	Soy incapaz de comprender cómo se sienten los demás	
19	Cuando trabajo, tiendo a confiar más en sus ideas que en las mías	
20	Creo que puedo controlarme en situaciones muy difíciles	
21	No se para que soy bueno	
22	Soy incapaz de expresar mis ideas	
23	Me es difícil compartir mis sentimientos más íntimos con los demás	
24	Me falta confianza en mí mismo(a)	
25	Creo que he perdido la cabeza	
26	Soy optimista en la mayoría de las cosas que hago	

(1) Nunca (2) pocas veces (3) A veces (4) Muchas veces (5) Siempre

27	Cuando comienzo a hablar me resulta difícil detenerme	
28	En general, me resulta difícil adaptarme	
29	Me gusta tener una visión general de un problema antes de intentar solucionarlo	
30	No me molesta aprovecharme de los demás, especialmente si se lo merecen	
31	Soy una persona bastante alegre y optimista	
32	Prefiero que otros tomen decisiones por mí	
33	Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado nervioso	
34	Pienso bien de las personas	
35	Me es difícil entender como me siento	
36	He logrado muy poco en los últimos años	
37	Cuando estoy enojado(a) con alguien se lo puedo decir	
38	He tenido experiencia extrañas que no puedo explicar	
39	Me resulta fácil hacer amigos(as)	
40	Me tengo mucho respeto	
41	Hago cosas muy raras	
42	Soy impulsivo(a) y eso me trae problemas	
43	Me resulta difícil cambiar de opinión	
44	Soy bueno(a) para comprender los sentimientos de las personas	
45	Lo primero que hago cuando tengo un problema es detenerme a pensar	
46	A la gente le resulta difícil confiar en mí	
47	Estoy contento(a) con mi vida	
48	Me resulta difícil tomar decisiones por mi mismo(a)	
49	No puedo soportar el estrés	
50	No hago nada malo en mi vida	
51	No disfruto lo que hago	
52	Me resulta difícil expresar mis sentimientos más íntimos	
53	La gente no comprende mi manera de pensar	
54	Generalmente espero lo mejor	
55	Mis amigos me confían sus intimidades	
56	No me siento bien conmigo mismo(a)	
57	Percibo cosas extrañas que los demás no ven	
58	La gente me dice que baje el tono de voz cuando discuto	
59	Me resulta fácil adaptarme a situaciones nuevas	
60	Cuando intento resolver un problema analizo todas las posibles soluciones y luego escojo la que considero mejor	
61	Me detendría y ayudaría a un niño que llora por encontrar a sus padres, aún cuando tuviese algo que hacer en ese momento	
62	Soy una persona divertida	
63	Soy consciente de cómo me siento	
64	Siento que me resulta difícil controlar mi ansiedad	
65	Nada me perturba	

(1) Nunca (2) pocas veces (3) A veces (4) Muchas veces (5) Siempre

66	No me entusiasman mucho mis intereses	
67	Cuando estoy en desacuerdo con alguien soy capaz de decírselo	
68	Tengo tendencia a fantasear y a perder el contacto con lo que ocurre a mi alrededor	
69	Me es difícil llevarme con los demás	
70	Me resulta difícil aceptarme como soy	
71	Me siento como si estuviera separado(a) de mi cuerpo	
72	Me importa lo que puede sucederle a los demás	
73	Soy impaciente	
74	Puedo cambiar mis viejas costumbres	
75	Me resulta difícil escoger la mejor solución cuando tengo que resolver un problema	
76	Si pudiera violar la ley sin pagar las consecuencias, lo haría en determinadas situaciones	
77	Me deprimó	
78	Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles	
79	Yo no he mentado en mi vida	
80	En general me siento motivado(a) para continuar adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles	
81	Trato de continuar y desarrollar aquellas cosas que me divierten	
82	Me resulta difícil decir "no" aunque tenga el deseo de hacerlo	
83	Me dejo llevar por mi imaginación y mis fantasías	
84	Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos	
85	Me siento feliz con el tipo de persona que soy	
86	Tengo reacciones fuertes, intensas que son difíciles de controlar	
87	En general, me resulta difícil realizar cambios en mi vida cotidiana	
88	Soy consciente de lo que me está pasando, aún cuando estoy alterado(a)	
89	Para poder resolver una situación que se presenta, analizo todas las posibilidades existentes	
90	Soy capaz de respetar a los demás	
91	No estoy muy contento(a) con mi vida	
92	Prefiero seguir a otros que ser líder	
93	Me resulta difícil enfrentar las cosas desagradables de la vida	
94	Yo no he violado ningún tipo de ley	
95	Disfruto de las cosas que me interesan	
96	Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso	
97	Tiendo a exagerar	
98	Soy sensible a los sentimientos de las otras personas	
99	Mantengo buenas relaciones con los demás	
100	Estoy contento(a) con mi cuerpo	
101	Soy una persona muy extraña	
102	Soy impulsivo(a)	
103	Me resulta difícil cambiar mis costumbres	
104	Considero que es muy importante ser un(a) ciudadano(a) que respeta la ley	

(1) Nunca (2) pocas veces (3) A veces (4) Muchas veces (5) Siempre

105	Disfruto las vacaciones y los fines de semana	
106	En general tengo una actitud positiva para todo, aún cuando surgen problemas	
107	Tengo tendencia a depender de otros	
108	Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles	
109	No me siento avergonzado(a) por nada de lo que haya hecho	
110	Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan y me divierten	
111	Los demás piensan que no me hago valer, que me falta firmeza	
112	Soy capaz de dejar de fantasear para volver a ponerme en contacto con la realidad	
113	Los demás opinan que soy una persona sociable	
114	Estoy contento(a) con la forma en que me veo	
115	Tengo pensamientos extraños que los demás no logran entender	
116	Me es difícil describir lo que siento	
117	Tengo mal carácter	
118	Por lo general, me trabo cuando pienso acerca de las diferentes maneras de resolver un problema	
119	Me es difícil ver sufrir a la gente	
120		
121	Me gusta divertirme Me parece que necesito de los demás más de lo que ellos me necesitan	
122	Me pongo ansioso(a)	
123	Yo no tengo días malos	
124	Intento no herir los sentimientos de los demás	
125	No tengo una buena idea de lo que quiero en la vida	
126	Me es difícil hacer valer mis derechos	
127	Es duro para mí ser realista	
128	No mantengo relación con mis amistades	
129	Haciendo un balance de mis puntos positivos y negativos me siento bien conmigo mismo(a)	
130	Tengo una tendencia a explotar de cólera fácilmente	
131	Si me viera obligado(a) a dejar mi casa actual, me sería difícil adaptarme nuevamente	
132	En general, cuando comienzo algo nuevo tengo la sensación que voy a fracasar	
133	He respondido sincera y honestamente a las frases anteriores	

Por favor asegúrese de haber contestado todas las preguntas.

ANEXO 03: FICHA TÉCNICA DE INSTRUMENTO

INVENTARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL De BarOn ICE

FICHA TECNICA

NOMBRE	: Inventario de Inteligencia Emocional DE BarOn ICE
AUTOR	: Reuven BarOn
PROCEDENCIA	: Toronto Canadá
ADAPTADO	: Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares del Aguila
APLICACIÓN	: Individual y colectiva
AMBITO DE APLICACIÓN	: Se aplica a personas de 16 a más años.
DURACION	: Sin límite de tiempo
NUMERO DE ITEMS	: 133
FINALIDAD	: Evaluación de los componentes intrapersonales, Interpersonales, adaptabilidad, manejo de la tensión y estado de ánimo general
BAREMACION	: Cociente emocional por rango de edad y sexo para cada componente de la inteligencia emocional
USOS	: Educativo, clínico, jurídico, medico, y en las investigaciones.
MATERIALES	: Manual técnico del ICE (Ugarriza y Pajares), cuadernillo hoja de respuesta auto corregibles.

II DESCRIPCION DEL INSTRUMENTO

EL TEST ICE de BarOn:

El nombre original de la prueba es EQ-I (BarOn Emotional Quotient Inventory). El autor de la prueba es Reuven Bar-On PH.D.

Los estudios Psicométricos fueron realizados en diversos países Sudamericanos, europeos, y en Norteamérica y Argentina México, determinando niveles altos de Validez y Confiabilidad del instrumento, hallando un nivel de confiabilidad de .76 con la prueba Alfa de Cronbach. (Abanto et al, 2000).

En nuestro país, Nelly Ugarriza realizó los estudios psicométricos, hallando un alfa de .93, demostrando la alta confiabilidad del instrumento.

DESCRIPCIÓN

Esta prueba está conformada por 133 ítems cortos. Emplea respuestas de elección múltiple, tipo Likert. Se considera la autoclasificación de cinco puntos.

Requiere aproximadamente entre 30 a 45 minutos para completarlo. Se aplica a personas de 16 a más años.

La evaluación genera:

A. Tres escalas de validez:

a. Índice de Omisiones:

Se considera las omisiones de la siguiente manera:

- En el Cociente Emocional Total, de 8 a más omisiones invalidan la prueba.
- En las Escalas: Autoestima, Autorrealización, Relaciones Interpersonales, Responsabilidad Social, Prueba de Realidad, Tolerancia a la Tensión, Control de Impulsos, y Felicidad, máximo 3 ítems omitidos.
- En las escalas Conocimiento Emocional de sí mismo, Empatía, flexibilidad, Solución de Problemas, Optimismo, máximo pueden ser omitidos 2 ítems.
- En las Escalas: seguridad e independencia, solamente un ítem puede ser omitido.

b. Índice de consistencia

Determina la consistencia de las respuestas a partir de la sumatoria total de los resultados de las sumas de pares de ítems. Un puntaje máximo de 12 refiere una prueba inconsistente y por lo tanto inválida.

Los pares de ítems son: 23 y 52; 32 y 48; 41 y 101; 47 y 91; 56 y 70; 60 y 89; 85 y 129, 87 y 103; 100 y 114; 117 y 130

c. Niveles de Impresión Negativa y Positiva

Ambos permiten observar si el evaluado busca dar una impresión altamente positiva de sí mismo, o se percibe a sí mismo como muy negativo. Aun cuando estos indicadores nos permiten tener una apreciación del evaluado, dichos elementos invalidan la prueba pues influyen en la objetividad de las respuestas.

Ambas escalas deben mostrar puntuaciones de 130 a más en algunas de las dos escalas, para considerar la prueba inválida.

B. Un Resultado de CE Total:

Obteniendo mediante el siguiente proceso:

- La suma de los puntajes directos de las 5 escalas del CE compuestas:
 - CE Intrapersonal
 - CE Interpersonal
 - CE Adaptabilidad
 - CE manejo de la Tensión
 - CE Estado del Animo General
- Finalmente, a este resultado, se le restan la sumatoria de los valores absolutos de siguientes ítems: 11, 20, 23, 31, 62, 88 y 108.
-

C. Resultados de 5 Escalas CE Compuestas

Cada una se obtiene tras la sumatoria de los puntajes directos de los sub componentes correspondientes:

1. Cociente Emocional Intrapersonal:

Se obtiene mediante la sumatoria de los puntajes directos de los sub componentes:

- a. Conocimiento Emocional de Si Mismo.
- b. Seguridad
- c. Autoestima.
- d. Autorrealización
- e. Independencia

1. Cociente Emocional Interpersonal:

Para hallar el valor de la escala CE Relaciones Interpersonales se requiere, además de sumar los puntajes directos de los sub componentes, restarle a ese total obtenido la sumatoria de los ítems: 55, 61, 72, 98, 119.

Los sub componentes son:

- a. Relaciones Interpersonales
- b. Responsabilidad Social.
- c. Empatía

2. Cociente Emocional de Adaptabilidad:

Para hallar el valor de la escala CE Adaptabilidad se requiere sumar los puntajes directos de los sub componentes:

- a. Solución de Problemas
- b. Prueba de la Realidad.
- c. Flexibilidad.

3. Cociente Emocional de Manejo de Tensión

Se obtiene mediante la sumatoria de los puntajes directos de los sub componentes:

- a. Tolerancia a la tensión
- b. Control de los impulsos

4. Cociente Emocional del Estado de Animo General:

Se obtiene mediante la sumatoria de los puntajes directos de los sub componentes:

- a. Felicidad
- b. Optimismo

D. Resultados de 15 Sub Escalas del CE:

Se obtiene de acuerdo a la sumatoria de las puntuaciones asignadas para cada ítem según haya marcado el evaluado, considerando su naturaleza (ítem positivo o negativo), de acuerdo a las normas de calificación para cada uno de los componentes

Los Items que corresponden a cada sub Escala son:

Sub Escalas	Items
1. Conocimiento Emocional de Si Mismo.	+7 +9 -23 -35 -52 +63 +88 -116
2. Seguridad	-22 +37 +67 -82 +96 -111 -126
3. Autoestima.	+11 -24 +40 -56 -70 +85 +100 +114 +129
4. Autorrealización	+6 -21 -36 -51 -66 +81 +95 +110 -125
5. Independencia	-3 -19 -32 -48 -92 -107 -121
6. Relaciones Interpersonales	-10 -23 +31 +39 +55 +62 -69 +84 +99 +113 -128
7. Responsabilidad Social	-10 -23 +31 +39 +55 +62 -69 +84 +99 +113 -128
8. Empatía.	-18 +44 +55 +61 +72 +98 +119
9. Solución de Problemas	+1+15 +29 +45 +60 -75 +89 -118
10. Prueba de la Realidad.	+8 -35 -38 -53 -68 -83 +88 -97 +112 -127
11. Flexibilidad.	-14 -28 -43 +59 +74 -87 -103 -131
12. Tolerancia a la Tensión	+4 +20 +33 -49 -64 +78+ -93 +108 -122
13. Control de los Impulsos	-13 -27 -42 -58 -73 -86 -102 -117 -130
14. Felicidad.	+2 -17 +31 +47 +62 -77 -91 +105 +120
15. Optimismo.	+11 +20 +26 +54 +80 +106 +108 -132

Los puntajes Directos en general arrojan categorías que permiten conocer el nivel de desarrollo de las habilidades emocionales:

Pautas Estándar	Pautas de Interpretación
130 y más	Capacidad emocional Muy desarrollada: Marcadamente alta, capacidad emocional inusual
1°15 a 129	Capacidad emocional Muy desarrollada: Alta. Buena capacidad Emocional
86 a 114	Capacidad emocional : Adecuada: Promedio
70 a 85	Necesita mejorar: Baja Capacidad Emocional por debajo del promedio
69 y menos	Necesita Mejorar: Muy Baja Capacidad Emocional Extremadamente por debajo del promedio

Anexo 04: PROGRAMA “Estados emocionales”

I. DATOS INFORMATIVOS:

- 1.1. Población beneficiaria: 29 madres de familia.
- 1.2. N° total de asistentes: 29
- 1.3. N° de Sesiones a desarrollar: 5 sesiones
- 1.4. Tiempo por sesión: 75 minutos.
- 1.5. Duración del programa: 5 días.
- 1.6. Fecha de Inicio: Martes 06 de julio
- 1.7. Director del centro: William Coronado Villarreyes.
- 1.8. Responsables: Lic. Marilu Paola Maza Ramirez-

II. ANTECEDENTES:

En el departamento de Piura, se encuentra la provincia de Paita es una ciudad pequeña aquí encontramos la Institución Educativa Nuestra señora de las Mercedes ubicada en el Asentamiento Humano Marko Jara Shenonne II etapa, en el nivel inicial tiene 302 estudiantes de las edades de 3, 4 y 5 años, en los estudiantes de 5 años se observa que logran sus aprendizajes enfocados a la situación emocional de los padres de familia, y énfasis en el acompañamiento al estudiante para el desarrollo de competencias, en donde, expone diferentes situaciones socioemocionales, sobre todo en la situación presentada debido al estado de emergencia sanitaria que se está pasando en la actualidad con la propagación del Covid – 19.

Depende de los estados emocionales que presentan los padres de familia a diario en la participación de actividades en el trabajo a distancia, ellos deben de estimular sus conocimientos e involucrarse de manera asertiva en su proceso, pero debido a su inestabilidad emocional, a su mayor vulnerabilidad e irritabilidad por el aislamiento social ocasiona que no exista esa interacción afectiva y efectiva entre padres de familia e hijos.

Esta situación se ha observado en las diversas actividades que se realizan en el proceso de enseñanza a distancia, además es un tema muy recurrente, que influye en la educación de los estudiantes del nivel inicial, ya que de cierto modo no se refleja participación en los retos que se trabajan día a día, mostrando debilidades emocionales por parte de los padres de familia quienes sienten la mayor carga en la atención de los niños y niñas.

III. FUNDAMENTACIÓN:

Se realizará un programa de Estados emocionales, mediante 5 sesiones con actividades y estrategias para poder regular los estados emocionales de las madres de familia, debido a que ellas son quiénes acompañan en el proceso de aprendizaje de sus menores hijos, presentando en ciertas ocasiones irritabilidad, la inestabilidad emocional, estrés alterando su estado emocional perjudicando de cierta forma en los aprendizajes de los estudiantes.

IV. OBJETIVOS:

4.1. OBJETIVO GENERAL

- Proponer actividades y estrategias para regular los estados emocionales de madres de familia, para brindar un acompañamiento adecuado en el proceso de aprendizaje de sus hijos.

4.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Aumentar el nivel de información sobre los estados emocionales.
- Identificar las emociones para sentirte mejor.
- Reconocer sus sentimientos y emociones para transmitir seguridad a sus hijos.
- Reflexionar sobre las reacciones a mis impulsos frente a las emociones.
- Desarrollar la habilidad y manejar las emociones frente a situaciones difíciles.

V. TEMÁTICA A DESARROLLAR:

N° de sesión	Denominación del taller	Objetivo	Evaluación	Fecha
Sesión 01	¿Cuánto sabes?	Aumentar el nivel de información sobre los estados emocionales.	• Conversatorio	Lunes 05 de julio
Sesión 02	¿Cómo te sientes?	Identificar las emociones para sentirte mejor.	• Conversatorio • Cuaderno de campo.	Miércoles 07 de julio
Sesión 03	Controlamos nuestras emociones	Reconocer sus sentimientos y	• Conversatorio	

		emociones para transmitir seguridad a sus hijos.	• Cuaderno de campo.	
Sesión 04	Me paro, respiro y pienso	Reflexionar sobre las reacciones a mis impulsos frente a las emociones.	• Conversatorio • Cuaderno de campo.	Jueves 08 de julio
Sesión 05	Técnicas para regular las emociones	Desarrollar la habilidad y manejar las emociones frente a situaciones difíciles.	• Conversatorio • Cuaderno de campo.	Viernes 09 de julio

VII. METODOLOGÍA

Se realizara mediante las plataformas de Zoom y Sala de Messenger para poder desarrollar las sesiones con las madres de familia, mediante conversatorio, presentación de vídeos, conversatorios y dialogo con una psicología sobre emociones en padres de familia, se registrará todo mediante un cuaderno de campo.

VIII. RECURSOS

- **RECURSOS HUMANOS**

Madres de familia del aula de 5 años de la Institución Educativa Nuestra Señora de las Mercedes.

Psicóloga invitada.

Docente que ejecuta el programa.

- **RECURSOS MATERIALES**

Laptop, celular, fichas, papelotes, plumones, videos, imágenes, diapositivas, música.

IX. EVALUACIÓN

Se realizará la evaluación mediante conversatorios y un cuaderno de campo donde se registra todos lo trabajado en las sesiones desarrolladas.

XII. REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

Método Japonés Para Relajarse En 5 Minutos

<https://www.youtube.com/watch?v=N39dSYRFdv8>

Cómo Controlar el Enojo: 5 Consejos

<https://www.youtube.com/watch?v=esJSj0sqfXc>

CREA Botellas **SENSORIALES** para el estrés

<https://www.youtube.com/watch?v=sXIWpIW8830>

frasco de la calma para las emociones

<https://www.youtube.com/watch?v=qsosB0LG7sw>

¿Cómo CONTROLAR las EMOCIONES?

<https://www.youtube.com/watch?v=TlhGY24OSkQ>

Manejo de emociones

<https://www.youtube.com/watch?v=MJP-SQgxeKl>

Cómo controlar nuestras emociones

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

PROGRAMA “Estados emocionales”

Sesión 01	¿Cuánto sabes?
Participantes	Madres de familia de los estudiantes de 5 años “C” de la I.E. Nuestra señora de las Mercedes.
Objetivo	Aumentar el nivel de información sobre los estados emocionales.
Tiempo	75 minutos
Materiales	Laptop, celulares, videos, hojas, lapicero, lápiz
Medio	Sala de Messenger y Zoom
Presentación 10 minutos	<p>Se les saluda cordialmente a las madres de familia.</p> <p>Se les menciona el propósito del programa, así como también el objetivo de la sesión del día de hoy.</p> <p>Se les pregunta como están a cada una de las mamitas participantes.</p>
Desarrollo 45 minutos	<p>Se les invita a escuchar una canción de Dios denominada “La gloria de Dios, en la cual se les realiza las siguientes preguntas:</p> <p>¿Qué les pareció el video?</p> <p>¿Qué es lo que más les impresiono?</p> <p>¿Qué harían si se encontraran en esa situación?</p> <p>Expresan según sus posibilidades sus ideas.</p> <p>Luego se desarrolla una dinámica de expresión de sentimientos como “Simón manda” cuyas consignas expresen estados emocionales:</p> <p>Simón manda: “Todos nos reímos”, todos enojados, todos asustados, todos molestos, todos tristes, todos con asco etc.).</p> <p>Se les pregunta a las madres de familia lo siguiente:</p> <p>¿Qué hemos expresado en el juego?</p> <p>¿Ustedes saben que son las emociones?</p> <p>¿Qué emociones conocen?</p>

	Se les muestra unas diapositivas sobre las emociones para que tengan información del tema.
Cierre 20 minutos	<p>Se orientan y refuerzan algunas ideas centrales sobre los estados emocionales, para que complementen su conocimiento adquirido en la sesión, mediante preguntas:</p> <p>¿Qué aprendieron hoy?</p> <p>¿Cómo lo aprendieron?</p> <p>¿Cómo se sintieron?</p> <p>Se les da algunas recomendaciones a las mamitas sobre el tema visto.</p> <p>Se evalúa el trabajo realizado respondiendo a las siguientes preguntas:</p> <p>¿Para qué les va a servir lo trabajado?</p>

Sesión 02	¿Cómo te sientes?
Participantes	Madres de familia de los estudiantes de 5 años “C” de la I.E. Nuestra señora de las Mercedes.
Objetivo	Identificar las emociones para sentirte mejor.
Tiempo	75 minutos
Materiales	Laptop, celulares, videos, hojas, lapicero, paletas de emociones.
Presentación 10 minutos	<p>Se les saluda cordialmente a las madres de familia.</p> <p>Se les menciona el objetivo de la sesión del día de hoy.</p> <p>Se les invita a escuchar una video musical llamado “El baile de las emociones” donde se ubican en un espacio para poder moverse al compás de la música, luego se les pregunta lo siguiente:</p> <p>¿Cómo se sintieron?</p> <p>¿Qué les pareció la canción?</p> <p>¿Con que emoción se identifican?</p> <p>Se realiza un conversatorio con respecto a las interrogantes, expresando lo que sienten.</p>

<p>Desarrollo 35 minutos</p>	<p>Luego se desarrolla una dinámica de expresión de emociones utilizando caritas llamada “Paletas de emociones”, en el cual las mamitas representarán la emoción utilizando gestos de su rostro de acuerdo a sus paletas que han elaborado, así como también mencionan y expresan cuales es la situación que la lleva a esa emoción.</p> <p>Después realizan un dibujo de lo mas importante en su vida, luego lo describen y mencionan las emociones que les genera.</p> <p>Observan un video llamado “El poder de las emociones” luego ellas expresan sobre lo visto en el video, dando un mensaje que les deja el video.</p>
<p>Cierre 15 minutos</p>	<p>Se orientan y refuerzan algunas ideas centrales sobre cómo se sienten a diferentes situaciones, para que complementen su conocimiento adquirido en la sesión, mediante preguntas:</p> <p>¿Qué aprendieron hoy? ¿Cómo lo aprendieron? ¿Cómo se sintieron?</p> <p>Se les da algunas recomendaciones a las mamitas sobre el tema visto.</p> <p>Se evalúa el trabajo realizado respondiendo a las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Para qué les va a servir lo trabajado?

<p>Sesión 03</p>	<p>Controlamos nuestras emociones</p>
<p>Participantes</p>	<p>Madres de familia de los estudiantes de 5 años “C” de la I.E. Nuestra señora de las Mercedes.</p>
<p>Objetivo</p>	<p>Reconocer sus sentimientos y emociones para transmitir seguridad a sus hijos.</p>
<p>Tiempo</p>	<p>75 minutos</p>
<p>Materiales</p>	<p>Laptop, celulares, videos, hojas, lapicero, pañoleta, lápiz</p>

<p>Presentación 10 minutos</p>	<p>Se les saluda cordialmente a las madres de familia. Se les menciona el objetivo de la sesión del día de hoy. Se les invita a escuchar una video musical llamado “Creo en mí”, luego se les pregunta lo siguiente: ¿Qué sintieron al observar el video? ¿Qué les pareció la canción? ¿Qué mensaje nos da la canción? Se realiza un conversatorio con respecto a las interrogantes, expresando lo que sienten.</p>
<p>Desarrollo 35 minutos</p>	<p>Luego se desarrolla una dinámica llamada “Lazarillo”, en la cual se escogerán a dos madres de familia, en la cual una se vendará los ojos y la otra le dará indicaciones de acciones que va a realizar como por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Date una vuelta. - Salta en un pie. - Canta - Escribe el nombre de uno de tus hijos. - Baila <p>Terminando la dinámica se le pregunta a la mamita que estuvo con los ojos cerrados lo siguiente: ¿Qué sentiste? ¿Qué pensaste? ¿Qué decidiste hacer? ¿Es fácil o difícil encontrar solución a una situación que nos presenta? Luego se elijen a dos mamitas mas para la siguiente actividad, donde ellas realizaran un dialogo realizando las siguientes preguntas: ¿Cómo te llamas? ¿Cómo te gusta que te digan? ¿Qué es lo que más te molesta? ¿Qué es lo que más te hace feliz? ¿Qué es lo que te pone triste?</p>

	<p>Luego cada uno de ellas realizara la presentación correspondiente de cada una.</p> <p>Observan un video llamado “El poder de las emociones” luego ellas expresan sobre lo visto en el video, dando un mensaje que les deja el video.</p>
<p>Cierre 15 minutos</p>	<p>Se orientan y refuerzan algunas ideas centrales sobre cómo controlar nuestras emociones, para que complementen su conocimiento adquirido en la sesión, mediante preguntas:</p> <p>¿Qué aprendieron hoy?</p> <p>¿Cómo lo aprendieron?</p> <p>¿Cómo se sintieron?</p> <p>Se les da algunas recomendaciones a las mamitas sobre el tema visto.</p> <p>Se evalúa el trabajo realizado respondiendo a las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Para qué les va a servir lo trabajado?

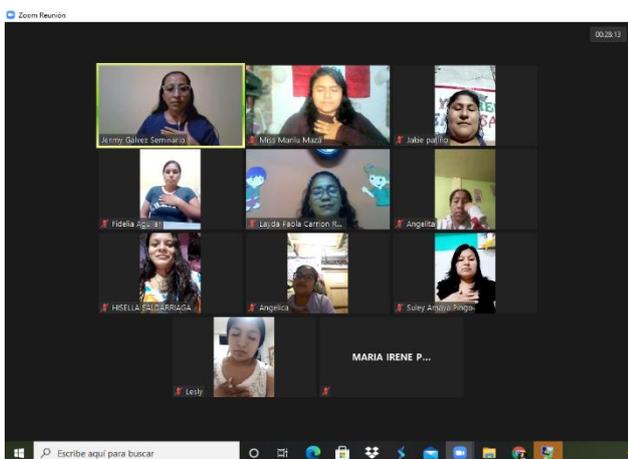
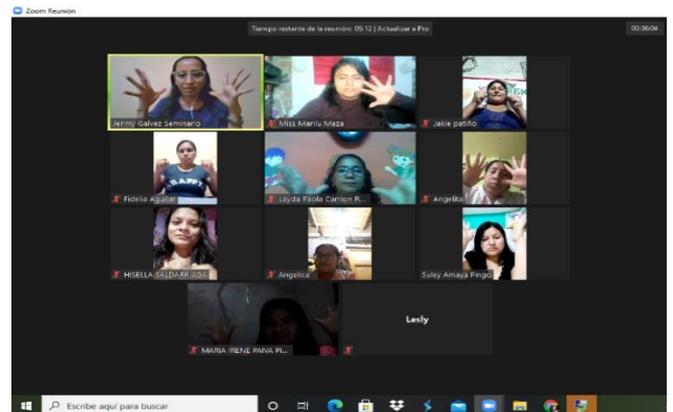
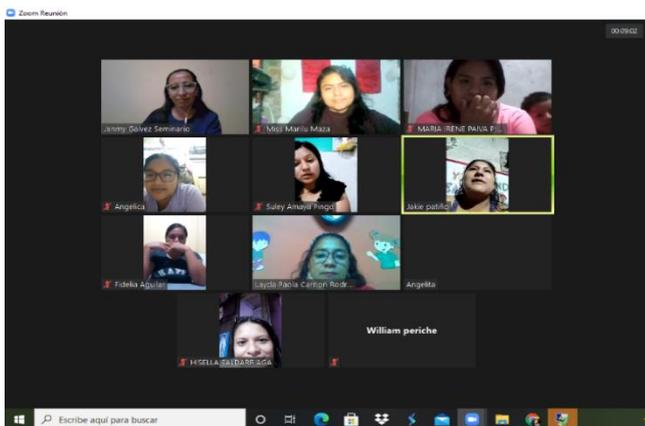
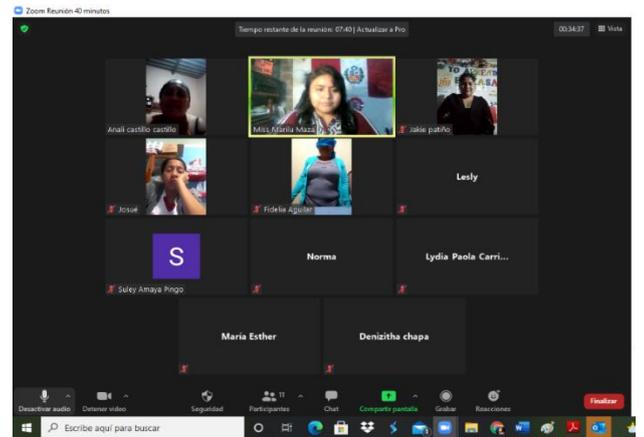
Sesión 04	Me paro, respiro y pienso
Participantes	Madres de familia de los estudiantes de 5 años “C” de la I.E. Nuestra señora de las Mercedes.
Objetivo	Reflexionar sobre las reacciones a mis impulsos frente a las emociones.
Tiempo	75 minutos
Materiales	Laptop, celulares, videos, hojas, lapicero, lentejuelas, botella de vidrio o descartable, canicas, globos, plumón grueso, agua, diamantina.
Presentación 10 minutos	<p>Se les saluda cordialmente a las madres de familia.</p> <p>Se les menciona el objetivo de la sesión del día de hoy.</p> <p>Se les invita a escuchar una video llamado “El señor indiferente”, luego se les pregunta lo siguiente:</p> <p>¿Qué sintieron al observar el video?</p> <p>¿Qué les pareció la acción del señor?</p>

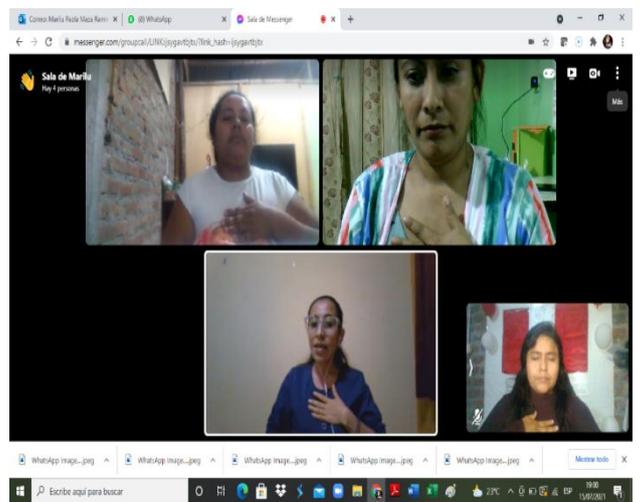
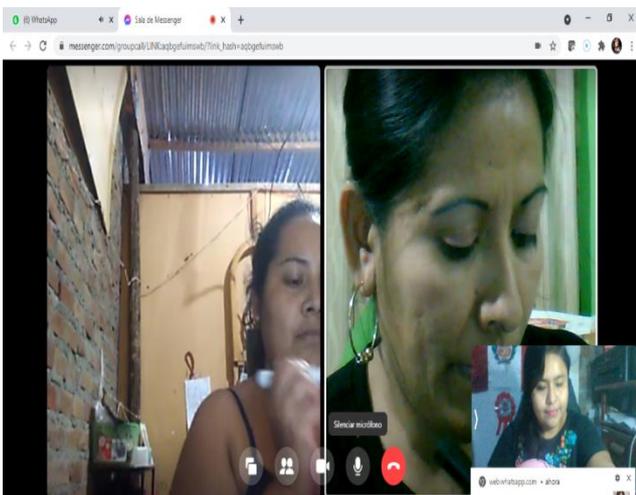
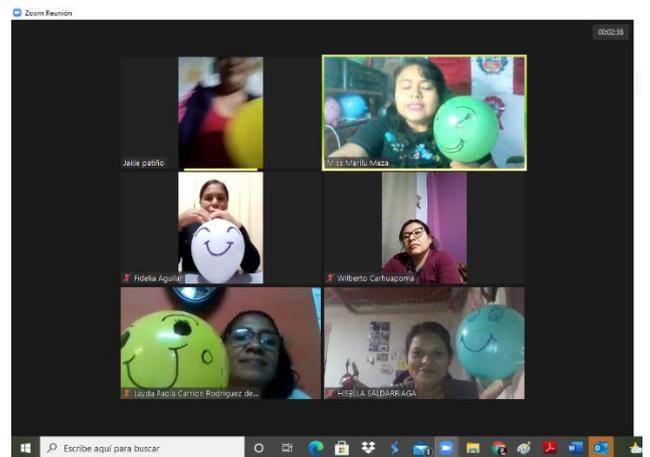
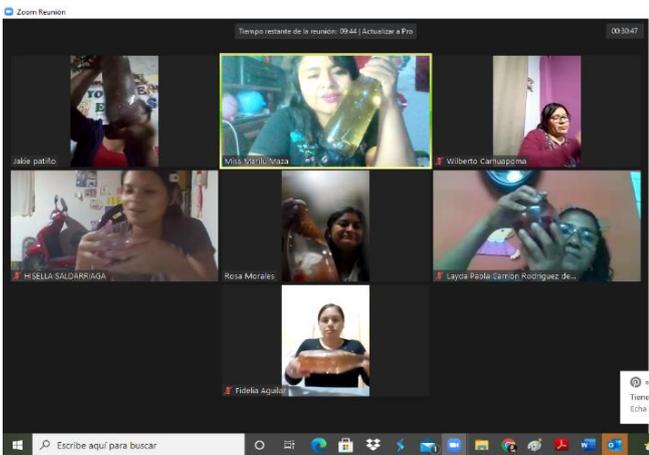
	<p>¿Qué mensaje nos da el video?</p> <p>Se realiza un conversatorio con respecto a las interrogantes, expresando lo que sienten.</p>
<p>Desarrollo 35 minutos</p>	<p>Luego se desarrolla una dinámica llamada “Globos emocionales”, en la cual ellas irán dibujando las caritas de alegría, tristeza, calma, miedo, amor, rabia, mencionando situaciones que les genera esa emoción.</p> <p>Se realiza una conversación, dando a conocer la técnica Paro, respiro y pienso, para poder regular la emoción y saber reaccionar frente a la situación presentada.</p> <p>Después elaboramos la botella de la calma, en la cual cada mamita ya tiene su material que se le había solicitado con anterioridad, cada mamita sigue las siguientes indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Llena tu botella de agua hasta más de la mitad. - Echa las canicas, botones y/o aretes. - Luego echa las lentejuelas de colores. - Después echa ligas o colis pequeños. - Finalmente echa la diamantina de colores y llena la botella por completo.
<p>Cierre 15 minutos</p>	<p>Se orientan y refuerzan algunas ideas centrales sobre la técnica Paro, respiro y pienso, para que complementen su conocimiento adquirido en la sesión, mediante preguntas:</p> <p>¿Qué aprendieron hoy?</p> <p>¿Cómo lo aprendieron?</p> <p>¿Cómo se sintieron?</p> <p>Se les da algunas recomendaciones a las mamitas sobre el tema visto.</p> <p>Se evalúa el trabajo realizado respondiendo a las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Para qué les va a servir lo trabajado?

Sesión 05	Técnicas para regular las emociones
Participantes	Madres de familia de los estudiantes de 5 años “C” de la I.E. Nuestra señora de las Mercedes y psicóloga
Objetivo	Desarrollar la habilidad y manejar las emociones frente a situaciones difíciles.
Tiempo	75 minutos
Materiales	Laptop, celulares, videos,
Presentación 10 minutos	<p>Se les saluda cordialmente a las madres de familia.</p> <p>Se les menciona el objetivo de la sesión del día de hoy.</p> <p>Se realiza un conversatorio con respecto a la presentación de la Psicóloga Jenmy Gálvez, en el cual nos brindará información de técnicas para controlar o regular las emociones.</p>
Desarrollo 35 minutos	<p>Luego se les presenta unas diapositivas sobre las diferentes técnicas que nos ayudan para controlar y regular nuestras emociones, tenemos las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Técnica de bailar: Se les pide a las mamitas que se pongan en pie y empiecen a bailar al ritmo de la música. - Técnica de respirar: las mamitas se colocan una mano en el pecho y la otra en el abdomen y empiezan a expirar y respirara diez veces., - Técnica de reconocer: se les indica a la mamita que cada persona debe de reconocer la emoción en la que se encuentre para poder saber cómo reaccionar frente a ella. - Técnica de imaginar: las mamitas cierran sus ojos y empiezan a imaginar algo muy bonito que desean en su vida. <p>Se realiza un conversatorio de diversas situaciones presentadas en su vida, dándoles orientaciones de como reaccionar y ser frente a esa emoción.</p>

<p>Cierre 15 minutos</p>	<p>Se orientan y refuerzan algunas ideas centrales sobre las técnicas para regular las emociones, para que complementen su conocimiento adquirido en la sesión, mediante preguntas:</p> <p>¿Qué aprendieron hoy?</p> <p>¿Cómo lo aprendieron?</p> <p>¿Cómo se sintieron?</p> <p>Se les da algunas recomendaciones a las mamitas sobre el tema visto.</p> <p>Se evalúa el trabajo realizado respondiendo a las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none">• ¿Para qué les va a servir lo trabajado?
--	---

ANEXO 05: Fotos de programa de Estados emocionales





ANEXO 06: PERMISO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARA APLICAR LA TESIS.



I.E. "Nuestra Sra. de las Mercedes"
Paíta
Saber – Progreso – Felicidad



“AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERÚ: 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA”

OFICIO N°: 066- 2021-GOB.REG.PIURA-DREP-UGEL.P-IE. "NSM.P"-D

A : PROFESORA MARILÚ PAOLA MAZA RAMÍREZ DE MAZA
ESTUDIANTE DEL PROGRAMA ACADÉMICO “MAESTRÍA EN
ADMINISTRACIÓN DE LA EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD
CÉSAR VALLEJO DE PIURA”.

DE : Mg. WILLIAM CORONADO VILLARREYES
DIRECTOR GENERAL I.E. “NTRA SRA. DE LAS MERCEDES” - PAITA

ASUNTO : AUTORIZACIÓN PARA REALIZAR TESIS DE INVESTIGACIÓN

FECHA : Paíta, 27 DE junio 2021

Es grato dirigirme a Ud. para saludarle a nombre de nuestra prestigiosa Institución Educativa “Nuestra Señora de las Mercedes” Paíta, y al mismo tiempo hacer de su conocimiento lo siguiente:

Que, por el presente y en atención al documento presentado a mi despacho, comunico a Usted que tiene la **APROBACIÓN Y AUTORIZACIÓN** para que pueda ejecutar la Tesis de Investigación Titulado “ESTADOS EMOCIONALES DE LOS PADRES DE FAMILIA EN EL ACOMPAÑAMIENTO DE PROCESO DE APRENDIZAJES DE LOS NIÑOS DE 5 AÑOS DE LA I.E. NUESTRA SEÑORA DE LAS MERCEDES-PAITA 2021”.

Sin otro particular, hago propicia la oportunidad para renovar las muestras de mi consideración más distinguida.

Atentamente,

WCV/D
mmv/sec
archivo




Mg. William Coronado Villarreyes
DIRECTOR GENERAL

**AA.HH. Marko Jara Schenone Sector “B” Mza Q1 – lote 1 –
Paíta**