



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Autorregulación de las emociones como estrategia para mediación de conflictos en estudiantes de Noveno de una institución educativa, Samborondón 2023.

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Psicología Educativa

AUTORA:

Franco Matamoros, Maria Fernanda (orcid.org/0009-0003-4653-9984)

ASESORES:

Dra. Linares Purisaca, Geovana Elizabeth (orcid.org/0000-0002-0950-7954)

Dr. Castillo Hidalgo, Efren Gabriel (orcid.org/0000-0002-0247-8724)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Atención Integral del Infante, Niño y Adolescente

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus niveles

PIURA - PERÚ

2023

DEDICATORIA

Dedico este trabajo símbolo de mi esfuerzo, dedicación y constancia primeramente a Dios ya que sin él nada hubiese sido posible, a mi madre, mi ángel Nilda Flor que desde el cielo me guía, me protege y que nunca me suelta de su mano cuando siento desmayar, a mis abuelitas Victoria y Ali que aunque ya no estén junto a nosotros en persona nunca dejaremos de recordarlas y amarlas, a un amigo especial que fue como mi hermano mi Panchis, como le sabía decir quien siempre me brindó su amistad sincera, a mi hermana de la vida Lorena quien por circunstancias de la vida no logró llegar junto a mí a esta etapa pero que sé que lo logrará pronto y estaré muy feliz por ella, con todo mi cariño incondicional dedicado para Uds.

AGRADECIMIENTO

A mi padre, esposo e hijas que siempre han sido el pilar fundamental en mi vida, mi apoyo incondicional.

A mi asesora Dra. Geovana Linares, por su paciencia, sus consejos, sus conocimientos, al Dr. Rolando Romero Paredes por su apoyo incondicional y sus palabras emotivas que me impulsaban a seguir adelante en todo este arduo camino.

A la Msc. Ruth Barahona directora de la institución y a mis queridos estudiantes de básica superior, a las Psicólogas Lorena Vera, Janet Bravo y Marilyn Cabanilla que contribuyeron de una u otra manera para lograr mi trabajo.

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR



ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Declaratoria de Autenticidad de los Asesores

Nosotros, CASTILLO HIDALGO EFREN GABRIEL, LINARES PURISACA GEOVANA ELIZABETH, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - PIURA, asesores de Tesis titulada: "AUTORREGULACIÓN DE LAS EMOCIONES COMO ESTRATEGIA PARA MEDIACIÓN DE CONFLICTOS EN ESTUDIANTES DE NOVENO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, SAMBORONDÓN 2023.", cuyo autor es FRANCO MATAMOROS MARIA FERNANDA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 14.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

Hemos revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

PIURA, 18 de Setiembre del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
CASTILLO HIDALGO EFREN GABRIEL, LINARES PURISACA GEOVANA ELIZABETH DNI: 00328631 ORCID: 0000-0002-0247-8724	Firmado electrónicamente por: CHIDALGOEG el 18-09-2023 16:49:01
CASTILLO HIDALGO EFREN GABRIEL, LINARES PURISACA GEOVANA ELIZABETH DNI: 16786660 ORCID: 0000-0002-0950-7954	Firmado electrónicamente por: LPURISACAG el 18-09-2023 16:49:32

Código documento Trilce: TRI - 0651190



DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DEL AUTOR



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, FRANCO MATAMOROS MARIA FERNANDA estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - PIURA, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "AUTORREGULACIÓN DE LAS EMOCIONES COMO ESTRATEGIA PARA MEDIACIÓN DE CONFLICTOS EN ESTUDIANTES DE NOVENO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, SAMBORONDÓN 2023.", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

Nombres y Apellidos	Firma
MARIA FERNANDA FRANCO MATAMOROS PASAPORTE: 0922263173 ORCID: 0009-0003-4653-9984	Firmado electrónicamente por: MFRANCOMA83 el 18- 09-2023 16:33:40

Código documento Trilce: TRI - 0651189



ÍNDICE DE CONTENIDOS

Carátula.....	I
DEDICATORIA	II
AGRADECIMIENTO.....	III
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR.....	IV
DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DEL AUTOR/ AUTORES	V
ÍNDICE DE CONTENIDOS	vi
ÍNDICE DE TABLAS.....	vii
ÍNDICE DE GRÁFICOS Y FIGURAS	viii
RESUMEN.....	ix
ABSTRACT.....	x
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MARCOTEÓRICO	5
III.METODOLOGÍA.....	17
3.1. Tipo y diseño de investigación	17
3.2 Variables y Operacionalización	18
3.3 Población, muestra y muestreo.....	20
3.3.2 Muestra	20
3.3.4 Unidad de análisis.....	20
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos:.....	20
3.5. Procedimientos	21
3.6. Método de análisis de datos.....	22
3.7. Aspectos éticos.....	22
IV. RESULTADOS.....	23
V. DISCUSIÓN	34
VII. CONCLUSIONES	40
VI. RECOMENDACIONES.....	41
Referencias.....	42
Anexos	43

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Grado de Competencias Emocionales de los Estudiantes – Pretest.....	23
Tabla 2 Grado de Competencia Sociocognitiva de los Estudiantes - Pretest.....	24
Tabla 3 Grado de Competencia Moral de los Estudiantes – Pretest.....	24
Tabla 4 Grado de Mediación de Conflictos de los Estudiantes – Pre test.	26
Tabla 5 Competencia Emocional según Estudiantes – Pre test y Pos test.....	28
Tabla 6 Competencias Sociocognitiva según Estudiantes – Pretest y Postest.	29
Tabla 7 Competencia Moral según Estudiantes – Pretest y Postest.....	30
Tabla 8 Mediación de Conflictos según Estudiantes – Pretest y Postest.	31
Tabla 9 Pruebas de normalidad.....	32
Tabla 10 Estadísticos de prueba ^a de signo de Wilcoxon.....	32

ÍNDICE DE GRÁFICOS Y FIGURAS

Figura 1 Grado de Competencias Emocionales de los Estudiantes – Pretest.....	23
Figura 2 Grado de Competencia Sociocognitiva de los Estudiantes- Pretest.....	24
Figura 3 Grado de Competencia Moral de los Estudiantes - Pretest.	25
Figura 4 Grado de Mediación de Conflictos de los Estudiantes – Pre test.	26
Figura 5 Competencia Emocional según Estudiantes – Pre test y Pos test.	28
Figura 6 Competencias Sociocognitiva según Estudiantes – Pretest y Postest. ...	29
Figura 7 Competencia Moral según Estudiantes – Pretest y Postest.	30
Figura 8 Mediación de Conflictos según Estudiantes – Pretest y Postest.	31

RESUMEN

La mediación de conflictos en el entorno educativo es esencial para promover un ambiente de aprendizaje saludable y respetuoso, donde los estudiantes puedan desarrollar sus habilidades sociales y emocionales de manera integral. El estudio se realizó en una Institución Educativa en Samborondón en 2023, planteándose el objetivo de mediar los conflictos en estudiantes de Noveno. Se diseñó y aplicó un programa de autorregulación emocional utilizando una metodología cuantitativa de tipo aplicada y diseño pre experimental con pre y post test. Asimismo, se evaluaron las dimensiones emocionales, sociocognitiva y moral de la mediación de conflictos mediante un cuestionario aplicado a una muestra de 40 estudiantes. Los resultados mostraron que antes del programa, el 55% presentaba mediación promedio, el 17.5% baja y el 27.5% alta. Después de la aplicación del programa, el 85% de los estudiantes mostró una mediación alta, el 12.5% promedio y el 2.5% baja. Se encontró una diferencia significativa entre los resultados antes y después del programa a un nivel de significancia del 5%, a través de la prueba de Wilcoxon ($Z = -4.914$, $p=0.000$). En conclusión, el programa de autorregulación emocional resultó efectivo para mejorar la mediación de conflictos en los estudiantes.

Palabras clave: autorregulación, emociones, conflictos, mediación.

ABSTRACT

Mediation of conflicts in the educational environment is essential for promoting a healthy and respectful learning atmosphere, where students can fully their social and emotional skills comprehensively. The study was conducted at an Educational Institution in Samborondón in 2023, with the objective of mediating conflicts among ninth-grade students. An emotional self-regulation program was designed and implemented using an applied quantitative methodology with a pre-experimental design and pre and post-tests. Additionally, the emotional, socio-cognitive, and moral dimensions of conflict mediation were evaluated through a questionnaire administered to a sample of 40 students.

The results showed that before the program, 55% of students had an average level of mediation, 17.5% had low mediation, and 27.5% had high mediation. After the program's implementation, 85% of students exhibited high mediation, 12.5% showed an average level, and 2.5% had low mediation skills. A significant difference was found between the results before and after the program at a significance level of 5%, as demonstrated by the Wilcoxon test ($Z = -4.914$, $p=0.000$) In conclusion, the emotional self-regulation program proved to be effective in enhancing conflict mediation among the students.

Keywords: self-regulation, emotions, conflicts, mediation.

I. INTRODUCCIÓN

El ser humano no nace sabiendo como relacionarse entre pares, lo hace a través de un aprendizaje que se produce a base de una construcción de tipo social en la que se presentan reglas que delimitan la actuación del ser humano en su entorno en el cual el principio de las buenas relaciones siempre será el respeto y la tolerancia que es la base de cualquier regulación. Cuando estos principios no se respetan y se intensifican surgen los conflictos como producto del descontrol emocional que se sufre en una situación que se intensificó después de haber vivido situaciones de estrés y ansiedad que generaron conflictos entre pares los cuales se busca mediar de manera oportuna (Méndez, 2018).

UNICEF (2020), en un estudio realizado a jóvenes y adolescentes de Latinoamérica y del Caribe para medir el impacto de su salud mental en la crisis pandémica por medio de un sondeo rápido en diferentes territorios, 27% de los participantes del sondeo reportaron sentir ansiedad y otro 15% dijeron sentir depresión, el 30% manifestó que la principal razón que desestabiliza sus emociones era la situación económica. La situación que vivieron los países generó desmotivación en el 46% de los jóvenes que antes disfrutaban realizar alguna actividad de su agrado y un 36% dejaron de sentir motivación en realizar actividades que hacían de manera habitual. Esta es una razón por la que los educandos se vieron afectados a nivel emocional, lo cual le trajo muchos problemas entre pares y por lo que es fundamental aplicar la contención y dominio de las emociones para que la mediación sea más efectiva.

La importancia del ambiente escolar indiscutiblemente guarda relación con la calidad educativa, para que un docente pueda enseñar y que el estudiante aprenda éste debe comportarse de una manera adecuada. La realidad en las instituciones es cada vez más compleja, los métodos usados de manera tradicional ya no son suficientes, la mediación es considerada la solución para este creciente conflicto.

A nivel nacional UNICEF (2020), Ecuador en un artículo publicado realizaron una encuesta a 4.500 padres de estudiantes de escuela y colegio determinado que el 40% de ellos sufrieron de tensión y estrés, resultando de manera más frecuente

en los estudiantes que cursan la básica superior o el nivel de bachillerato, 30% de estos estudiantes con problemas emocionales recibieron atención del Departamento de Consejería Estudiantil (DECE) para mediar sus conflictos sin dejar de mencionar el valioso aporte brindado del docente que representa un 20% de la atención.

En Ecuador, las instituciones educativas cuyas ofertas académicas incluyen los niveles de básica superior y bachillerato han evidenciado de manera continua problemas de indisciplina entre pares que terminan en agresión verbal y física debido al estrés y desequilibrio emocional que les produce ciertas situaciones del diario vivir.

Esta problemática no es ajena en una Institución Educativa de Samborondón, ubicada en la Pista Miraflores del Rcto. Boca de Caña donde los conflictos entre pares se suscitan a diario dentro del aula de clases los cuales constituyen una problemática preocupante por las constantes confrontaciones que se dan entre los estudiantes las cuales terminan muchas veces en la agresión física y verbal ya que los alumnos no son capaces de dominar sus impulsos ya que no tienen idea de cómo manejar sus emociones provocadas por situaciones de estrés que están presentes en el diario vivir y que los mantiene inquietos y a la defensiva, se considera que a causa de la ausencia de esta falta de dominio la posibilidad de que los estudiantes padezcan de depresión, baja autoestima, problemas de conductuales y bajo aprovechamiento es bastante alta. Por ello se planteó la formulación del problema: ¿De qué manera la autorregulación de emociones sirve como estrategia para la mediación de conflictos en estudiantes de noveno de una Institución Educativa, Samborondón 2023?

La presente investigación tuvo como justificación ayudar a otorgar herramientas para la adquisición de destrezas que ayuden a generar esa capacidad de gestionar asertivamente las emociones, acciones y por qué no decir pensamientos usando estrategias y técnicas que le permitirán llegar a una mediación de conflictos de una manera temprana y por qué no mencionar que es considerada una de las alternativas más eficaces para que los estudiantes aprendan a dar solución pacíficamente, analizando el medio que los rodea respondiendo y modulando las respuestas emocionales que afloran del interior persiguiendo adaptarse al medio ayudándoles a tomar decisiones, controlar el

estrés cuando te esfuerzas bajo alguna presión, y te permite tener ideas más claras para llegar a una mediación eficaz, es indispensable abordarlo en las aulas para evitar conflictos y conductas disruptivas que entorpezcan el proceso educativo.

De la misma manera esta investigación sirvió para capacitar a los estudiantes de básica superior y que estén preparados para mediar un conflicto dentro y fuera del aula utilizando las competencias adquiridas en el programa de autorregulación de emociones que se programarán y que les proporcionará dichas herramientas modificando de una forma positiva las relaciones entre pares de los alumnos fomentando una cultura de paz la cual aportará y lo formará integralmente como ser humano.

La ejecución de este trabajo de investigación resultó factible ya que se contó con el recurso humano, económico, y de toda la información que se necesita para su efecto. Este trabajo investigativo aportó socialmente a la población de educandos, docentes y padres de familia de una Unidad Educativa de Samborondón la cual logró desarrollar habilidades de los estudiantes por medio de la implementación de estrategias que permitió controlar las emociones y así disminuir el índice de conflictos dentro del aula de clases que resultó beneficioso ya que el estudiante pudo convivir de una manera armónica entre pares. Una de las utilidades que presenta este estudio es a nivel metodológico es que puede utilizarse como aporte en investigaciones que se realicen en el futuro como análisis comparativo, evaluaciones e intervenciones.

El presente estudio contribuyó de manera disciplinar ya que demostró que la autorregulación de las emociones como estrategia para la mediación de conflictos es una de los métodos más eficaces para lograr un buen ambiente áulico.

De la problemática de estudio se planteó el objetivo general: Mediar los conflictos en estudiantes de noveno de una Institución Educativa, Samborondón 2023, a través de la estrategia autorregulación de emociones. Del cual se estructuraron los objetivos específicos OE1 Evaluar la mediación de conflictos que poseen los estudiantes de Noveno de una Institución Educativa, Samborondón 2023. OE2 Diseñar estrategias para autorregular las emociones para la mediación de conflictos en los estudiantes de Noveno de una Institución Educativa, Samborondón 2023. OE3 Aplicar estrategias para adquirir competencias y autogenerar emociones positivas en los estudiantes de Noveno de una Institución

Educativa, Samborondón 2023. OE4 Evaluar la mediación de conflictos que poseen los estudiantes de Noveno de una Institución Educativa, Samborondón 2023 a través de la autorregulación de emociones.

Asimismo, la hipótesis fue la siguiente: La aplicación del programa de autorregulación de emociones tuvo un efecto favorable en la mediación de conflictos en estudiantes de noveno de una Institución Educativa, Samborondón 2023. Como hipótesis nula H_0 : La aplicación del programa de autorregulación de emociones no tuvo un efecto favorable en la mediación de conflictos en estudiantes de noveno de una Institución Educativa, Samborondón 2023.

II. MARCO TEÓRICO

En este capítulo se presentarán estudios realizados de carácter internacional, así como nacional.

Fernández et al. (2018), llevaron a cabo un estudio con el propósito de implementar estrategias pedagógicas para mejorar la convivencia escolar utilizando Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC). La investigación se realizó bajo una metodología mixta de enfoque descriptivo. Se utilizó un auto test sobre convivencia escolar como instrumento, aplicado a una muestra de 100 estudiantes entre 8 y 10 años de la Institución Educativa Departamental San Judas Tadeo, en el Municipio Chibolo, Magdalena, Colombia. Los resultados revelaron que los estudiantes presentan un alto índice global de acoso (53.84%), con un índice de intensidad de acoso aún más alto (76.92%). También se observó un alto índice de restricción de la comunicación (53.84%) y un muy alto índice de robos (78.46%), así como altos índices de desprecio-ridiculización (46.15%). Los hallazgos sugieren que la convivencia escolar tiene un impacto directo en el desarrollo psico afectivo de los estudiantes. Además, demuestran que la convivencia puede ser aprendida, lo que destaca la necesidad de implementar estrategias pedagógicas para reducir los factores que contribuyen a la violencia en las escuelas. Se observó que la formación proporcionada a través de la cátedra de la paz, la cual, en conjunto con la investigación como estrategia pedagógica apoyada en las TIC, permite un aprendizaje basado en la exploración, la indagación y la experimentación, proporcionando espacios de participación, interacción, innovación e inclusión, ayudándoles en la mediación de conflictos.

Santamaría (2018), en Colombia para obtener de su título de Magister realizó una investigación que se basaba en una propuesta pedagógica como medio para resolver conflictos dentro del aula de clase, con una investigación de acción participativa, se orientó en la resolución de conflictos de los estudiantes por medio del uso de actividades innovadoras en el campo didáctico, con una muestra de 40 alumnos de sexto grado con edades de 10 y 13 años. Esta investigación tuvo cuatro fases: el diagnóstico, el diseño de su propuesta, la implementación de la propuesta y como fase final la evaluación de efectividad de estrategias que se plantearon en la propuesta. Concluyendo, que la aplicación de la propuesta permitió mejorar

significativamente la convivencia en el aula, donde cada estudiante reorienta su forma de pensar y actuar respecto a las agresiones.

Téllez (2021), Bogotá en su trabajo de investigación en Pastranita, previo a obtener su título de Maestría en Educación denominado: El desarrollo de la inteligencia emocional como estrategia para manejar la prevención y resolución de conflictos en el aula de clases, en este trabajo se aplicó la metodología cualitativa de alcance correlacional explicativo, e investigación acción. La finalidad fue conocer lo que genera conflictos en el aula y de manera consiguiente plantear estrategias que ayuden a que los estudiantes de cuarto de primaria desarrollen la inteligencia emocional, autorregularse y aprendan a manejar situaciones que se les presenten en su diario vivir, se utilizaron instrumentos de observación, recolección de datos, cuestionarios y análisis los cuales dieron respuesta a la interrogante evidenciando que los estudiantes necesitan educar su inteligencia emocional para desarrollar grandes habilidades y capacidades socioemocionales. Utilizando un muestreo no probabilístico o dirigido, ya que estará conformada por 13 alumnos a los cuales se les aplicará el instrumento de observación participante y 8 deberán responder a los cuestionarios y entrevistas. Se evidenció que después de la aplicación de estrategias los estudiantes supieron manejar sus emociones y las dificultades que antes presentaban disminuyeron considerablemente.

Carreño et al. (2020), en su investigación “Aplicación de una estrategia pedagógica-didáctica basada en las artes para la mediación de los conflictos escolares”, utilizando la música, la pintura y las manualidades como estrategia de mediación de conflictos escolares en estudiantes, con el propósito de generar una cultura de paz fomentando la resolución pacífica de conflictos en el entorno escolar; siendo un estudio de enfoque mixto, pues hizo uso de la observación y encuestas, aplicadas en 20 estudiantes del colegio Gimnasio Superior Empresarial Bilingüe de Bucaramanga. Encontrando como resultados que, mediante la introducción de la propuesta educativa centrada en las artes, se pueden observar transformaciones en el comportamiento de los estudiantes, manifestadas en una actitud más madura y comprometida para abordar sus diferencias de manera pacífica. Esta iniciativa promueve valores éticos y morales que fortalecen el respeto hacia los demás, contribuyendo así a la construcción de un ambiente escolar más armonioso y cohesionado.

Bernal et al. (2018) llevaron a cabo un estudio con el propósito de implementar una estrategia pedagógica que mejorara la convivencia escolar, previniera episodios de bullying y promoviera una cultura basada en valores éticos. La investigación utilizó una metodología mixta que combinó enfoques cualitativos y cuantitativos, con una muestra de 36 niños de quinto grado de la Institución Educativa 20 de Julio - Cartagena. La propuesta pedagógica "A Convivir Se Aprende" demostró que el convivir en el salón de clases puede mejorar mediante actividades concretas que involucran el diálogo y el trabajo cooperativo. Además de fortalecer los valores, se observó un cambio significativo en el comportamiento de los estudiantes, superando los episodios de bullying y creando un ambiente de paz. Los niveles de agresividad en los estudiantes disminuyeron del 72.71% al 32%, evidenciando una mejora del 40.7% después de la intervención. Estos resultados mostraron que la intervención en el aula debería centrarse más en la formación que en la sanción, ya que los educandos demostraron un cambio de actitudes que fueron evidentes en su interacción entre pares. Esto produjo la creación de espacios de reflexión, transformando las agresiones en buenas relaciones basadas en el respeto, el ser tolerantes y solidarios, fortaleciendo la comunicación y el trabajo en equipo

En Ecuador, Merchán et al. (2019) en la publicación de su artículo de investigación titulado "La mediación de conflictos escolares e incidencia en desarrollo de inteligencia emocional" en base a un estudio realizado en las Unidades Educativas del cantón Baba, provincia de los Ríos analizó la importancia del papel que representa el docente en la mediación y solución de conflictos de sus alumnos, el estudio muestra la incidencia del docente en el desarrollo favorable de la inteligencia emocional del estudiante, la autorregulación y de la autorreflexión. La población en estudio fueron estudiantes y docentes del plantel con una muestra de 160 y 201 respectivamente. Luego de la aplicación del test de inteligencia a los estudiantes los resultados indicaron que aproximadamente un 62% posee inteligencia emocional media, el 18% tiene problemas de autorregulación y control emocional y el 19% posee un alto nivel de inteligencia para controlar sus emociones. Concluyendo, que se pudo evidenciar que la mediación de conflictos escolares tiene relación positiva en el incremento de la inteligencia emocional de manera específica en la autorreflexión y autorregulación de los alumnos.

En Perú, Robles (2023), en un trabajo de investigación en una institución educativa de la localidad de Huaral, previo a la obtención de su título de Maestra en

Psicología Educativa, encontrado en los repositorios de la Universidad César Vallejo quien sostuvo como objetivo determinar de qué manera la aplicación de talleres de títeres promueve la autorregulación emocional, en niños de 5 años, utilizando la metodología cuantitativa, cuasi experimental, usó una muestra no probabilística de 50 niñas y niños, teniendo un grupo de control y otro experimental, utilizando como instrumento de investigación lista de cotejo sobre autorregulación de las emociones. Los resultados evidenciaron con la prueba t de Student, un efecto significativo en la aplicación del taller de títeres en la autorregulación de las emociones; asimismo, se encontró que en el pre test el 3.7% se encuentran en inicio, el 29.6% en proceso y el 66.7% en nivel logrado el desarrollo de la autorregulación de emociones; para luego los resultados con el pos test se encontró que ningún estudiante está en inicio, el 18.5% está en proceso y el 81.5% en nivel de logrado. Concluyendo, que las niñas y niños mejoran de manera significativa la autorregulación de las emociones luego de haberse aplicado el taller.

Conociendo las distintas investigaciones sobre las variables de estudio, es vital situar entender el control de las emociones, que se guardan relación con la teoría progresista con el apoyo de John Dewey, para quien es crucial entenderlas por medio de vivencias. Se refiere a una perspectiva de la educación que pone énfasis en el aprendizaje por medio de la experiencia, la participación activa del estudiante, una educación que se centra en el estudiante y la preparación para la participación ciudadana. Sus ideas han sido importantes para el desarrollo de la pedagogía moderna y siguen siendo relevantes en la actualidad (Ruiz, 2013).

Dewey también abogó por una educación centrada en el estudiante, donde el docente tiene una actuación de guía y facilitador del proceso de aprendizaje, en lugar de simplemente compartir conocimientos. Esta idea es conocida como "educación progresiva" y sugiere que la educación debe adaptarse a las necesidades e intereses individuales de los estudiantes, fomentando su desarrollo integral (Ruiz, 2013).

El control de emociones con la teoría de John Dewey implica adoptar un enfoque de aprendizaje experiencial, fomentar la reflexión y autoconciencia emocional, integrar las emociones en el proceso educativo, adaptar las estrategias a las necesidades individuales de los estudiantes y proporcionar habilidades prácticas para la vida cotidiana. Al abordar el control de emociones desde esta perspectiva, se puede facilitar el desarrollo integral de los estudiantes y promover un ambiente educativo enriquecedor y emocionalmente saludable (Mujica et al., 2018).

Las emociones son reacciones o respuestas que nuestro organismo tiene ante cualquier estímulo o cambio que experimentamos internamente por medio de cambios de conducta, cognitivos o fisiológicos o a través del entorno que nos rodea, es una alteración de corta duración que ejerce control de gran intensidad en nuestro ánimo, así mismo las emociones guían y permiten la interpretación y adaptación al medio en el que habitamos (Jiménez, 2021).

Se puede entender que su objetivo es cambiar nuestra manera de pensar, reforzar nuestro sistema inmunológico, preservarnos ante el peligro y lograr que hagamos conciencia y que al momento de tomar decisiones lo hagamos de una forma correcta, si no logramos éstas podrían conducirnos a situaciones negativas.

Las emociones son consideradas un fenómeno propio de cada persona que dura un plazo corto y que involucra distintos componentes que tienen que ver con lo cognitivo, motivacional, expresivo, afectivo y por supuesto fisiológico, todo esto influye en el dominio de la conciencia del individuo y lo lleva a tomar decisiones (Anzelín y otros, 2020).

El ser humano responde de maneras distintas ante una misma situación sea éste un acontecimiento planificado o imprevisto, cada persona experimenta un mundo de emociones dentro de sí, los cuales nos producen cambios psicológicos, de comportamiento hasta incluso físicos, estas emociones dependerán del suceso que las genere las cuales hay que saber definir qué conlleva a que se produzca y cómo se responderá y reaccionará esto depende mucho del tipo de personalidad que se tenga y de cómo se vive ante cada una de ellas.

Aprender a canalizar emociones es una tarea ardua del ser humano ya que es bastante complejo trabajar en ellas, se debe prestar mucha atención a la esquematización mental que proyectemos, desechar lo que no nos beneficia y no es considerado útil, así dejaremos espacio para organizar lo que verdaderamente nos ayuda y nos permite ser mejores (Jácome, 2021).

Dentro de la gama amplia de emociones existen las básicas, que son expresiones nativas o innatas que permiten que el individuo reaccione de una manera concreta cuando delante de ella aparece un estímulo, cada una de estas emociones cumplen una función: la reintegración, la protección, la afiliación, la exploración, la autodefensa, el rechazo.

Este proceso conlleva al desarrollo afectivo y emocional del sujeto quien se encarga de construir su identidad, adquirir seguridad, incrementar su autoestima, y

sentirse capaz de enfrentar con optimismo y seguridad el demandante mundo en el que habita por medio de la interacción social y así identificar, diferenciar, manejar, expresar y controlar aquellas emociones (García P. , 2020).

Debemos permitir que nuestras emociones fluyan ya que retenerlas implicaría correr riesgos de que se produzca una enfermedad ya sea física o psicológica.

Las emociones son nuestra guía, con ellas damos sentido a las cosas que nos rodean nos ayuda a relacionarnos entre pares y a entendernos de manera interna, éstas causan en nuestro interior un estímulo que nos hace plantearnos objetivos en la vida y así evitar situaciones que nos perjudiquen, es importante recordar siempre que podemos expresarlas de la manera que queramos.

Existen emociones son de carácter cognitivo y biológico, pueden ser positivas si poseen sentimientos agradables que terminan beneficiando al sujeto y negativas cuando son acompañados de afecciones desagradables que terminan siendo una amenaza y que producirá un perjuicio (Delgado, 2017).

Para dominar las emociones y cambiar aspectos de nuestro carácter primeramente se debe reconocer lo que sentimos, aquellas respuestas que se generan deben ser controladas y una de las estrategias más eficientes es la regulación emocional que nos permite administrar y canalizar de manera apropiada cada emoción que experimentamos en el diario vivir en los diferentes contextos (Blázquez Álvarez, 2019).

Las emociones básicas y universales tales como la alegría, tristeza, temor, deseo, ira, asco, sorpresa una de las maneras más asertivas de regularlas es mediante la inteligencia emocional que es la facultad de dominar o hacer frente a ellas (Benavidéz & Flores, 2019).

Para tener una regulación emocional de forma apropiada debemos aceptarnos a nosotros mismos, si logramos esto la regulación se convierte en autorregulación si la aplicamos al propio "yo". Por tanto, puede considerarse a la autorregulación como el control emocional de manera independiente sin importar de qué emoción se trate.

La autorregulación emocional se define como la capacidad de un sujeto para poder identificar, nombrar y actuar de acuerdo con sus propios sentimientos y emociones al igual que el resto que lo rodea (Vera & Maitta, 2022).

Alcanzar una buena autorregulación requiere seguir un proceso que si se logra concretar nos ayudará a tener un punto más positivo de la vida misma, donde no nos veamos limitados antes los desafíos y obstáculos cambiando la perspectiva

convirtiéndolos en oportunidades, las cuales nos proporcionan la capacidad de adaptación y de tolerar aquellas frustraciones difíciles propias del diario vivir.

La autorregulación emocional se centra en cómo las personas reconocen, comprenden y regulan sus emociones. La mediación de conflictos puede requerir que las partes involucradas en el conflicto desarrollen habilidades de autorregulación emocional para abordar las emociones intensas y mantener la calma durante el proceso de mediación. Las emociones del momento no rigen nuestras acciones sino los valores, pensamientos y moral que posee cada individuo así logrando mejorar el trato interpersonal y apreciar las individualidades de los demás (Cándar, 2019).

Mientras más poseamos conocimiento para identificar nuestras emociones vamos a adquirir variadas habilidades para dar interpretación a los sentimientos y emociones de los demás. Hay personas a las que se les dificulta autorregularse y aquellas tendrán limitaciones propias, tienden a no confiar en sí mismas, no interactúan entre pares, tiene bajo manejo de estrés y manifiestan irritabilidad en la mayoría de ocasiones, autorregularnos aumenta nuestro buen vivir y nos prepara para dar frente a las situaciones contrarias a las que estábamos esperando vivir (Jódar, 2019).

La autorregulación se compone de tres fases: la previa: en la que se da análisis a la situación, se determinan los objetivos, tomando en cuenta lo ya aprendido, para luego organizar y lograr la obtención de los mismos, la realización: es donde se aplicará la conducta planeada, y finalmente la fase de autorreflexión: donde el sujeto evalúa si se logró cumplir el objetivo aquí se realiza la retroalimentación por medio de experiencias y aquellas consecuencias que se obtuvieron de las mismas (Berridi & Martínez, 2017) (Equipo Editorial Sanarai, 2023).

En esta variable intervienen aspectos considerados como: Reevaluación cognitiva que es una estrategia que ayuda a regular, otorgándole un nuevo significado a un evento para que su efecto emocional cambie permitiendo disminuir las vivencias emocionales; la supresión: considerada un mecanismo de adaptación o estrategias para afrontar por medio de ella impulsos, deseos, o ideas contrarias a las de los demás.

Al autorregular emociones se permitirá dar solución a un conflicto que es aquella confrontación u oposición que surge entre dos o más individuos con distintos intereses que propician acciones en las que tratan de perjudicar a la parte contraria solo porque hay desacuerdos (Guajardo y otros, 2021).

En las aulas de clases se viven a diario situaciones conflictivas en la que los estudiantes se ven envueltos cada vez con mayor frecuencia. Una de las primordiales inquietudes del docente ha sido y continúan siendo los eventos en los que la indisciplina es la protagonista principal, actos de violencia entre pares y conflictos que se producen por desacuerdos entre ellos, esto es muy común hoy en día en las instituciones o centros educativos, estos conflictos en este contexto pueden darse entre estudiantes o hasta incluso con el mismo docente. Los actos agresivos y de violencia que se presentan de manera continua terminan por lo general en situaciones consideradas indeseables por la grave consecuencia que produce esta falta cuando llega a tener víctimas.

El conflicto es considerado como un desacuerdo, una confrontación, lucha, o incompatibilidad de percepciones e intereses entre dos o más personas, este es propio y no adquirido, innato de su naturaleza humana (Castro, 2018).

Existen un sin número de conflictos entre los más frecuentes situamos: el maltrato físico, verbal, mixto, bullying, y exclusión social. Aquellos motivos que impulsan a que los estudiantes adquieran este tipo de comportamiento son muchos, pero según estudios atribuyen al modelo escolar que lo catalogan como rígido y poco flexible, esta situación fomenta que el descontento que tiene el estudiante le produzca desmotivación y aburrimiento lo que se convierte posteriormente en rechazo y que esté siempre a la defensiva. Lo ideal sería que la institución sea para todo un lugar armonioso, pero hoy en día la realidad es otra, el desgaste de la convivencia en las escuelas es muy notable (Cedeño, 2020) (Equipo de Expertos en Educación, 2022).

Es imprescindible hacer mención de los elementos básicos que intervienen en un conflicto son el poder: que es definido como la capacidad de coacción, las necesidades: búsqueda de satisfacciones, los valores: creencias centrales del sujeto, los intereses: objetivos deseados por ambos, la percepción y finalmente la comunicación: que es la interpretación y expresión (Álvarez, 2018).

Para intervenir en un conflicto que se genere dentro de la institución educativa es preciso conocer uno de los pasos que se incluye en este proceso, hablamos de la mediación, que es cuando interviene un tercero de manera neutral e imparcial en un ambiente favorable para ayudar a que esta situación llegue a un final justo y conveniente para ambas partes sabiendo manejar cada uno de los elementos básicos de los que está compuesto utilizando una comunicación efectiva promoviendo una cultura de paz fundamentada en valores que contribuya a conseguir un entorno

productivo y pacífico reduciendo el número de sanciones ocasionadas por indisciplina y disminuyendo considerablemente el fracaso escolar ocasionado por la deserción después de una sanción.

Se puede mencionar que la reconstrucción de conflictos pretende transformar un conflicto en solución mediante un acuerdo en el que para ambos resulte beneficioso y que cada uno de manera independiente pueda utilizar esos valores correctamente para el logro exitoso de sus objetivos. Es conveniente resaltar que educar para que la paz prevalezca en el ambiente escolar es un gran reto, pero esto se llegará a lograr si planteamos como meta el no solo encontrar la solución, sino que ésta sea justa para todos (Esquivel & García, 2018).

Los conflictos son susceptibles, es por ello que debemos estar conscientes de que existen casos que los convierten en mediables si las partes involucradas están en mutuo acuerdo y lo desean para poder realizar la contención del enfrentamiento y reducirlo a una situación menos agresiva (Bazantes y otros, 2018).

Esto podrá lograrse si la personalidad, capacidad comunicativa de ambos se encuentra equilibrada y no mediables cuando los involucrados están en desacuerdo para mediar, o cuando ya se medió anteriormente y no se cumplieron las normas establecidas.

Antes de llegar a resolver un conflicto es importante enfatizar en la mediación que se conceptualiza como la resolución entre dos partes que tienen posiciones o intereses distintos sobre un tema específico lo cual les causa malestar e invita al enfrentamiento por el desacuerdo creado el cual debe ser intervenido inmediatamente para evitar consecuencias irreversibles (Universidad Espíritu Santo, 2019).

Los centros escolares e instituciones educativas necesitan de manera urgente métodos que actúen con eficacia para solucionar conflictos de manera pacífica, hoy en día el personal docente se enfrenta ante situaciones para las que no fue preparado, las relaciones interpersonales a diario van cayendo en peligro de extinción, la falta de empatía y respeto deteriora las relaciones entre pares, generando un conflicto que para poder resolver se debe mediar.

La mediación al estar arraigada al diario vivir del ser humano se convierte en una práctica creativa de índole social cuyo objetivo primordial será siempre la construcción de los lazos o vínculos entre las personas o su voluntad por vivir en comunidad (Bonilla et al., 2018).

La mediación es un mecanismo de resolución a los conflictos que se generan en el ambiente escolar de manera tranquila, ésta aparece cuando las partes que intervienen han perdido la comunicación, no pueden por sí solas resolverlo y necesitan de un sujeto neutral para llegar a un acuerdo, debe cumplir un proceso sucesivo que está diseñado con una serie de garantías (Díaz, 2019).

Estas no son otra cosa que las normas que deben respetarse y cumplirse por cada uno de los involucrados y éstas deben ser aseguradas por el mediador al inicio del encuentro entre las partes, es también fundamental poner en claro que las soluciones no consisten en ser mágicas y maravillosas sino reales y que el resultado de éstas dependerá de la voluntad y disposición para ceder o aceptar algo para lograrlo.

Uno de los enfoques en el cual se aprecia con mucha fuerza la definición de la mediación es en la teoría de Vigotsky en la que menciona que la relación sujeto-objeto puede ser medida por el ejercicio que emplea utilizando aquellos instrumentos socioculturales los cuales van a generar una transformación, esta es considerada el resultado de la mediación que estos sujetos hacen para generar al conocimiento resultados nuevos para interactuar en los diferentes contextos donde los sujetos serán insertados, este enfoque posee un carácter psicológico y plantea que las acciones que se medían se dan en un ambiente en donde los individuos actúan con los objetos llamados instrumentos mediadores que ayudan en la transformación del pensamiento (Cruz y otros, 2019).

La teoría de Vygotsky se enfoca principalmente en el desarrollo cognitivo y socio-cultural de los individuos, y en cómo la interacción social y el aprendizaje en un entorno cultural influyen en el desarrollo de habilidades cognitivas superiores.

La resolución de los conflictos se lleva a efecto mediante la materialización de los mismos que solo se consigue por medio de la mediación, hay algunos tipos de conflictos más habituales que se generan dentro del aula de clases están: la desmotivación, conflictos entre pares, interrupción, exclusión entre iguales, y acoso escolar. Ésta se desarrolla de manera habitual con miembros de la familia, amigos y amigas, en cualquier ámbito del diario vivir, está centrada en el logro de una convivencia agradable que permite prevenir, mediar oportunamente, y llegar a solucionar desavenencias (Martínez, 2019).

La mediación es considerada un proceso informal y voluntario, su procedimiento no está establecido de manera rigurosa, pero entre el más común

tenemos; las fases del proceso de mediación son premeditación: entendida como la frase previa propiamente dicha en la que se establecen aquellas condiciones que facilitan su acceso, la presentación y reglas.

La manera como se va a llevar el proceso con lo cual se creará confianza para la ejecución del mismo, el ¡cuéntame! que se refiere a la exposición de las versiones del tema en conflicto, puntos de vista, expresión de sentimientos y de sentirse escuchado, aclarar el problema: que es la identificación del en qué consiste y sosegar la temática más relevante para cada parte, y por último proponer soluciones: es que es buscar las vías de conciliación (García R. , 2018).

La mediación estudiada en el campo escolarizado representa una realidad reciente con un gran potencial educativo ya que es una oportunidad para el desarrollo personal del educando y de todos aquel que intervenga en ella, es una herramienta con la cual se abordará como estrategia de prevención más que de resolución ya que sus acciones ejecutadas mejoraran el aprendizaje de las habilidades sociales (De la Hoz, 2020).

Es importante tener en cuenta que es un elemento clave que influye en el bien mental y social de los educandos lo que hace posible que entiendan el entorno en el que se están desarrollando y sepan decidir correctamente ante una situación de conflicto que se presente. Es definida como aquella capacidad de gestión y aceptación de manera consciente hacia las emociones considerando su importancia en cuando nos toca decidir en la vida y en aquellos pasos que escogemos dar (Torres, 2019).

Cuando desarrollamos la capacidad de escuchar de manera asertiva y el interaccionar de forma correcta, cuando expresamos coherentemente ideas y pensamientos para los demás y nosotros mismos, podremos decir que hemos adquirido una competencia comunicativa que es la segunda dimensión que se evaluará. ¿Cómo desarrollarlas? pues bien, para hacerlo necesitaremos abrir áreas de conversación informal es decir donde se conversen experiencias, se compartan anécdotas con los compañeros de aula luego se realice el recuento de todo lo escuchado, estos conocimientos llevados a la práctica permitirán al emisor la entrega de un mensaje correcto con el fin de obtener resultados deseados.

La mediación en el sistema educativo puede darse de dos maneras distintas: una realizada por un externo al centro o la otra con una persona que estudie o trabaje

allí, en ambas formas estos sujetos deben haber sido capacitados para la intervención en el proceso mediador (Alzate & Castañeda, 2020).

Las dimensiones de la variable se consideraron a partir del modelo MEDECOME de Irarte et al., (2020) con el cual se elaboró un instrumento de evaluación de la mediación escolar organizado en las dimensiones:

Competencia emocional: que está formada de estrategias asertivas como lo son el saber expresar los sentimientos, emociones y necesidades de una manera adecuada, otorgar y así mismo recibir críticas constructivas, la autoconciencia emocional también juega un papel importante ya que por medio de ella se puede lograr reconocer sentimientos, la toma de conciencia, del mismo modo la autorregulación de emociones que contribuye en el afrontamiento, canalización, y disminución de emociones negativas, autogenerar las positivas, empatía, paciencia y tolerancia al dar entendimiento a las distintas maneras y actitudes de los demás (Miranzo de Mateo, 2017).

Dimensión socio-cognitiva: que posee competencias como la solución de los problemas, proceso de mediación en el que se incluye la aceptación de la realidad, aquellas percepciones equivocadas serán corregidas, y porque no mencionar las técnicas comunicativas con su clarificación, formulación y reformulación de preguntas (Miranzo de Mateo, 2017).

La dimensión moral: en la que se evidencian competencias como la reciprocidad, el respeto por los demás, la diversidad, colaboración, responsabilidad, la toma de decisiones cuyas bases serán los principios y el razonamiento moral (Miranzo de Mateo, 2017).

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

3.1.1. Tipo de investigación

Este estudio fue de tipo aplicada ya que por medio de ella se halló soluciones prácticas y precisas para que el estudiante aprenda a autorregular sus emociones contribuyendo a una correcta mediación entre pares y dar solución a los problemas presentes a diario en las aulas de clases, los resultados de este tipo de investigación pueden utilizarse inmediatamente ayudando así a que la calidad de vida de los involucrados mejore de manera significativa, se considera rápida y efectiva, además es imprescindible dar mención que este tipo de investigación es una valiosa herramienta que aportará y que tendrá un impacto positivo en la vida de los seres humanos.

Es considerada investigación aplicada aquel tipo de estudio que se orienta a controlar situaciones o a resolver problemas del diario vivir el cual además hace dos distinciones: la que incluye un esfuerzo socializado y sistemático al intervenir en ellas resolviéndolas y la que sólo considera aquellos estudios de teorías validadas con anterioridad para la resolución de la problemática de manera práctica controlando las situaciones que acontecen en el día a día (Rodríguez, 2020).

El enfoque es cuantitativo; ya que se encuentra basado en la recolección de información previa para medir, contar numéricamente, transformar los datos en estadísticas y comprobar el comportamiento que está teniendo una población en general.

Esta recolección de datos sirve para poder probar diferentes hipótesis basadas en niveles medibles y análisis estadístico con el objetivo de probar diferentes hipótesis científicas (Baena & Ruíz, 2019).

3.1.2. Diseño de investigación

El diseño pre experimental es considerado así porque sucede antes de que se realice un experimento en su totalidad, los llamados pre- experimentos son una de las maneras más sencilla de un diseño de investigación. Se dan

cuando los que realizan un trabajo desean comprobar si aquello que van a aplicar tendrá el efecto que esperan, es por ello que lo aplican con antelación a un pequeño grupo de sujetos antes de decidir realizar un experimento más complejo en el que tenga que invertir.

El campo donde se desarrolla este diseño de investigación permite al sujeto desenvolverse de manera natural, este diseño permite evaluar a un grupo objeto de estudio antes del suministro de cierto estímulo, luego se aplica este para aplicar una prueba posterior a dicho estímulo (Ramos, 2021).

Este responde al tipo diseño de prueba pre y post de un grupo, donde se observará un solo caso en dos tiempos distintos, es decir; antes del tratamiento o intervención y otra posterior a él, no se trabaja con ningún grupo de comparación o control.

Exteriorización esquemática de investigación

Grupo	Pre Test	Intervención	Post Test
A	O1	X	O2

Dónde:

A= Grupo

O₁= Pre test o medición previa de mediación de conflictos

O₂= Post test o medición después de mediación de conflictos

x = Programa de autorregulación de las emociones.

Figura 1

3.2 Variables y Operacionalización

Variable independiente: Programa de autorregulación de emociones

- **Definición conceptual:** La autorregulación emocional se define como la capacidad de un sujeto para poder identificar, nombrar y actuar de acuerdo con sus propios sentimientos y emociones al igual que el resto que lo rodea (Sánchez & Parra, 2020)
- **Definición operacional:** Se implementará un programa de autorregulación de emociones el cual constará de 20 sesiones que contribuirán a un correcto

manejo emocional las cuales contienen temas asociados a las dimensiones de la variable: Expresión emocional apropiada, Regulación de emociones y sentimientos, Habilidades de afrontamiento.

- **Indicadores:**

(E.E)

Expresa emociones, identifica emociones positivas, identifica emociones negativas

(R.E)

Controla la frustración y el enojo, reflexiona y medita, reprime impulsos, maneja adecuadamente sus emociones

(H.A)

Busca soluciones, reconoce errores, expresa opiniones, exhibe serenidad.

- **Escala de medición**

Ordinal

Variable dependiente: Mediación de conflictos

- **Definición conceptual:** Es un proceso en el cual las partes participan de manera voluntaria y es confidencial donde el objetivo del mismo es la solución del conflicto generado entre dos o más personas y en el que interviene un tercero con posición neutral para alcanzar un acuerdo que beneficie a ambas partes (Merchán y otros, 2019).

- **Definición operacional:** Para medir el comportamiento de la variable se eligió un cuestionario el cual estuvo inspirado en el modelo (MEDECOME) contó con 27 ítems derivados de las dimensiones competencia emocional, competencia sociocognitiva, y la competencia moral; así como de sus debidos indicadores

- **Indicadores**

(C.E)

Posee asertividad, tiene autoconciencia moral, posee autorregulación emocional, es empático.

(C.S)

Posee capacidad de comunicación, tiene habilidad de escucha, maneja técnicas comunicativas.

(C.M)

Tiene respeto por los demás y posee reciprocidad, aplica la imparcialidad y justicia, Maneja la toma de decisiones.

- **Escala de medición**

Ordinal.

3.3 Población, muestra y muestreo

3.3.1 Población

La población es de 40 estudiantes de noveno de una institución educativa Samborondón, 2023 pertenecientes a la jornada matutina.

- **Criterios de inclusión**

Estudiantes de noveno matriculados legalmente y que se someterán voluntariamente a la evaluación por medio de un cuestionario.

- **Criterios de exclusión**

Estudiantes de noveno que están ausentes el día de aplicación del instrumento.

3.3.2 Muestra

Se trabajó con toda la población compuesta por 40 estudiantes de noveno de la jornada matutina que presentan conductas conflictivas entre pares los cuales a diario se ven involucrados en llamados de atención por parte de los inspectores y autoridad debido a su indisciplina.

3.3.4 Unidad de análisis

Cada estudiante de noveno de una institución educativa Samborondón, 2023.

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos:

Técnica: Para recolectar los datos se utilizó la encuesta como técnica que permitió recoger información del conocimiento y grado de mediación de conflictos que poseen los encuestados.

La encuesta es una de las técnicas más usadas para realizar el recojo de información, esta debe usarse prudentemente debido a cómo presenta los resultados ya que en último caso no siempre es el esperado por el investigador (Cortés, 2018).

Instrumento: Se utilizó un cuestionario creado por la autora, presentado y validado ante 3 expertos profesionales en el tema **(Ver Anexos 4,5,6)**.

Instrumento con el cual se organizó la información con la que la variable de estudio fue sometida a un sondeo (Bravo & Valenzuela, 2019).

Este instrumento midió la mediación de conflictos en los estudiantes por medio de la aplicación del cuestionario diseñado para el análisis de la variable el cual estuvo conformado de 27 reactivos constituidos por 3 dimensiones: con escala ordinal tipo Likert: nunca (1), a veces (2), siempre (3).

Para sustentar la fiabilidad del instrumento se utilizó la Estadística de Fiabilidad de Alfa de Cronbach y el coeficiente McDonald con un resultado de 0,767.

3.5. Procedimientos

Se establecieron compromisos con la rectora de la institución a la cual se le presentó la carta de solicitud de autorización para la aplicación de instrumento de medición además se explicó en qué consiste la investigación y la ejecución del programa de autorregulación emocional ya que es de mucho beneficio para el alumnado **(Ver Anexo 2)**.

Se brindó a los estudiantes toda la información y explicación que necesiten para resolver el pre test, de igual forma se les comunicó que después de la aplicación del programa se realizará otro denominado post test. Asimismo el estudiante tuvo claro que fue sometido a un programa que consta de 20 sesiones las que contienen actividades para aprender a autorregularnos y manejar emociones, el mismo que se llevó a cabo de manera presencial durante la jornada de clases ya que no todos los estudiantes no pudieron realizarlo de manera virtual debido a que no poseen los medios electrónicos y de cobertura para las conexiones; además, los estudiantes habitan en lugares alejados de la institución a los cuales se les complicó regresar en un horario distinto a la jornada en la que estudian.

Seguidamente se presentó el documento de consentimiento informado en el cual quedó como constancia la libre voluntariedad para participar del

estudio. Se aplicó finalmente el instrumento post, para posteriormente iniciar con el análisis de los datos estadísticamente.

3.6. Método de análisis de datos

Se utilizó la estadística descriptiva en el análisis y presentación de los datos como producto del trabajo de investigación que fue derivados de la muestra en estudio, presentando los resultados en gráficas de frecuencias, y su respectivo análisis descriptivo.

La hipótesis se comprobó según el comportamiento de los datos bajo el escenario de normalidad que resultó que los datos recogidos no presentaron distribución normal, utilizando la prueba de Wilcoxon para la contrastación, con lo que se brindó las conclusiones según los objetivos.

3.7. Aspectos éticos

El presente trabajo de investigación se sustentó en aquellos criterios como la confiabilidad de datos personales y el respeto a la privacidad. Los principios de ética estuvieron basados en la beneficencia que siempre busca el bienestar y ayuda de las personas siempre por encima de cualquier interés en particular, no malificencia cuyo objetivo es preservar la integridad de la muestra sin ocasionarle cualquier tipo de daño, en la autonomía cuya capacidad nos hace libre de tomar la decisión que consideremos más asertada sin imposición de nadie, la justicia aquel condensado de valores que son esenciales para el beneficio de una sociedad productiva y justa (Belmont, 1979). Para la ejecución de esta investigación se solicitó la autorización de los representantes legales los cuales dieron su visto bueno y aprobación para la ejecución del mismo (**Ver Anexo 7**).

IV. RESULTADOS

Objetivo específico 1: Evaluar la mediación de conflictos que poseen los estudiantes de Noveno de una Institución Educativa, Samborondón 2023.

Luego de la aplicación del test de mediación en la etapa previa a la aplicación de la estrategia, tenemos los siguientes resultados:

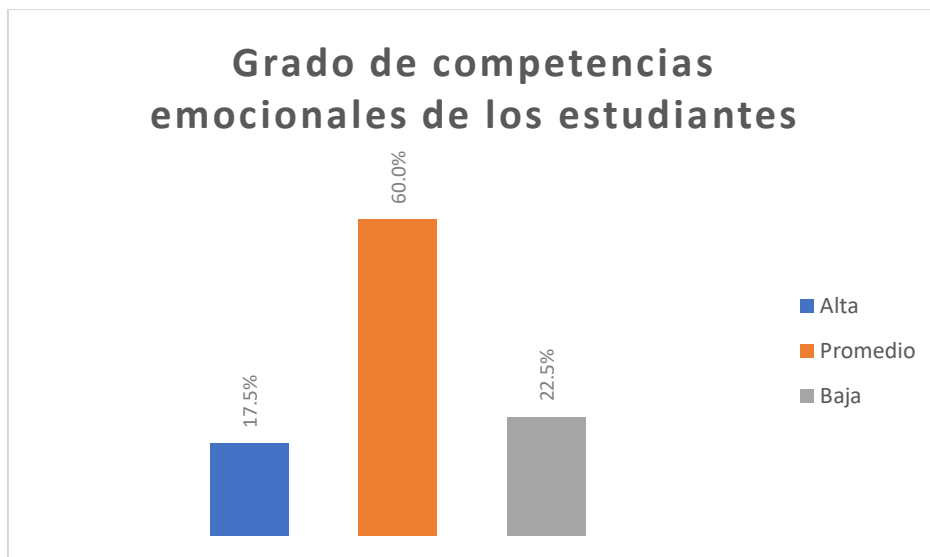
Tabla 1

Grado de Competencias Emocionales de los Estudiantes – Pretest

Criterios	F	%
Alta	7	17,5
Promedio	24	60,0
Baja	9	22,5
Total	40	100,00

Figura 1

Grado de Competencias Emocionales de los Estudiantes – Pretest



Nota:

Con relación a los resultados de la Figura 1, observamos el grado de competencias emocionales de los estudiantes mediante la aplicación del pre test.

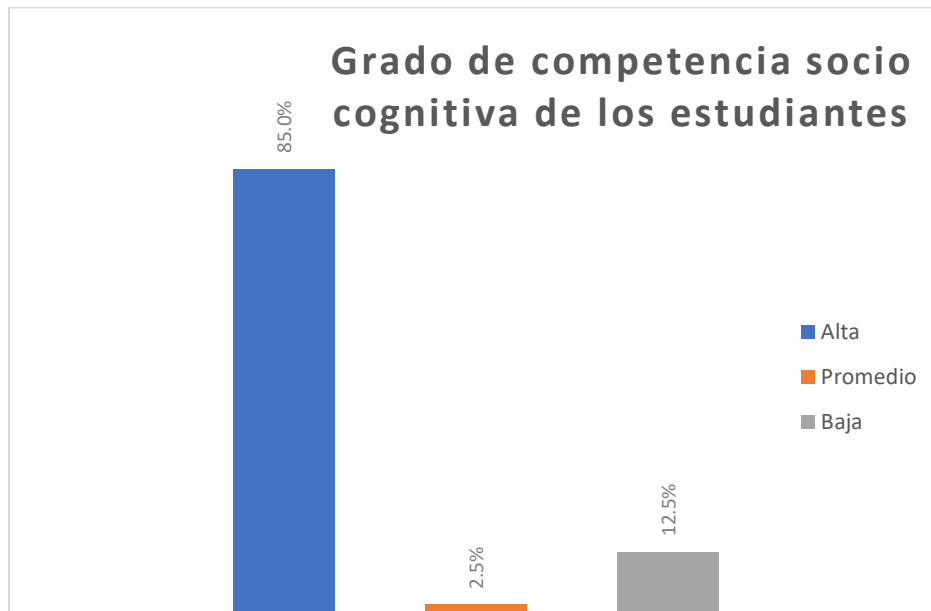
Tabla 2

Grado de Competencia Sociocognitiva de los Estudiantes - Pretest.

Criterios	f	%
Alta	34	85,0
Promedio	1	2,5
Baja	5	12,5
Total	40	100,00

Figura 2

Grado de Competencia Sociocognitiva de los Estudiantes- Pretest.



Nota:

En la Figura 2, observamos el grado de competencias de los estudiantes en el área socio cognitiva el cual resultó alto.

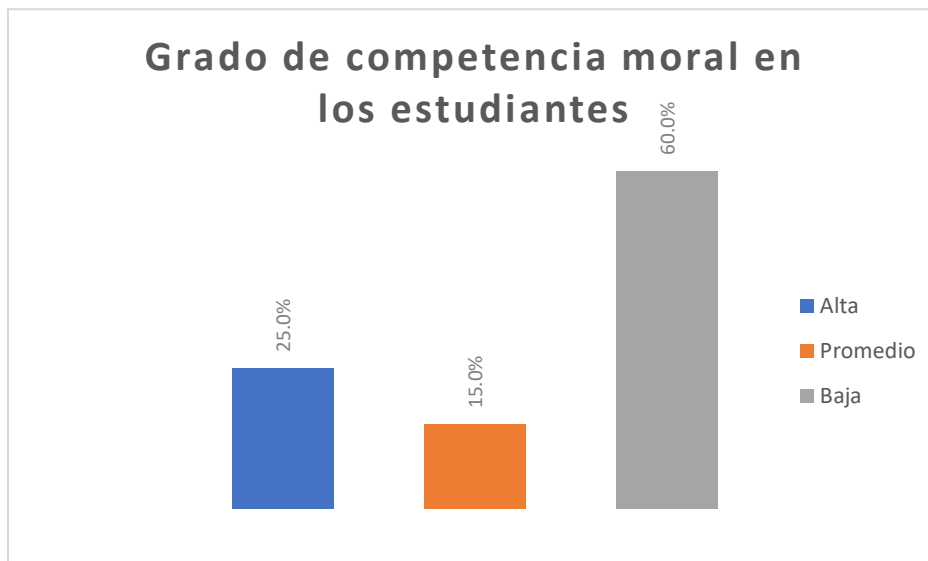
Tabla 3

Grado de Competencia Moral de los Estudiantes – Pretest.

Crterios	f	%
Alta	10	25,0
Promedio	6	15,0
Baja	24	60,0
Total	40	100,00

Figura 3

Grado de Competencia Moral de los Estudiantes - Pretest.



Nota:

Con relación a los resultados se observa en la figura el grado de competencias existente en los estudiantes en cuanto al área moral, el cual es significativamente bajo.

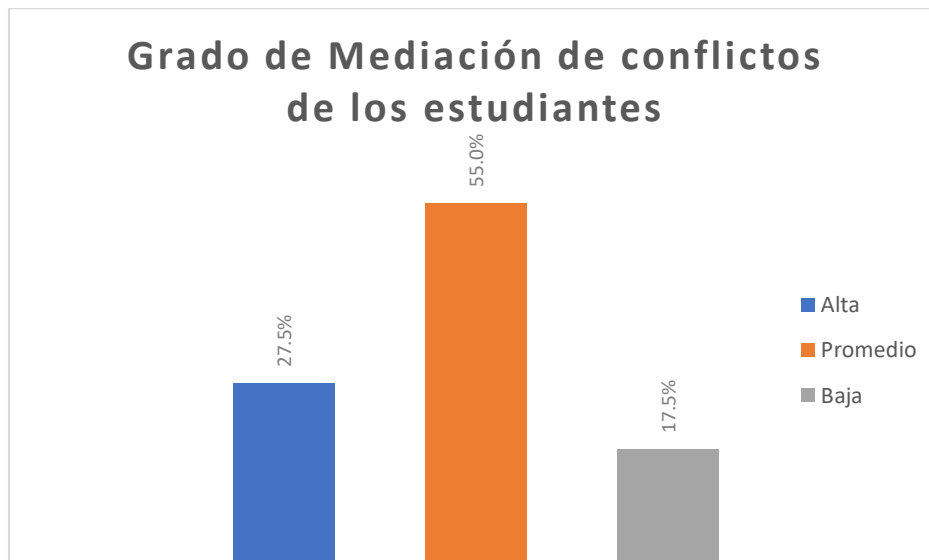
Tabla 4

Grado de Mediación de Conflictos de los Estudiantes – Pre test.

Criterios	f	%
Alta	11	27,5
Promedio	22	55,0
Baja	7	17,5
Total	40	100,00

Figura 4

Grado de Mediación de Conflictos de los Estudiantes – Pre test.



Nota:

En la figura se observa en la evaluación previa a la aplicación de la estrategia, el grado de Mediación que poseen los estudiantes.

Objetivo específico 2: Diseñar estrategias para autorregular las emociones para la mediación de conflictos en los estudiantes de Noveno de una Institución Educativa, Samborondón 2023, el diseño de las estrategias mediante un programa de autorregulación de emociones para la mediación de conflictos, se encuentra en la parte de anexos.

Objetivo específico 3: Aplicar estrategias para adquirir competencias y autogenerar emociones positivas en los estudiantes de Noveno de una Institución Educativa, Samborondón 2023.

Durante la ejecución del programa se mostró siempre la predisposición de los estudiantes al participar de cada una de las actividades programadas en el cronograma estas se desarrollaron durante 10 días hábiles en un período de dos sesiones diarias con una duración de 30 a 40 minutos aproximadamente por sesión.

Se culminó la aplicación de las estrategias con total normalidad y con el apoyo de todas las personas involucradas en el proceso.

Objetivo específico 4: Evaluar la mediación de conflictos que poseen los estudiantes de Noveno de una Institución Educativa, Samborondón 2023 a través de la autorregulación de emociones luego de la aplicación de estrategias para adquirir competencias y autogenerar emociones positivas en los estudiantes.

Se encontraron los siguientes resultados de acuerdo a las competencias en el escenario pre test y pos test.

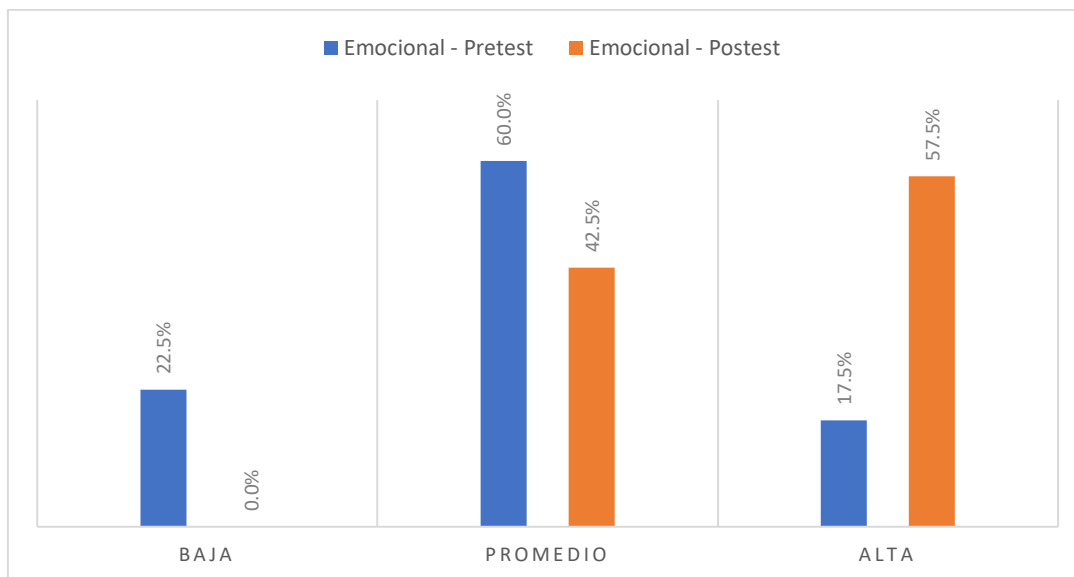
Tabla 5

Competencia Emocional según Estudiantes – Pre test y Pos test.

Criterios	Pre test		Pos test	
	f	%	f	%
Baja	9	22,5	0	0,0
Promedio	24	60,0	17	42,5
Alta	7	17,5	23	57,5
Total	40	100,00	40	100,00

Figura 5

Competencia Emocional según Estudiantes – Pre test y Pos test.



Nota:

Luego de la aplicación de la estrategia no hay estudiantes en nivel bajo respecto a la competencia emocional, y el nivel alto presenta un gran incremento.

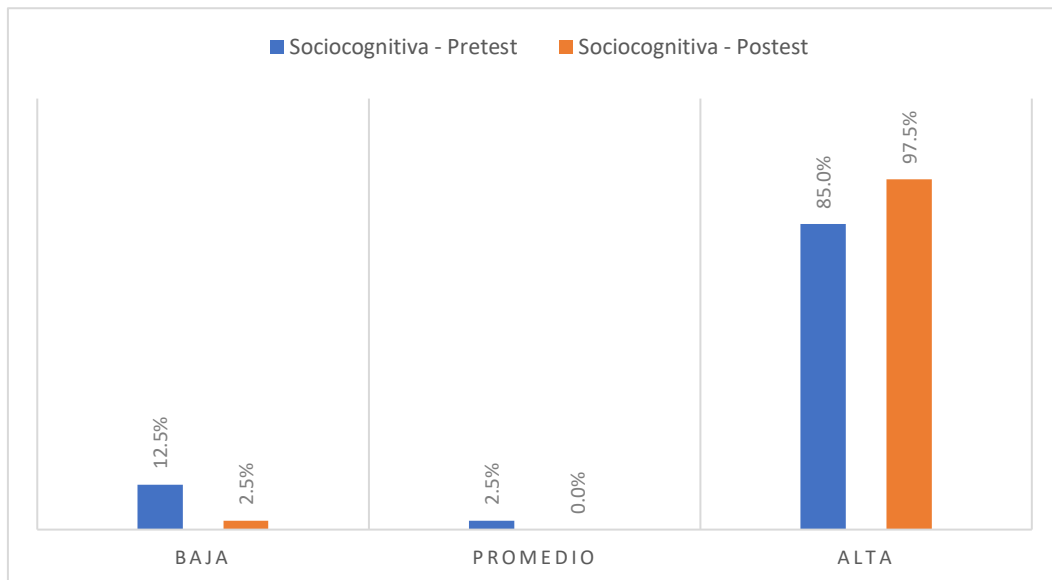
Tabla 6

Competencias Sociocognitiva según Estudiantes – Pretest y Postest.

Criterios	Pre test		Pos test	
	f	%	f	%
Baja	5	12,5	1	2,5
Promedio	1	2,5	0	0,0
Alta	34	85,0	39	97,5
Total	40	100,00	40	100,00

Figura 6

Competencias Sociocognitiva según Estudiantes – Pretest y Postest.



Nota:

En la figura comparativa del pre y post test en la dimensión Competencia Sociocognitiva se aprecia que luego de la aplicación de la estrategia se muestra una mejora de los estudiantes.

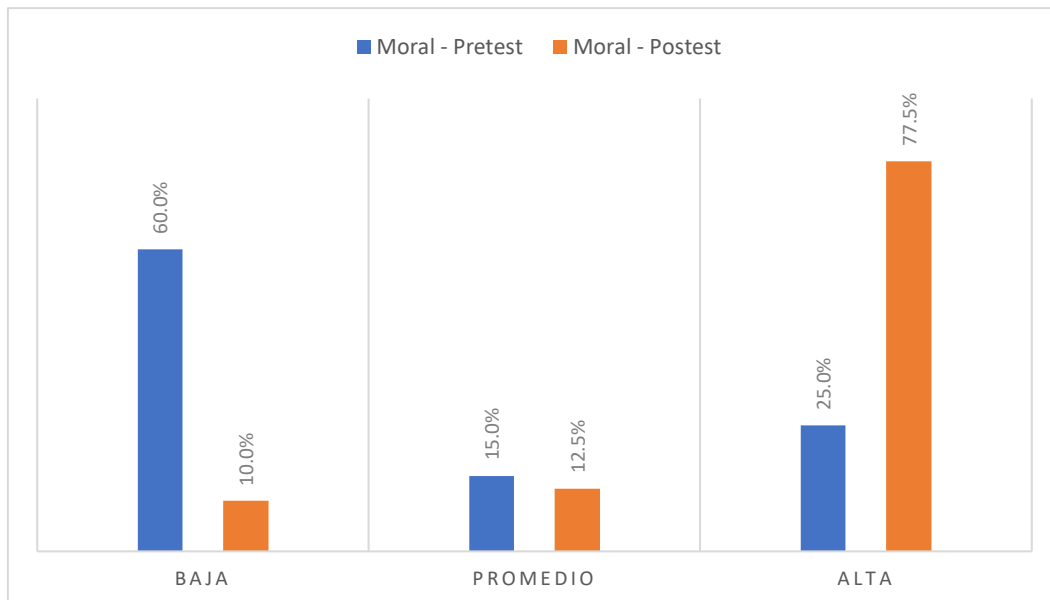
Tabla 7

Competencia Moral según Estudiantes – Pretest y Postest.

Criterios	Pre test		Pos test	
	f	%	f	%
Baja	24	60,0	4	10,0
Promedio	6	15,0	5	12,5
Alta	10	25,0	31	77,5
Total	40	100,00	40	100,00

Figura 7

Competencia Moral según Estudiantes – Pretest y Postest.



Nota:

En lo que respecta a la Competencia Moral se aprecia que luego de la aplicación de la estrategia el nivel bajo mejora y el nivel alto presenta un gran incremento en beneficio de los estudiantes.

Comparando los resultados de la Mediación de Conflictos antes y después de la aplicación de las estrategias para adquirir competencias y autogenerar emociones positivas en los estudiantes, tenemos los siguientes resultados:

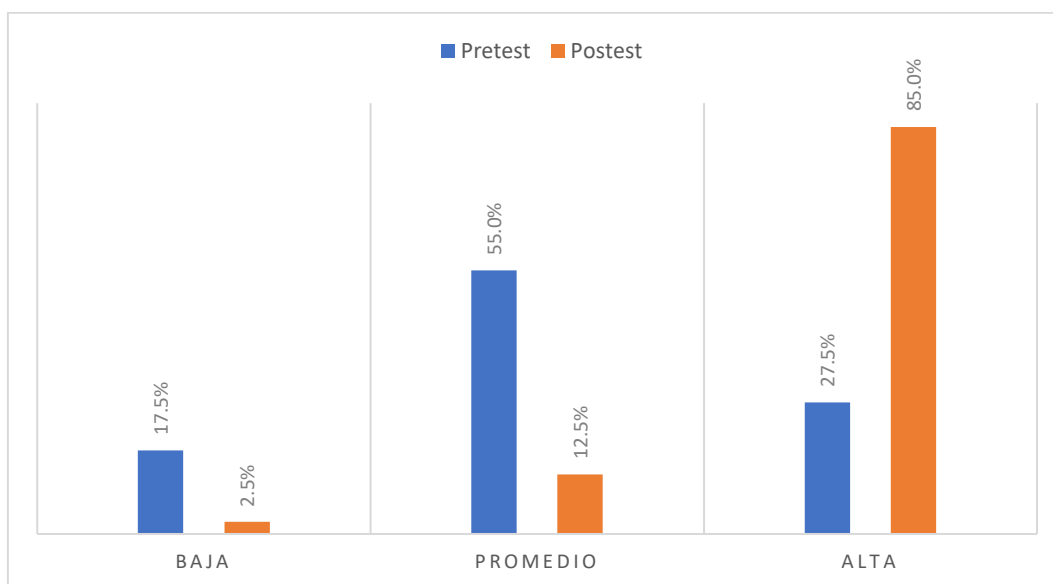
Tabla 8

Mediación de Conflictos según Estudiantes – Pretest y Postest.

Criterios	Pre test		Pos test	
	f	%	f	%
Baja	7	17,5	1	2,5
Promedio	22	55,0	5	12,5
Alta	11	27,5	34	85,0
Total	40	100,00	40	100,00

Figura 8

Mediación de Conflictos según Estudiantes – Pretest y Postest.



Nota:

Se aprecia que luego de la aplicación de la estrategia de autorregulación de emociones para la Mediación de Conflictos se ha obtenido los resultados esperados.

Contrastación de hipótesis

Hipótesis de investigación: La aplicación del programa de autorregulación de emociones tiene un efecto favorable en la mediación de conflictos en estudiantes de noveno de una Institución Educativa, Samborondón 2023.

Primeramente se evalúa la normalidad de los datos:

Tabla 9

Pruebas de normalidad

Competencia-Momento	Shapiro-Wilk			Decisión
	Estadístico	gl	Sig.	
Emocional - Pretest	0.964	40	0.233	Con Dist. Normal
Sociocognitiva - Pretest	0.795	40	0.000	Sin Dist. Normal
Moral - Pretest	0.871	40	0.000	Sin Dist. Normal
Mediación Pretest	0.939	40	0.033	Sin Dist. Normal
Emocional - Postest	0.932	40	0.019	Sin Dist. Normal
Sociocognitiva - Postest	0.858	40	0.000	Sin Dist. Normal
Moral - Postest	0.909	40	0.004	Sin Dist. Normal
Mediación Postest	0.906	40	0.003	Sin Dist. Normal

Dado que solo uno de los puntajes presenta distribución normal, se trabajó con la estadística no paramétrica, recurriendo a la prueba de rangos con signos de Wilcoxon para evaluar el efecto del programa.

Tabla 10

Estadísticos de prueba^a de signo de Wilcoxon

	Competencia Emocional: Pretest - Postest	Competencia Sociocognitiva: Pretest - Postest	Competencia Moral: Pretest - Postest	Mediación de conflictos: Pretest - Postest
Z	-4,250 ^b	-3,890 ^b	-4,635 ^b	-4,914 ^b
Sig. asin. (bilateral)	0.000	0.000	0.000	0.000

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos negativos.

Luego de aplicar la prueba de Wilcoxon y comparar los resultados del pre y post test, a un nivel de significancia del 5% se determinó que:

Respecto a la comparación de los resultados antes y después en la **Competencia Emocional** hay diferencia significativa ($z=-4,250$; $p=0.00$) respecto a los resultados de la aplicación de las estrategias, concluyendo que si se ha obtenido los resultados esperados en la estrategia.

En cuanto a la comparación de los resultados antes y después en la **Competencia Sociocognitiva** hay una diferencia significativa ($z=-3,890$; $p=0.00$) respecto a los resultados de la aplicación de las estrategias, concluyendo que si se ha obtenido los resultados esperados en la estrategia.

Asimismo, en la comparación de los resultados antes y después de la **Competencia Moral** hay una diferencia significativa ($z=-4,635$; $p=0.00$) respecto a los resultados de la aplicación de las estrategias, concluyendo que si se ha obtenido los resultados esperados en la estrategia.

Por lo tanto, de manera concluyente hay diferencia significativa ($z=-4,914$; $p=0.00$) respecto a los resultados de la aplicación de las estrategias, concluyendo que, si se ha obtenido los resultados esperados de la aplicación del programa de autorregulación de emociones para la mediación de conflictos en los estudiantes de noveno de una Institución Educativa, Samborondón 2023.

V. DISCUSIÓN

El programa de autorregulación de las emociones como estrategia para la mediación de conflictos en estudiantes es muy valioso y relevante en el ámbito educativo. Pues ayuda a los estudiantes a desarrollar habilidades para gestionar sus emociones de manera adecuada y constructiva, lo que a su vez puede favorecer la mediación y resolución pacífica de conflictos entre ellos, por lo que fundamentándose en la teoría de Jhon Dewey, que expresa que para entender las emociones implica adoptar un enfoque de aprendizaje experimental (Mujica et al., 2018); por ende, se plantea la interrogante de investigación ¿De qué manera la autorregulación de emociones sirve como estrategia para la mediación de conflictos en estudiantes de noveno de una Institución Educativa, Samborondón 2023?

De manera que la investigación se llevó a cabo bajo una metodología de enfoque cuantitativo y un diseño pre experimental con un pre y post test, de modo que se encontró similitud con la investigación de Robles (2023) quien uso un diseño cuasi experimental con grupo control y experimental en un enfoque cuantitativo, y García (2021) usó una metodología cuantitativa descriptiva; mientras que, Téllez (2021) y Santamaría (2018) usaron un enfoque cualitativo en sus estudios sobre mediar y resolver conflictos dentro del aula.

En consecuencia, para mediar los conflictos en estudiantes de noveno de una Institución Educativa, Samborondón 2023, se diseñó y aplicó un programa de autorregulación de emociones, basado en la competencia emocional, socio cognitiva y moral. Logrando fomentar un ambiente escolar más armonioso (Cedeño, 2020), mejorando la comunicación, se potencio el desarrollo de habilidades sociales, se redujo la violencia y el acoso escolar, logrando un empoderamiento en los estudiantes y ayudo a aprendizaje emocional. Por otro lado, en el estudio de Robles (2023) se usó como estrategia el taller de títeres para autorregular las emociones en niños de 5 años.

Por lo tanto, para el cumplimiento del **objetivo específico 1**: Evaluar la mediación de conflictos que poseen los estudiantes de Noveno de una Institución Educativa, Samborondón 2023. Se evaluó a los estudiantes previamente a la aplicación del programa, encontrando que la Mediación de Conflictos tiene un 17.5% de estudiantes en un nivel bajo, 55% en un nivel promedio, y solamente un 27.5% en

un nivel alto, lo que muestra que la mayoría de los estudiantes se encuentran en un nivel promedio de habilidades de mediación de conflictos, mientras que un porcentaje significativo se ubica en el nivel bajo y un porcentaje menor en el nivel alto. Resultados similares se encontraron en la investigación de Robles (2023) quien encontró que el 3.7% de niños se encuentran en un nivel de inicio en el desarrollo de la autorregulación emocional, el 29.6% en proceso y el 66.7% en nivel logrado.

Esto se ve reflejado en el análisis de cada competencia, pues la competencia emocional se encontró que el 22.5% de estudiantes se encuentran en un nivel bajo, 60% en nivel promedio, y solamente 17.5% en nivel alto. Por lo que, el hecho de que el nivel promedio de competencia emocional sea mayor que el nivel bajo es alentador, ya que muestra que la mayoría de los estudiantes tienen cierto grado de comprensión y manejo de sus emociones. Sin embargo, el porcentaje de estudiantes con competencia emocional baja aún es relevante y merece atención. Encontrando similitudes con la investigación de Téllez (2021) que a pesar de ser un estudio cualitativo evidenció que al manejar la inteligencia emocional como estrategia los estudiantes mejoraron considerablemente a prevenir y resolver conflictos en el aula. Asimismo, en el estudio de Merchán et al. (2019) aplicaron el test de inteligencia emocional (IE) encontrando que el 62% tiene una IE media, el 18% presentan problemas de autorregulación y control emocional y el 19% presenta una IE alta que les permite manejar mejor sus emociones.

Por otro lado, en la competencia sociocognitiva se encontró que el 12.5% de estudiantes se encuentran en nivel bajo, el 2.5% en nivel promedio; mientras que el 85% un nivel alto, lo que indica que en su mayoría poseen habilidades desarrolladas para comprender las situaciones sociales, interpretar las conductas de los demás y tomar decisiones acertadas en el contexto de las relaciones interpersonales; sin embargo, es importante seguir promoviendo su desarrollo. La mejora continua en esta área puede ayudar a los estudiantes a ser más hábiles en la mediación de conflictos y a mantener relaciones interpersonales saludable. Estos hallazgos se relacionan con los expuestos por Fernández et al. (2018) quienes encontraron un 76.92% de índices muy alto de intensidad de acoso, 78.46% de incidencia de robo y 53.84% falta de comunicación, por lo que exponen que la implementación de estrategias como cátedra de paz, la investigación como estrategia pedagógica y las TIC permitirán a

reducir estos factores que provocan la violencia escolar, y saber manejar la prevención de conflictos.

Mientras que la competencia moral, reflejo que el 60% de estudiantes se encuentran en un nivel bajo, 15% nivel promedio, y solamente el 25% un nivel alto. Sugiriendo que hay la necesidad de enfocarse en mejorar la competencia moral de los estudiantes proporcionando intervenciones y actividades específicas para fortalecer la toma de decisiones éticas y el juicio moral de los estudiantes.

Resultados que fueron punto de partida útil para implementar el programa de autorregulación emocional y mediación de conflictos en los estudiantes.

En cuanto al **objetivo específico 2**: Diseñar estrategias para autorregular las emociones para la mediación de conflictos en los estudiantes de Noveno de una Institución Educativa, Samborondón 2023. El diseño de las estrategias de autorregulación de emociones para la mediación de conflictos, se encuentra en la parte de anexos. Entendiéndose que la autorregulación emocional es una estrategia valiosa dentro de estos programas, ya que proporciona a los estudiantes la capacidad de enfrentar los desafíos y dificultades de manera positiva y constructiva.

El programa estuvo estructurado con actividades de lectura, actividades grupales e individuales, actividades de interiorización, relajación mental, reconocimiento y manejo emocional, entre otras.

Referente al **objetivo específico 3**: Aplicar estrategias para adquirir competencias y autogenerar emociones positivas en los estudiantes de Noveno de una Institución Educativa, Samborondón 2023. El aplicar el programa de autorregulación emocional ayudó en la capacidad de reconocer, comprender y manejar adecuadamente sus emociones propias y de los demás. Al enseñar a los estudiantes a autorregularse emocionalmente, se les propició una herramienta poderosa para abordar los conflictos de manera más calmada y reflexiva, evitando reacciones impulsivas y agresivas, logrando un aprendizaje de mediadores de conflictos (Díaz, 2019).

Finalmente, el desarrollo del **objetivo específico 4**: Evaluar la mediación de conflictos que poseen los estudiantes de Noveno de una Institución Educativa, Samborondón 2023 a través de la autorregulación de emociones. Para lo cual se llevó a cabo la evaluación después de la aplicación del programa al medir su efectividad y

progreso de los estudiantes en sus habilidades de mediación de conflictos, encontrándose que:

La mediación de conflictos mejoró pues el nivel bajo disminuyó de 10.5% a 2.5%, el nivel promedio disminuyó de 72.5% a 12.5% y el nivel alto presenta un gran incremento de 17.5% a 85%, indicando que en su mayoría han adquirido habilidades avanzadas en el manejo de conflictos y probablemente se sientan más confiados y capacitados para resolver disputas de manera efectiva.

Estos resultados refuerzan la importancia de implementar programas de autorregulación emocional y mediación de conflictos en el ámbito educativo. Los beneficios de mejorar las habilidades de mediación no solo se reflejan en un ambiente escolar más armonioso, sino también en el desarrollo integral de los estudiantes y en su capacidad para enfrentar los desafíos de la vida de manera positiva y constructiva. Ocurriendo similares resultados en el estudio de Robles (2023) quien halló que ningún niño se encuentra en un nivel inicio en el desarrollo de la autorregulación emocional, el 18.5% está en proceso y el 81.6% en nivel logrado, luego que aplicara su estrategia de títeres. Mientras que Bernal et al. (2018) quienes con su propuesta "A convivir se Aprende", lograron mejorar en un 40.7% los niveles de agresividad después de la ejecución de su estrategia pedagógica del diálogo y trabajo cooperativo.

Asimismo, en cuanto a la competencia emocional se encontraron mejoras relevantes, pues los estudiantes con nivel bajo que eran el 22.5% ahora ninguno se encuentra en ese rango y los del nivel promedio disminuyeron de 60% a 42.5%, mientras que el nivel alto mejoró mucho de 17.5% a 57.5%, lo que muestra que el programa ha sido exitoso en mejorar la competencia emocional de los estudiantes. Han aprendido a reconocer y manejar sus emociones de manera más efectiva, lo que puede tener un impacto positivo en la forma en que afrontan los conflictos y en su bienestar emocional en general.

Por otro lado, la competencia sociocognitiva, también mejoró después de la aplicación de la estrategia ya que el 12.5% de estudiantes que se encontraban en un nivel bajo disminuyeron a 2.5%, además que del 2.5% que tenían un nivel promedio ahora ya no hay ninguno; sin embargo, en esta competencia el nivel alto fue de 85% mejorando a un 97.5%; indicando que en general se han desarrollado habilidades para comprender mejor las situaciones sociales y para tomar decisiones acertadas en

sus relaciones con los demás, lo que es fundamental para una mediación de conflictos exitosa y en la toma de decisiones en el contexto de sus relaciones interpersonales. Estos logros son fundamentales para promover un ambiente escolar armonioso y un desarrollo integral positivo en los estudiantes. En este sentido, el estudio de Santamaria (2018) sobre una propuesta pedagógica sobre dar formación en habilidades ciudadanas generando espacios de reflexión ayudó a mediar conflicto en el ambiente educativo.

En cuanto a la competencia moral se apreció una gran mejora con la aplicación de la estrategia, pues hubo una disminución importante en el nivel bajo, pues del 60% paso al 10%, mientras que el nivel promedio paso del 15% al 12.5% y el nivel alto mejoro mucho aumentando de un 25% a un 77.5%; resaltando la importancia de haber trabajado en el desarrollo ético y moral de los estudiantes; ya que, integrar la educación en valores, la reflexión ética y el modelado de comportamientos éticos ayudó a mejorar la competencia moral de los estudiantes y, en última instancia, su capacidad para mediar conflictos de manera ética y justa. A esto se suma la investigación de Carreño et al. (2020) quienes utilizaron la música, la pintura y manualidades como estrategia de mediación de conflictos, lo cual promovió valores éticos y morales que robustecieron el respeto a sus compañeros.

Por consiguiente, se contrasto los resultados estadísticamente, dando como resultados que el programa de autorregulación de emociones es significativo pues se demostró que las estrategias han sido eficaces en mejorar la mediación de conflictos entre los estudiantes de la institución educativa. Los estudiantes han desarrollado habilidades para reconocer y manejar sus emociones, lo que les permite abordar los conflictos de manera más constructiva y pacífica. Asimismo, el estudio de Robles (2023) que trabajo con una estrategia de un taller de títeres, logro mejorar de manera significativa la autorregulación de las emociones.

Ante lo descrito, se puede decir que, con el tiempo y la práctica continua, es probable que el porcentaje de estudiantes en niveles bajos siga disminuyendo, mientras que el porcentaje en niveles promedio y altos aumente, creando un ambiente escolar más armonioso y propicio para el aprendizaje y el desarrollo integral de los estudiantes.

En síntesis, los resultados descritos en esta investigación indican que el programa ha tenido un impacto positivo y exitoso como estrategia de mediación de conflictos. Pues los resultados son muy alentadores, ya que muestra que el programa ha alcanzado su objetivo principal de mejorar y fortalecer las habilidades de mediación de los estudiantes, especialmente para aquellos que se encuentran en el nivel bajo y fomentar aún más el desarrollo de estas habilidades en aquellos que ya se encuentran en el nivel promedio o alto.

VI. CONCLUSIONES

1. Por medio de la aplicación de la estrategia de autorregulación de emociones en las que se desarrollaron actividades para fortalecer las competencias emocionales, socio-cognitivas y morales se logró a través de la aplicación del programa una mejor mediación de los conflictos en los estudiantes.
2. La mediación de conflictos previo a la aplicación del programa se encontró que los estudiantes estaban mayormente en un nivel promedio de saber actuar ante alguna dificultad o conflicto. Sin embargo, la competencia con nivel más bajo fue la de moral, mientras que la competencia emocional estaba en su mayoría en un nivel promedio, a diferencia que la competencia socio cognitiva que se encontró en un nivel alto.
3. Considerando los resultados del pre test con un bajo porcentaje en competencias socio emocional y moral en los estudiantes se diseñó el programa de autorregulación desarrollaron actividades dirigidas a fortalecer la mediación de conflictos.
4. La implementación del programa de autorregulación de emociones tuvo éxito ya que los estudiantes tuvieron una participación activa en las sesiones aplicadas las cuales se llevaron a cabo sin ninguna dificultad.
5. Los resultados luego de la aplicación del programa, mostraron gran mejora, pues la mediación de conflictos en el nivel bajo solo se reportó en 2.5% disminuyendo considerablemente, el nivel promedio en un 12.5% descendiendo en un 42.5%, mientras que el nivel alto mejoró de una manera significativa al haber estado en un 17.5% y alcanzado un 85%. En síntesis, los resultados demuestran que el programa ha tenido un impacto positivo y significativo en el ambiente escolar y en el bienestar integral de los estudiantes. Se observaron mejoras significativas en las tres competencias evaluadas: competencia emocional, competencia socio cognitiva y competencia moral.

VII. RECOMENDACIONES

-Se sugiere a las autoridades de la Institución Educativa de Samborondón, identificar a los estudiantes que aún enfrentan dificultades en las competencias evaluadas y proporcionarles apoyo adicional personalizado puede ayudarles a mejorar sus habilidades y alcanzar el nivel promedio o alto

-Se sugiere a las autoridades de la Institución Educativa de Samborondón, organizar talleres y sesiones informativas para que los padres pueden ayudar a comprendan la importancia de la mediación de conflictos y la autorregulación emocional, y cómo pueden apoyar el desarrollo de estas habilidades en casa.

-Se sugiere a las autoridades de la Institución Educativa de Samborondón, promover la comunicación abierta y el diálogo entre los estudiantes, educadores y padres puede ayudar a resolver conflictos y prevenir malentendidos. Alentando un ambiente de escucha y comprensión mutua, se fortalecen las habilidades de mediación y se promueve la empatía.

-Se sugiere a las autoridades de la Institución Educativa de Samborondón, revisar y actualizar regularmente el contenido y las actividades para mantener la relevancia y la eficacia del programa que esté alineado con las necesidades cambiantes de los estudiantes y el entorno escolar.

-Se sugiere a las autoridades de la Institución Educativa de Samborondón, monitorear el progreso de los estudiantes en sus habilidades de mediación de conflictos y competencias emocionales, socio cognitivas y morales. La evaluación continua permitirá identificar áreas de mejora y asegurar que los resultados obtenidos se mantengan a largo plazo.

REFERENCIAS

- Álvarez. (2018). Conflicto como motor de cambio y su impacto en la Cultura de Paz. *Eirene Estudios De Paz Y Conflictos*.
- Alzate, F., & Castañeda, J. (2020). Mediación pedagógica: Clave de una educación humanizante y transformadora. Una mirada desde la estética y la comunicación. *Revista electronica Educare*, 411-424.
- Anzelín, I., Marín, A., & Chocontá, J. (2020). Relación entre la emoción y los procesos de enseñanza aprendizaje. *Sophia-Educación*, 16(1).
<https://doi.org/https://doi.org/10.18634/sophiaj.16v.1i.1007>
- Baena, A., & Ruíz, P. (2019). *Metodologías activas en ciencia y educacion* . España: Wuanceulen.
https://www.google.com.ec/books/edition/Metodolog%C3%ADas_Activas_en_Ciencias_de_la/VyqqDwAAQBAJ?hl=es-419&gbpv=1&dq=baena+metodolog%C3%ADa+de+la+investigaci%C3%B3n&printsec=frontcover
- Bazantes, W., Naranjo, A., & Del Salto, E. (2018). La mediación como medio alternativo de solución de conflictos. *Revista Científica Ciencia Y Tecnología*, 18(20), 64 - 78. <https://doi.org/https://doi.org/10.47189/rcct.v18i20.220>
- Belmont. (18 de abril de 1979). *Principios y guías éticos para la protección de los sujetos humanos de investigación*. Retrieved 2021, from Observatori de Bioetica i Dret:
<http://www.bioeticayderecho.ub.edu/archivos/norm/InformeBelmont.pdf>
- Benavidez, V., & Flores, R. (2019). La importancia de las emociones para la neurodidáctica. *Wimblu, Rev. Estud. de Psicología*, 25-53.
<file:///C:/Users/W10x64/Downloads/Dialnet-LaImportanciaDeLasEmocionesParaLaNeurodidactica-6794283.pdf>
- Bernal Ochoa, B. E., Diaz Villadiego, Y. M., & Meza Lara, I. M. (2018). A convivir se aprende: Estrategia pedagógica para mejorar la convivencia escolar. *Revista Científica Virtual de Pedagogía: Hexágono Pedagógico*, 9(1).
<https://doi.org/https://revistas.curn.edu.co/index.php/hexagonopedagogico/article/view/1251>
- Berridi, R., & Martínez, J. (2017). Estrategias de autorregulación en contextos virtuales de aprendizaje. *SciELO Analytics*, 156.

https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-26982017000200089

- Blázquez Álvarez, E. (23 de mayo de 2019). *Manejo de las emociones: reconocimiento y regulación emocional*. Epsiba Psicología: <https://epsibapsicologia.es/manejo-de-las-emociones/>
- Bonilla et al. (2018). *unae.edu.ec/*. <https://unae.edu.ec/wp-content/uploads/2020/03/OtraMiradaDesdeLaPracticaEducativa.pdf>
- Bravo, T., & Valenzuela, S. (2019). *Centro UC Medición - MIDE*. [/www.inee.edu.mx/](http://www.inee.edu.mx/): <https://www.inee.edu.mx/wp-content/uploads/2019/08/P2A355.pdf>
- Cáandar, A. (2019). *Autorregulación emocional*. México: UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA DE DURANGO. <http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/AutorregulacionEmocional.pdf>
- Carreño, M., Leal, R., & Miranda, C. A. (2020). Aplicación de una estrategia pedagógico-didáctica basada en las artes para la mediación de los conflictos escolares en los estudiantes del colegio Gimnasio Superior Empresarial Bilingüe de Bucaramanga/Santander. *[Titulo de especialización: Universidad Nacional Abierta y a Distancia - UNAD]*. Bucaramanga, Colombia.
- Castro, F. (2018). Conflicto como motor de cambio y su impacto en la cultura de paz. *Eirene, Estudios para la paz y conflicto*(01), 61-78. <file:///C:/Users/W10x64/Downloads/Dialnet-ConflictoComoMotorDeCambioYSuImpactoEnLaCulturaDeP-7989881.pdf>
- Cedeño, W. (2020). La violencia escolar a través de un recorrido teórico por los diversos programas para su prevención a nivel mundial y latinoamericano. *Revista Universidad y Sociedad*. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202020000500470
- Cortés, J. (2018). *Técnicas de prevención de riesgos laborales*. Madrid: Tebar S, L. https://www.google.com.ec/books/edition/T%C3%89CNICAS_DE_PREVENCI%C3%93N_DE_RIESGOS_LABO/pjoYI7cYVVUC?hl=es-419&gbpv=1&dq=tecnica+de+la+++encuesta&pg=PA600&printsec=frontcover
- Cruz, F., Lorenzo, Y., & Henández, Á. (2019). La obra de Vygotsky como sustento teórico del proceso de formación del profesional de la educación primaria. *Scielo*. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000500067

- De la Hoz, C. (2020). Mediación escolar un proceso de resolución de conflictos y prevención de bullying en centros educativos. *Familia. Revista de ciencia y orientación familiar*(57), 177-186.
<https://doi.org/https://doi.org/10.36576/summa.107845>
- Delgado, S. (05 de 2017). *repositorio.ucam.edu*.
<https://repositorio.ucam.edu/bitstream/handle/10952/2378/Tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Díaz, I. (2019). *www.oas.org*.
http://www.oas.org/es/sla/ddi/docs/publicaciones_digital_XXVI_curso_derecho_internacional_1999_Luis_Miguel_Diaz.pdf
- Equipo de Expertos en Educación. (26 de abril de 2022). *¿Por qué se producen los conflictos en el aula?* Universidad VIU:
<https://www.universidadviu.com/es/actualidad/nuestros-expertos/por-que-se-producen-los-conflictos-en-el-aula>
- Equipo Editorial Sanarai. (26 de junio de 2023). *¿Qué es la autorregulación emocional y cómo potenciarla?* Sanarai: <https://www.sanarai.com/blog/que-es-la-autorregulacion-emocional-y-como-potenciarla>
- Esquivel, C., & García, M. (2018). La Educación para la Paz y los Derechos Humanos en la creación de valores para la solución de conflictos escolares. *Scielo*. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-74412018000100256
- Fernández, I., Ibañez, E., Ballestas, S., & Beltrán, C. (2018). Estrategias pedagógicas para mejorar la convivencia escolar mediante las TIC. *Cultura, Educación y Sociedad*, 9(3), 343-350. <https://doi.org/DOI:>
<http://dx.doi.org/10.17981/cultedusoc.9.3.2018.39>
- García, P. (2020). *dadun.unav.edu*.
https://dadun.unav.edu/bitstream/10171/60691/1/Tesis_GarciaTamariz20.pdf
- García, R. (2018). */repositorio.uam.es*.
https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/687347/garcia_peinado_rocio.pdf?sequence=1
- Guajardo, C., Gárate, F., Moranga, M., Ocaña, C., & Sandoval, B. (2021). Ambiente y estrategias de autorregulación emocional aplicadas por educadoras de párvulos a niños y niñas de 5 a 6 años. *Ciencia Latina Revista*

- Multidisciplinar*, 5(1), 1236.
https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i1.324
- Irarte, C., Ibarrola, S., & Aznaréz, M. (2020). Propuesta de un instrumento de evaluación de la mediación escolar (CEM). *Revista Española de pedagogía*, 309-326. https://revistadepedagogia.org/wp-content/uploads/2020/05/REP-276_ESP_Irarte.pdf
- Jácome, A. (2021). *repositorio.utmachala.edu.ec*.
<http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/18703/1/22.%20TESIS%20EDUCACIO%C3%ACN%20EMOCIONAL-signed.pdf>
- Jiménez, M. (2021). *addi.ehu.es*.
https://addi.ehu.es/bitstream/handle/10810/54267/TESIS_JIMENEZ_ROSARIO_MERCEDES%20NANCY.pdf?sequence=1
- Jódar, R. (2019). *Relación entre Estilos Educativos Parentales, Inteligencia Emocional y Calidad de Vida relacionada Inteligencia Emocional y Calidad de Vida relacionada con la salud*.
<file:///C:/Users/W10x64/Downloads/Rosal%C3%ADa%20J%C3%B3dar%20Mart%C3%ADnez%20Tesis%20Doctoral.pdf>
- Martínez, D. (2019). *Revista Educare. Revista Educare*.
<https://revistas.investigacion-upelipb.com/index.php/educare/article/view/1276/1280>
- Méndez, M. (2018). *La influencia familiar en la construcción de la identidad*.
<https://eprints.ucm.es/id/eprint/49421/1/T40303.pdf>
- Merchán Gavilánez, M. L. (2019). La mediación de conflictos escolares. Incidencia en el desarrollo de la inteligencia emocional. *SciELO Analytics*, 15 (69), 399-404. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1990-86442019000400399&script=sci_arttext&tlng=pt
- Merchán, M., Cadena, R., & Napa, C. (2019). La mediación de conflictos escolares. Incidencia en el desarrollo de la inteligencia emocional. *Scielo*.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000400399
- Miranzo de Mateo, S. (2017). Mediación escolar y desarrollo de competencias emocionales, sociocognitivas y morales. *[Tesis doctoral: Universidad de Alcalá]*. Madrid, España.

- <https://ebuah.uah.es/dspace/bitstream/handle/10017/41230/Tesis%20Santiago%20Miranzo%20de%20Mateo.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Mujica, F., Inostroza, C., & Orellana, N. (2018). Educar las Emociones con un Sentido Pedagógico: Un Aporte a la Justicia Social. *Revista Internacional de Educación para la Justicia Social*, 7(2), 113-127.
<https://doi.org/https://doi.org/10.15366/riejs2018.7.2.007>
- Ramos, C. (2021). Diseño de investigación experimental. *CienciaAmerica: Revista de divulgación científica de la Universidad Tecnológica Indoamericana*, 1-7.
file:///C:/Users/W10x64/Downloads/Dialnet-Editorial-7890336.pdf
- Robles, I. (2023). *Repositorio de la Universidad César Vallejo*. [Taller de títeres para promover la autorregulación emocional en niños de 5 años de una institución educativa en Huaral-2022] Universidad César Vallejo:
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/108232>
- Rodríguez, Y. (2020). *Metodología de la investigación*. México: Klik soluciones educativas.
https://www.google.com.ec/books/edition/Metodolog%C3%ADa_de_la_investigaci%C3%B3n/x9s6EAAAQBAJ?hl=es-419&gbpv=1&dq=investigacion+aplicada&printsec=frontcover
- Ruiz, G. (2013). La teoría de la experiencia de John Dewey: significación histórica y vigencia en el debate teórico contemporáneo. *Foro de Educación*, 11(15), 103-124. <https://doi.org/doi: http://dx.doi.org/10.14516/fde.2013.011.015.005>
- Sánchez, I., & Parra, A. (2020). Programa "REMA" y educación emocional: implementación educativa mediante el aprendizaje autorregulado. *Ifad Revista psicológica*, 273-292.
<https://www.redalyc.org/journal/3498/349863388028/html/>
- Santamaría, L. (2018). *Propuesta pedagógica para la resolución de conflictos en el aula de clase de una institución educativa del municipio de Piedecuesta Santander*. Universidad Autónoma de Bucaramanga:
https://repository.unab.edu.co/bitstream/handle/20.500.12749/2647/2018_Tesis_Lina_Esperanza_Santamaria.pdf?
- Téllez, M. (2021). *El desarrollo de la inteligencia emocional como estrategia pEl desarrollo de la inteligencia emocional como estrategia para manejar los conflictos (Doctoral dissertation, Corporación Universitaria Minuto de Dios)*.

Repositorio institucional UNIMINUTO:

<https://repository.uniminuto.edu/handle/10656/12757>

Torres, M. (2019). */repositorio.ucv.edu.pe*.

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37623/torres_pm.pdf?sequence=1&isAllowed=y

UNICEF. (07 de octubre de 2020). La salud mental es determinante para que niños, niñas, adolescentes, familias y comunidades puedan salir adelante. *Unicef para cada infancia*. <https://www.unicef.org/ecuador/comunicados-prensa/la-salud-mental-es-determinante-para-que-ni%C3%B1os-ni%C3%B1as-adolescentes-familias-y>

UNICEF. (2020). *UReport Tu voz importa*. El impacto del COVID-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes: <https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-de-adolescentes-y-j%C3%B3venes>

Universidad Espíritu Santo. (18 de 06 de 2019). *uees.edu.ec*. <https://uees.edu.ec/la-mediacion-y-su-eficacia-en-la-solucion-de-conflictos/>

Vera, V., & Maitta, I. (2022). Autorregulación emocional y retorno a la presencialidad en estudiantes de la unidad educativa particular mixto Manuel Andrade Ureta en el periodo 2022. *Revista Científica Multidisciplinar Ciencia Latina*, 152-169. <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/55661>

ANEXOS
Anexo Matriz de Operacionalización

Variables de estudio	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de medición
Variable 1 Autorregulación emocional	La autorregulación emocional se define como la capacidad de un sujeto para poder identificar, nombrar y actuar de acuerdo con sus propios sentimientos y emociones al igual que el resto que lo rodea (Ascencio, 2021).	Se implementará un programa de autorregulación de emociones el cual constará de 20 sesiones que contribuirán a un correcto manejo emocional lo que permitirá una eficaz mediación de los conflictos entre pares, las cuales contienen temas asociados a las dimensiones de la variable.	Expresión emocional	<ul style="list-style-type: none"> • Expresa emociones • Identifica emociones positivas • Identifica emociones negativas 	Ordinal
			Regulación de emociones y sentimientos	<ul style="list-style-type: none"> • Controla la frustración y el enojo • Reflexiona y medita • Reprime impulsos. • Maneja adecuadamente sus emociones 	
			Habilidades de afrontamiento	<ul style="list-style-type: none"> • Busca soluciones • Reconoce errores • Expresa opiniones • Exhibe serenidad 	
Variable 2 Mediación de conflictos	La mediación es un mecanismo de resolución a los conflictos que se generan en el ambiente escolar de manera tranquila, ésta aparece cuando las partes que intervienen han perdido la comunicación, no pueden por sí solas resolverlo y necesitan de un sujeto neutral para llegar a un acuerdo, debe cumplir un proceso sucesivo que está diseñado con una serie de garantías (Díaz, 2019)	Para medir el comportamiento de la variable se eligió un cuestionario el cual contó con 27 ítems derivados de las dimensiones competencia emocional, competencia socio cognitiva, y competencia moral; así como de sus debidos indicadores	Competencia emocional	<ul style="list-style-type: none"> • Posee asertividad • Tiene autoconciencia moral • Posee autorregulación emocional • Es empático 	Ordinal
			Competencia socio cognitiva	<ul style="list-style-type: none"> • Posee capacidad de comunicación • Tiene habilidad de escucha • Maneja técnicas comunicativas 	
			Competencia moral	<ul style="list-style-type: none"> • Tiene respeto por los demás y reciprocidad • Aplica la imparcialidad y justicia • Maneja la toma de decisiones 	

ANEXO

CUESTIONARIO DE MEDIACIÓN

Lea con atención cada ítem y marque con una (x) en el casillero de la alternativa que desee escoger, donde (1) es igual a Nunca, (2) es igual a A veces, y (3) es igual a Siempre.

N.	ITEM/PREGUNTA	ESCALA		
		1=NUNCA	2=AVECES	3=SIEMPRE
		1	2	3
1	Me mantengo firme ante mis decisiones			
2	Permito que los demás decidan por mí			
3	Reconozco cuando actúo mal y soy capaz de enmendarlo sin problemas			
4	Me siento responsable de una mala acción			
5	Sé controlar mis emociones positivas			
6	Sé controlar mis emociones negativas			
7	Los demás influyen en mi comportamiento			
8	Soy capaz de mantener la calma en una situación de injusticia			
9	Sé reconocer cuando alguien tiene un problema			
10	Siento indiferencia ante los problemas de los demás			
11	Me intereso en los problemas de los demás			
12	Me dirijo sin problemas y sin vergüenza ante los demás			
13	Considero difícil entender a los demás			
14	Me es complicado escuchar con atención			
15	Soy paciente y respeto mi turno cuando debo de hablar			
16	Mantengo mi atención en lo que estoy escuchando, y retengo la información			
17	Considero difícil transmitir un mensaje			
18	Me mantengo predispuesto siempre frente al diálogo			
19	Doy consejos cuando me lo piden			
20	Ayudo a los demás sin esperar nada a cambio			
21	Busco soluciones que beneficien a todos			
22	Soy capaz de darle solución a mis propios conflictos de manera justa			
23	Tomo una decisión pensando en mi beneficio personal			
24	Sé adoptar una postura imparcial cuando me encuentro ante un conflicto ajeno			
25	Tomo mis propias decisiones sin dejar que los demás influyan en ellas			
26	Pienso en las consecuencias que puede tener no actuar bien			
27	Se tomar la alternativa correcta ante una situación de conflicto			

ANEXO



Consentimiento Informado del Apoderado

Título de la investigación: Autorregulación de las emociones como estrategia para mediación de conflictos en estudiantes de Noveno de una institución educativa, Samborondón 2023.

Investigador (a) (es): Franco Matamoros María Fernanda

Propósito del estudio

Estamos invitando a su hijo (a) a participar en la investigación titulada "Autorregulación de las emociones como estrategia para mediación de conflictos en estudiantes de Noveno de una institución educativa, Samborondón 2023.", cuyo objetivo es Mediar los conflictos en estudiantes de noveno de una Institución Educativa, Samborondón 2023, a través de la estrategia autorregulación de emociones.

Esta investigación es desarrollada por una estudiante de posgrado, del programa Académico de maestría en Psicología Educativa, de la Universidad César Vallejo del campus Piura, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la autoridad de la institución educativa "Oswaldo Guayasamín".

Esta investigación posee relevancia social porque permitirá diagnosticar la situación actual de los estudiantes en cuanto a la mediación de conflictos en el aula de clases y a utilizar la autorregulación de emociones como estrategia para lograrlo.

Procedimiento

Si usted acepta que su hijo participe y su hijo decide participar en esta investigación (enumerar los procedimientos del estudio):

Se realizarán un cuestionario donde se recogerá algunas preguntas sobre la investigación: "Autorregulación de las emociones como estrategia para mediación de conflictos en estudiantes de Noveno de una institución educativa, Samborondón 2023."

Este cuestionario tendrá un tiempo aproximado de 30 minutos, el cual se llevarán a cabo en el salón de clase de la institución educativa "Oswaldo Guayasamín". Las respuestas al cuestionario serán anónimas.

Obligatorio hasta menores de 18 años, consentimiento informado cuando es firmado por el padre o madre. Si fuese otro tipo de apoderado sería consentimiento por sustitución.



Participación voluntaria (principio de autonomía):

Su hijo puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a que su hijo haya aceptado participar puede dejar de participar sin ningún problema.

Riesgo (principio de No maleficencia):

La participación de su hijo en la investigación NO existirá riesgo o daño en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad a su hijo tiene la libertad de responderlas o no.

Beneficios (principio de beneficencia):

Mencionar que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

Confidencialidad (principio de justicia):

Los datos recolectados de la investigación deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información recogida en la encuesta o entrevista a su hijo es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

Problemas o preguntas:

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con el Investigador (a) Franco Matamoros María Fernanda email: mariferfrancomata@gmail.com y Docente asesor: Dra. Linares Purisaca, Geovana Elizabeth, email: g.linares@uct.edu.pe

Consentimiento

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo que mi menor hijo participe en la investigación.

Para constancia de firma el acta adjunta a este documento.

Nombre y apellidos: Representantes

Fecha y hora: 03/07/23



N°	REPRESENTANTE LEGALES NOMBRES Y APELLIDOS	N° DE CÉDULA	FIRMA
1	Gardemir Larrea Mora	0921305280	Gardemir Larrea M.
2	Alfonso Alvarado Cutisera	091904679-2	Alfonso Alvarado Cutisera
3	Alyandira Orea Quintana	0928659010	Alyandira O.
4	Secundina Jacome Castañeda	09408182-5	Secundina Jacome
5	Geodeni Orea Gomez	0909423162	Geodeni Orea G.
6	Jonny Calderon	092434266-3	Jonny Calderon
7	Mary Miranda	0940635002	Mary Miranda E.
8	Paola Alvarado Monte	09245672-1	Paola Alvarado Monte
9	Patricia Zuniga Clara	0922105937	Patricia Zuniga C.
10	Donada Emilian Zuniga	0915943104	Donada Emilian Zuniga
11	Wendy Asencio Lindo		Wendy Asencio Lindo
12	Wilean BOLAÑOS SANCHEZ	0925318295	Wilean B. Bolanos
13	Abela Zavala		Abela Zavala S.
14	Delicia Cuevas	091757117-6	Delicia Cuevas
15	Bethsy Macares Torres Torres	0924479595	Bethsy MACARES TORRES
16	Bethsy Torres B	0926176377	Bethsy Torres B.
17	Elvia Espino Torres	0910385020	Elvia Espino Torres
18	Magdalena Padilla	090533939-6	Magdalena Padilla
19	Alfonso Fabila Espinoza M	0922482769	Alfonso Fabila Espinoza M
20	Maximiliano Zuniga	09237886-1	Maximiliano Zuniga
21	Maximiliano Zuniga	0	Maximiliano Zuniga
22	Maria Mercedes Velez ch	0951937423	Maria Velez ch
23	Bada Sanchez	098100866	Bada Sanchez
24	Mircella ch	0940799440	Mircella ch
25	Cecilia Aparango F.	0922932496	Cecilia Aparango F.
26	Elson Chiriquita Yori	0940827918	Elson Chiriquita Yori
27	Carolina Salazar S	092473322-2	Carolina Salazar S
28	Blanca Vera M	091213670-2	Blanca Vera Maldonado
29	Pippa Kulla Yuben M	0920546688	Pippa Kulla Yuben M
30	Luziana Campuzano T	092314124-1	Luziana Campuzano T
31	Marcela Huico Pisco	0926542400	Marcela Huico Pisco
32	YESSIKA Franco	22340138	YESSIKA Franco
33	Edith Villagosa B.	0924125677	Edith Villagosa B.
34	Carlos Santos	0923122410	Carlos Santos
35	Zolange Turado	0921261515	Zolange Turado
36			
37			
38			
39			
40			

ANEXO MATRIZ

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "Cuestionario para medir la Mediación de conflictos en el aula"

La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez

Nombre del juez:	Ana Noemí Vera Calderón
Grado profesional:	Maestría () Doctor (X)
Área de formación académica:	Clínica (X) Social () Educativa () Organizacional ()
Áreas de experiencia profesional:	Educativa: Psicóloga Clínica evalúa el Perfil de Ingreso Docente de la Academia Militar "Olidas Dueñas" Social: Psicóloga Clínica brinda atención psicológica a Adultos mayores del Centro de Atención Gerontológico de Atención Diurna "Mis Años Dorados" Salud: Psicóloga Clínica brinda atención a pacientes del Centro de Radiológico UNIRAY Dr. Mario Rendón.
Institución donde labora:	Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal de Samborondón en Convenio con el Ministerio de Inclusión Económica y Social
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años () Más de 5 años (x)
Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)	Trabajo(s) psicométricos realizados Título del estudio realizado

2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos de la escala: Escala Ordinal Nunca (1), A veces (2), Siempre (3)

Nombre de la Prueba:	Cuestionario para medir la Mediación de Conflictos en el aula
Autora:	Lcda. María Fernanda Franco Matamoros
Procedencia:	Elaboración propia
Administración:	Estudiantes de noveno de básica superior
Tiempo de aplicación:	30 minutos
Ámbito de aplicación:	Unidad Educativa Fiscal "Oswaldo Guayasamín"
Significación:	El instrumento está compuesto por tres dimensiones: Competencia emocional el cual se compone de cuatro indicadores (asertividad 2 ítems, auto conciencia moral 2 ítems, autorregulación emocional 4 ítems, empatía 3 ítems), Competencia socio-cognitiva compuesta por tres indicadores

	(Capacidad de comunicación 2 ítems, Habilidades de escucha 3 ítems, técnicas comunicativas 2 ítems) Competencia moral con 3 indicadores: Respeto por los demás y reciprocidad 3 ítems, Imparcialidad y justicia 3 ítems, Toma de decisiones 3 ítems, con un total de 27 ítems. Este cuestionario tiene como objetivo medir la medición de conflictos que poseen cada uno de los estudiantes dentro del aula.
--	--

4. Soporte teórico
(describir en función al modelo teórico)

Escala/ÁREA	Sub-escala (dimensiones)	Definición
Mediación de conflictos	<ul style="list-style-type: none"> Competencia emocional Competencia socio cognitiva Competencia moral 	La mediación es un mecanismo de resolución a los conflictos que se generan en el ambiente escolar de manera tranquila, ésta aparece cuando las partes que intervienen han perdido la comunicación, no pueden por sí solas resolverlo y necesitan de un sujeto neutral para llegar a un acuerdo, debe cumplir un proceso sucesivo que está diseñado con una serie de garantías (Díaz, 2019)

5. Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento el “Cuestionario para medir la Mediación de conflictos en el aula”

elaborado por Franco Matamoros María Fernanda en el año 2023.

De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.


Categoría	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. Totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.

RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

- Primera Dimensión: Competencia emocional
- Objetivos de la Dimensión: Ayudar al estudiante a adquirir competencias para que aprenda a manejar las situaciones en las que aparezcan emociones difíciles de manejar.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherenci	Relevanci	Observaciones/ Recomendaciones
Asertividad	Me mantengo firme ante mis decisiones	4	4	4	
	Permito que los demás decidan por mí	4	4	4	
Autoconciencia moral	Reconozco cuando actúo mal y soy capaz de enmendarlo sin problemas	4	4	4	
	Me siento responsable de una mala acción	4	4	4	
Autorregulación emocional	Sé controlar mis emociones positivas	4	4	4	
	Sé controlar mis emociones negativas	4	4	4	
	Los demás influyen en mi comportamiento	4	4	4	
	Soy capaz de mantener la calma en una situación de injusticia	4	4	4	
 INVESTIGA UCV	Sé reconocer cuando alguien tiene un problema	4	4	4	

Imparcialidad y justicia	Soy capaz de darle solución a mis propios conflictos de manera justa	4	4	4	
	Tomo una decisión pensando en mi beneficio personal	4	4	4	
	Sé adoptar una postura imparcial cuando me encuentro ante un conflicto ajeno	4	4	4	
Toma de decisiones	Tomo mis propias decisiones sin dejar que los demás influyan en ellas	4	4	4	
	Pienso en las consecuencias que puede tener no actuar bien	4	4	4	
	Se tomar la alternativa correcta ante una situación de conflicto	4	4	4	


 Firma del evaluador
 C.I. 0908253818

Ana Noemi Vera Calderón
PSICÓLOGA CLÍNICA
REG. ACCESS-MSP #0908253818
REG. SENESCYT # 1006-10-1024077

	Siento indiferencia ante los problemas de los demás	4	4	4	
	Me intereso en los problemas de los demás	4	4	4	

- Segunda dimensión: Competencia socio cognitiva
- Objetivos de la Dimensión: Desarrollar habilidades de interpretación del entorno social, comunicación, relaciones humanas, toma de decisiones, liderazgo, trabajo en equipo, adaptación al cambio y auto aprendizaje, iniciativa para resolver problemas, resolución de los conflictos, creatividad para generar nuevas ideas

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Capacidad de comunicación	Me dirijo sin problemas y sin vergüenza ante los demás	4	4	4	
	Considero difícil entender a los demás	4	4	4	
Habilidad de escucha	Me es complicado escuchar con atención	4	4	4	
	Soy paciente y respeto mi turno cuando debo de hablar	4	4	4	
	Mantengo mi atención en lo que estoy escuchando, y retengo la información	4	4	4	
Técnicas comunicativas	Considero difícil transmitir un mensaje	4	4	4	
	Me mantengo predispuesto siempre frente al diálogo	4	4	4	

- Tercera dimensión: Competencia moral
- Objetivos de la Dimensión: Desarrollar en el estudiante habilidades para distinguir entre el bien y el mal, respetar la ley, seguir normas, brindar un trato respetuoso y digno.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Respeto por los demás y reciprocidad	Doy consejos cuando me lo piden	4	4	4	
	Ayudo a los demás sin esperar nada a cambio	4	4	4	
	Busco soluciones que beneficien a todos	4	4	4	

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "Cuestionario para medir la Mediación de conflictos en el aula"

La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

6. Datos generales del juez

Nombre del juez:	Ruth Barahona Rodríguez Msc. Universitario en formación interaccional especializada del profesorado, especialidad en orientación educativa	
Grado profesional:	Maestría (X)	Doctor ()
Área de formación académica:	Clínica ()	Social ()
	Educativa (x)	Organizacional ()
Áreas de experiencia profesional:	Educativa: Docente - Directora de la Unidad Educativa Fiscal "Oswaldo Guayasamín"	
Institución donde labora:	Ministerio de Educación Distrito 09D23 Samborombón Unidad Educativa Fiscal "Oswaldo Guayasamín"	
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años () Más de 5 años (x)	
Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)	Trabajo(s) psicométricos realizados Título del estudio realizado	

7. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

8. Datos de la escala: Escala Ordinal Nunca (1), A veces (2), Siempre (3)

Nombre de la Prueba:	Cuestionario para medir la Mediación de Conflictos en el aula
Autora:	Lcda. María Fernanda Franco Matamoros
Procedencia:	Elaboración propia
Administración:	Estudiantes de noveno de básica superior
Tiempo de aplicación:	30 minutos
Ámbito de aplicación:	Unidad Educativa Fiscal "Oswaldo Guayasamín"
Significación:	El instrumento está compuesto por tres dimensiones: Competencia emocional el cual se compone de cuatro indicadores (asertividad 2 ítems, auto conciencia moral 2 ítems, autorregulación emocional 4 ítems, empatía 3 ítems), Competencia socio-cognitiva compuesta por tres indicadores (Capacidad de comunicación 2 ítems, Habilidades de escucha 3 ítems, técnicas comunicativas 2 ítems) Competencia moral con 3 indicadores: Respeto por los demás y reciprocidad 3 ítems, Imparcialidad y justicia 3

	ítems, Toma de decisiones 3 ítems, con un total de 27 ítems. Este cuestionario tiene como objetivo medir la medición de conflictos que poseen cada uno de los estudiantes dentro del aula.
--	--

9. Soporte teórico

Escala/ÁREA	Sub-escala (dimensiones)	Definición
Mediación de conflictos	<ul style="list-style-type: none"> • Competencia emocional • Competencia socio cognitiva • Competencia moral 	La mediación es un mecanismo de resolución a los conflictos que se generan en el ambiente escolar de manera tranquila, ésta aparece cuando las partes que intervienen han perdido la comunicación, no pueden por sí solas resolverlo y necesitan de un sujeto neutral para llegar a un acuerdo, debe cumplir un proceso sucesivo que está diseñado con una serie de garantías (Díaz, 2019)

Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento el "Cuestionario para medir la Mediación de conflictos en el aula"

elaborado por Franco Matamoros María Fernanda en el año 2023. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. Totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

- Primera Dimensión: Competencia emocional
- Objetivos de la Dimensión: Ayudar al estudiante a adquirir competencias para que aprenda a manejar las situaciones en las que aparezcan emociones difíciles de manejar.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Asertividad	Me mantengo firme ante mis decisiones	4	4	4	
	Permito que los demás decidan por mí	4	4	4	
Autoconciencia moral	Reconozco cuando actúo mal y soy capaz de enmendarlo sin problemas	4	4	4	
	Me siento responsable de una mala acción	4	4	4	
Autorregulación emocional	Sé controlar mis emociones positivas	4	4	4	
	Sé controlar mis emociones negativas	4	4	4	
	Los demás influyen en mi comportamiento	4	4	4	
	Soy capaz de mantener la calma en una situación de injusticia	4	4	4	
Empatía	Sé reconocer cuando alguien tiene un problema	4	4	4	
	Siento indiferencia ante los problemas de los demás	4	4	4	
	Me intereso en los problemas de los demás	4	4	4	

- Segunda dimensión: Competencia socio cognitiva
- Objetivos de la Dimensión: Desarrollar habilidades de interpretación del entorno social, comunicación, relaciones humanas, toma de decisiones, liderazgo, trabajo en equipo, adaptación al cambio y auto aprendizaje, iniciativa para resolver problemas, resolución de los conflictos, creatividad para generar nuevas ideas

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Capacidad de comunicación	Me dirijo sin problemas y sin vergüenza ante los demás	4	4	4	
	Considero difícil entender a los demás	4	4	4	
Habilidad de escucha	Me es complicado escuchar con atención	4	4	4	
	Soy paciente y respeto mi turno cuando debo de hablar	4	4	4	
	Mantengo mi atención en lo que estoy escuchando, y retengo la información	4	4	4	
Técnicas comunicativas	Considero difícil transmitir un mensaje	4	4	4	
	Me mantengo predispuesto siempre frente al diálogo	4	4	4	

- Tercera dimensión: Competencia moral
- Objetivos de la Dimensión: Desarrollar en el estudiante habilidades para distinguir entre el bien y el mal, respetar la ley, seguir normas, brindar un trato respetuoso y digno.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Respeto por los demás y reciprocidad	Doy consejos cuando me lo piden	4	4	4	
	Ayudo a los demás sin esperar nada a cambio	4	4	4	
	Busco soluciones que beneficien a todos	4	4	4	
Imparcialidad y justicia	Soy capaz de darle solución a mis propios conflictos de manera justa	4	4	4	
	Tomo una decisión pensando en mi beneficio personal	4	4	4	
	Sé adoptar una postura imparcial cuando me encuentro ante un conflicto ajeno	4	4	4	
Toma de decisiones	Tomo mis propias decisiones sin dejar que los demás influyan en ellas	4	4	4	
	Pienso en las consecuencias que puede tener no actuar bien	4	4	4	

	Se tomar la alternativa correcta ante una situación de conflicto	4	4	4	
--	--	---	---	---	--


MSc. Ruth Barahona R.
RECTORA

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "Cuestionario para medir la Mediación de conflictos en el aula"

La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

10. Datos generales del juez

Nombre del juez:	Janet Bravo Alvarado Psicóloga Educativa y Orientadora Vocacional Magister en Diseño Curricular Diploma Superior en Diseño Curricular por competencias	
Grado profesional:	Maestría (x)	Doctor ()
Área de formación académica:	Clínica ()	Social ()
	Educativa (X)	Organizacional ()
Áreas de experiencia profesional:	Educativa: Psicóloga Educativa y Orientadora Vocacional Rectora de la Unidad Educativa Fiscal "Cuenca del Guayas"	
Institución donde labora:	Ministerio de Educación Distrito 09D23 Samborondón Unidad Educativa Fiscal "Cuenca del Guayas"	
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años () Más de 5 años (x)	
Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)	Trabajo(s) psicométricos realizados Título del estudio realizado	

11. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

12. Datos de la escala: Escala Ordinal Nunca (1), A veces (2), Siempre (3)

Nombre de la Prueba:	Cuestionario para medir la Mediación de Conflictos en el aula
Autora:	Lcda. María Fernanda Franco Matamoros
Procedencia:	Elaboración propia
Administración:	Estudiantes de noveno de básica superior
Tiempo de aplicación:	30 minutos
Ámbito de aplicación:	Unidad Educativa Fiscal "Oswaldo Guayasamin"
Significación:	El instrumento está compuesto por tres dimensiones: Competencia emocional el cual se compone de cuatro indicadores (asertividad 2 ítems, auto conciencia moral 2 ítems, autorregulación emocional 4 ítems, empatía 3 ítems), Competencia socio-cognitiva compuesta por tres indicadores (Capacidad de comunicación 2 ítems, Habilidades de escucha 3 ítems, técnicas comunicativas 2 ítems) Competencia moral con 3 indicadores: Respeto por los demás y reciprocidad 3 ítems,

	Imparcialidad y justicia 3 ítems, Toma de decisiones 3 ítems, con un total de 27 ítems. Este cuestionario tiene como objetivo medir la medición de conflictos que poseen cada uno de los estudiantes dentro del aula.
--	---

13. Soporte teórico
(describir en función al modelo teórico)

Escala/ÁREA	Sub-escala (dimensiones)	Definición
Mediación de conflictos	<ul style="list-style-type: none"> • Competencia emocional • Competencia socio cognitiva • Competencia moral 	La mediación es un mecanismo de resolución a los conflictos que se generan en el ambiente escolar de manera tranquila, ésta aparece cuando las partes que intervienen han perdido la comunicación, no pueden por sí solas resolverlo y necesitan de un sujeto neutral para llegar a un acuerdo, debe cumplir un proceso sucesivo que está diseñado con una serie de garantías (Díaz, 2019)

14. Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento el "Cuestionario para medir la Mediación de conflictos en el aula"

elaborado por Franco Matamoros María Fernanda en el año 2023. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. Totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la

RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.		dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

1 No cumple con el criterio	<ul style="list-style-type: none"> • • • •
2. Bajo Nivel	
3. Moderado nivel	
4. Alto nivel	

Primera Dimensión: Competencia emocional

- Objetivos de la Dimensión: Ayudar al estudiante a adquirir competencias para que aprenda a manejar las situaciones en las que aparezcan emociones difíciles de manejar.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherenci	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Asertividad	Me mantengo firme ante mis decisiones	4	4	4	
	Permito que los demás decidan por mí	4	4	4	
Autoconciencia moral	Reconozco cuando actúo mal y soy capaz de enmendarlo sin problemas	4	4	4	
	Me siento responsable de una mala acción	4	4	4	
Autorregulación emocional	Sé controlar mis emociones positivas	4	4	4	
	Sé controlar mis emociones negativas	4	4	4	
	Los demás influyen en mi comportamiento	4	4	4	
	Soy capaz de mantener la calma en una situación de injusticia	4	4	4	
Empatía	Sé reconocer cuando alguien tiene un problema	4	4	4	
	Siento indiferencia ante los problemas de los demás	4	4	4	
	Me intereso en los problemas de los demás	4	4	4	

- Segunda dimensión: Competencia socio cognitiva
- Objetivos de la Dimensión: Desarrollar habilidades de interpretación del entorno social, comunicación, relaciones humanas, toma de decisiones, liderazgo, trabajo en equipo, adaptación al cambio, auto aprendizaje, iniciativa para resolver problemas, resolución de los conflictos, creatividad para generar nuevas ideas

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Capacidad de comunicación	Me dirijo sin problemas y sin vergüenza ante los demás	4	4	4	
	Considero difícil entender a los demás	4	4	4	
Habilidad de escucha	Me es complicado escuchar con atención	4	4	4	
	Soy paciente y respeto mi turno cuando debo de hablar	4	4	4	
	Mantengo mi atención en lo que estoy escuchando, y retengo la información	4	4	4	
Técnicas comunicativas	Considero difícil transmitir un mensaje	4	4	4	
	Me mantengo predispuesto siempre frente al diálogo	4	4	4	

- Tercera dimensión: Competencia moral
- Objetivos de la Dimensión: Desarrollar en el estudiante habilidades para distinguir entre el bien y el mal, respetar la ley, seguir normas, brindar un trato respetuoso y digno.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Respeto por los demás y reciprocidad	Doy consejos cuando me lo piden	4	4	4	
	Ayudo a los demás sin esperar nada a cambio	4	4	4	
	Busco soluciones que beneficien a todos	4	4	4	
Imparcialidad y justicia	Soy capaz de darle solución a mis propios conflictos de manera justa	4	4	4	
	Tomo una decisión pensando en mi beneficio personal	4	4	4	
	Sé adoptar una postura imparcial cuando me encuentro ante un conflicto ajeno	4	4	4	
Toma de decisiones	Tomo mis propias decisiones sin dejar que los demás influyan en ellas	4	4	4	
	Pienso en las consecuencias que puede tener no actuar bien	4	4	4	
	Se tomar la alternativa correcta ante una situación de conflicto	4	4	4	


 Firma del evaluador
 C.I. 0906644317

 Santa Sabiduría

ANEXO

Resultados

Análisis de Fiabilidad

Estadísticas de Fiabilidad de Escala		
Alfa de Cronbach y de McDonald		
escala	0.767	0.768

Estadísticas de Fiabilidad de Elemento		
Si se descarta el elemento Alfa de Cronbach de McDonald		
A	0.750	0.749
B	0.764	0.767
C	0.769	0.769
D	0.749	0.753
E	0.741	0.745
F	0.751	0.755
G	0.769	0.769
H	0.737	0.743
I	0.762	0.764
J	0.760	0.762
K	0.773	0.774
L	0.762	0.763
M	0.763	0.765
N	0.763	0.765
O	0.745	0.747
P	0.762	0.762
Q	0.766	0.768
R	0.766	0.765
S	0.765	0.766
T	0.764	0.763
U	0.764	0.765
V	0.764	0.764
W	0.763	0.766
X	0.765	0.765
Y	0.750	0.748
Z	0.754	0.758
AA	0.761	0.761

Referencias

[1] The jamovi project (2022). *jamovi*. (Version 2.3) [Computer Software]. Retrieved from <https://www.jamovi.org>.

[2] R Core Team (2021). *R: A Language and environment for statistical computing*. (Version 4.1) [Computer software]. Retrieved from <https://cran.r-project.org>. (R packages retrieved from MRAN snapshot 2022-01-01).

Revelle, W. (2019). *psych: Procedures for Psychological, Psychometric, and Personality Research*. [R package]. Retrieved from <https://cran.r-project.org/package=psych>

Piura, 22 De Mayo del 2023

SEÑORA
MSC. RUTH BARAHONA RODRIGUEZ
RECTORA DE LA UNIDAD EDUCATIVA FISCAL “OSWALDO GUAYASAMIN”

ASUNTO : Solicita autorización para realizar investigación
REFERENCIA : Solicitud del interesado de fecha: 18 de Mayo del 2023

Tengo a bien dirigirme a usted para saludarlo cordialmente y al mismo tiempo augurarle éxitos en la gestión de la institución a la cual usted representa.

Luego para comunicarle que la Unidad de Posgrado de la Universidad César Vallejo Filial Piura, tiene los Programas de Maestría y Doctorado, en diversas menciones, donde los estudiantes se forman para obtener el Grados Académico de Maestro o de Doctor según el caso.

Para obtener el Grado Académico correspondiente, los estudiantes deben elaborar, presentar, sustentar y aprobar un Trabajo de Investigación Científica (Tesis).

Por tal motivo alcanzo la siguiente información:

- 1) Apellidos y nombres de estudiante: FRANCO MATAMOROS MARIA FERNANDA
- 2) Programa de estudios : Maestría
- 3) Mención : Psicología Educativa
- 4) Ciclo de estudios : Tercer ciclo
- 5) Título de la investigación : “AUTORREGULACION DE LAS EMOCIONES COMO ESTRATEGIA PARA MEDIACION DE CONFLICTOS EN ESTUDIANTES DE NOVENO DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA, SAMBORONDON 2023.”

Debo señalar que los resultados de la investigación a realizar benefician al estudiante investigador como también a la institución donde se realiza la investigación.

Por tal motivo, solicito a usted se sirva autorizar la realización de la investigación en la institución que usted dirige.

Atentamente,



A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Edwin Martín García Ramírez'.

Dr. Edwin Martín García Ramírez
Jefe UPG-UCV-Piura



UNIDAD EDUCATIVA FISCAL

"Oswaldo Guayasamín"

CÓDIGO AMIE 09H04704

Rcto. Boca de Caña – Pista Miraflores – Tarifa – Samborondón

Año lectivo 2022 – 2023

Pista Miraflores, 26 de mayo del 2023.

Dr. Edwin Martín García Ramírez

JEFE UPG-UCV-Piura

En su despacho. -

ASUNTO: Solicitud de autorización para realizar investigación

REFERENCIA: Solicitud de interesada

Yo, Ruth Barahona Rodríguez Rectora de la Unidad Educativa Fiscal "Oswaldo Guayasamín" le saludo cordialmente deseándole éxitos en sus funciones, a su vez para comunicarle que la solicitud ingresada a nuestra Institución Educativa por la estudiante: FRANCO MATAMOROS MARÍA FERNANDA C.I 092226317-3 ha sido aprobada para que realice su trabajo de investigación científica (tesis) titulada "Autorregulación de las emociones como estrategia para mediación de conflictos en estudiantes de noveno de una Institución educativa, Samborondón 2023.

Segura de que este trabajo investigativo será de mucho beneficio para nuestros estudiantes autorizo la realización del mismo.

Sin más, la estudiante antes mencionada puede hacer uso de la presente autorización para el trámite que estime conveniente dentro del margen de la ley.

Firma como constancia Rectora y secretaria de la unidad educativa.


M.Sc. Ruth Barahona R.
RECTORA
Rcto. Boca de Caña


Tnlgo. Lenifer Cercado M.
SECRETARIA
Rcto. Boca de Caña



Amado



Tranquilo



Enfadado

**PROGRAMA DE
AUTORREGULACIÓN
EMOCIONAL
“CANALIZANDO MIS
EMOCIONES”**

PARA ESTUDIANTES DE 9NO EGB



Temeroso



Alegre



Triste

AUTORA: MARÍA FERNANDA FRANCO M.

Programa de Autorregulación de emociones

1. TÍTULO

Programa de Autorregulación emocional

“Canalizando mis emociones”, Samborondón 2023.



2. DATOS GENERALES

2.1. Institución Educativa: UNIDAD EDUCATIVA FISCAL “OSWALDO GUAYASAMÍN”

2.2. Jurisdicción: Intercultural

2.3. Zona: Zona 8

2.4. Participantes: Estudiantes de 9no EGB

2.5. Duración del programa: Dos semanas.

2.6. Nombre de la investigadora: Franco Matamoros María Fernanda

3. FUNDAMENTACIÓN

El programa de regulación emocional denominado “Canalizando mis emociones” está enfocado a aquellos estudiantes que tienen problemas para conocer, identificar y manejar sus emociones. Es un programa basado en el desarrollo del autocontrol emocional como factor de protección frente a conductas de riesgo y para una mediación adecuada del conflicto, compuesto por actividades diseñadas para facilitar su tarea educativa, que consta de un soporte teórico que oriente su labor, y de una serie de actividades estructuradas en torno al desarrollo del autocontrol emocional, mediación y manejo de conflicto.

Autorregulación emocional

La autorregulación emocional se define como la capacidad de un sujeto para poder identificar, nombrar y actuar de acuerdo con sus propios sentimientos y emociones al igual que el resto que lo rodea (Ascencio, 2021).

Expresión emocional apropiada

¿Cómo expresar las emociones de una manera correcta?

Muchas personas no saben de qué manera expresar sus emociones y tienden a pensar que solo hay dos opciones: expresarlas totalmente o reprimirlas. No obstante, existen varias opciones que varían tanto en el modo de expresarlas (verbalmente o conductas) como en la intensidad. A continuación, se propone una estrategia para llevar a cabo una correcta expresión emocional en 6 pasos:

- Identificar lo que sentimos: poner nombre a la emoción que estamos experimentando.
- Determinar la causa: preguntarnos por el origen o motivo: ¿por qué me siento así?
- Analizar nuestros pensamientos: los pensamientos influyen en las emociones y debemos intentar descubrir si lo que pensamos es cierto o nos estamos equivocando, ya que ciertos pensamientos erróneos pueden hacer que sintamos emociones negativas como la ira.
- Escoger el mejor modo de expresar los sentimientos: existen muchos modos de expresar lo que sentimos, mediante palabras, conductas o incluso mediante el arte (dibujando). Debemos analizar cuál de ellas nos aporta mayor comodidad y cuáles serán las consecuencias de expresarlo de ese modo.
- Establecer el objetivo: preguntarnos qué pretendemos conseguir al expresar una emoción, por ejemplo, sentirnos mejor, aclarar nuestros sentimientos, resolver un problema, etc.
- Regular la intensidad emocional: expresar las emociones con una intensidad inapropiada puede ser el origen de una situación problemática, por eso es importante tener un buen autocontrol. Por ejemplo, no es lo mismo expresar enfado gritando o hablando en un tono severo pero calmado.

En primer lugar, las emociones como la alegría, la tristeza, la ansiedad o el enfado suelen aparecer muy a menudo en situaciones de interacción con otras personas.

En segundo lugar, esas mismas emociones incluyen entre sus componentes, elementos motóricos o verbales que constituyen la expresión manifiesta de las mismas, lo que las otras personas perciben, lo que les comunicamos. Es evidente que esas manifestaciones externas de la emoción o de los sentimientos condicionan de modo muy importante el comportamiento social posterior. Así, por ejemplo, mi ansiedad, mi miedo o mi enfado en una situación determinada producen determinados comportamientos (como llorar, o gritar, o acusar, o marcharme) que pueden resultar poco útiles para conseguir mis objetivos en esa situación, además de deteriorar la relación con las personas que tengo delante.

Esto significa que las emociones, además de ser reconocidas y controladas, tal como hemos visto hasta ahora, deben ser expresadas (con palabras y con gestos) de tal modo que produzcan el efecto que deseamos sobre la otra persona.

Hay que tener en cuenta que en la expresión de emociones, como en toda la conducta social, existen "reglas" que establecen lo que es adecuado y lo que no lo es; estas reglas varían según el contexto en que se produce relación, y según los objetivos del individuo, de modo que un mismo comportamiento puede ser "adecuado" o no dependiendo de la circunstancia y de lo que uno pretende conseguir ¿es "adecuado" contar un chiste en medio de un funeral? ¿Y contar el mismo chiste en una reunión de amigos?

Reconocer nuestras emociones y saber manifestarlas es, pues, un elemento esencial de nuestra competencia social y de nuestra capacidad para el autocontrol.

Regulación de emociones y sentimientos

¿Cómo es el proceso de crisis emocional ante un problema?

El proceso de crisis emocional tiene un conjunto de etapas:

1.- Evento precipitante:

Es el evento o experiencia que provoca la crisis, (momento de explosión violenta o en el que se presenta el incidente).

2.-Respuesta desorganizada:

Hay una gran tensión emocional o estrés físico y psicológico. Hay desorientación, confusión y paralización. (“no sabe qué hacer”).

Las personas pueden reaccionar de las siguientes maneras:

- **Explosión:** La persona pierde el control de sus emociones y pensamientos. Hay una reacción emocional de impacto que incluye llanto, gritos.
- **Negación o bloqueo del impacto:** La persona hace esfuerzos para evitar pensamientos que le recuerden su problema o actúa tal y como si el evento no hubiera pasado.
- **Intrusión:** Se caracteriza por la invasión de pensamientos e imágenes que permiten, en algún momento, encontrarle sentido a la experiencia.

3.- **Estabilización:** La persona empieza a calmarse y a recuperar el control de sus emociones, pensamientos y comportamientos.

4.- **Adaptación:** La persona recobra sus fuerzas y retoma el control de la situación.

¿Cómo se reconoce una situación de crisis?

Algunas señales que pueden indicar una posible situación de crisis emocional:

- La persona es incapaz de enfrentar sus problemas, se siente impotente y no puede pensar con claridad en las posibles soluciones.
- Se encuentra en un estado de desorganización y desequilibrio y, por tanto, no puede realizar sus tareas habituales.
- Se muestra cansada y puede decir que se siente agotada.
- Muestra síntomas de ansiedad o angustia.
- Presenta algunos problemas físicos asociados a los estados de angustia, tales como taquicardia, palpitaciones, náuseas, sensación de ahogo, dolor de cabeza constante y sensación de debilidad.
- Se siente inadecuada, abrumada y desamparada. Presenta agresividad y confusión.

Consejos para enfrentar y manejar una crisis emocional:

- Toma un descanso
- Acepta la situación e identifica de dónde surge

- Habla con un amigo o familiar de confianza
- Realiza ejercicio
- Respira profundo cuando lo necesites
- Piensa en soluciones alternativas

Habilidades de afrontamiento

¿Por qué nos cuesta tanto reconocer los errores?

La dificultad para reconocer errores puede deberse a una variedad de razones. Las más comunes son:

Todos los seres humanos necesitamos tener una imagen positiva de nosotros mismos. Hemos de considerar que poseemos cualidades positivas y de valor, para poder encontrarnos en paz con lo que somos.

Nos negamos, muchas veces, a mirar nuestros defectos en un intento por preservar nuestra autoestima. Sin embargo, este mecanismo surge de un enfoque básico erróneo: cometer errores es malo.

Desde esta perspectiva es lógico y comprensible que mirar de frente a nuestros fallos nos genere rechazo. No obstante, la realidad es bien distinta: cometer errores es humano. Hacerlo no nos convierte en personas malas o indignas de cariño.

Es por ello que las personas con una autoestima dañada son las que encuentran más dificultad en reconocer sus fallos. A pesar de que, en ocasiones, puedan exteriorizar una imagen casi narcisista, realmente no se aceptan. Quien se encuentra verdaderamente en paz consigo mismo no necesita adoptar ningún tipo de estrategia para negar sus faltas.

Los individuos con personalidades más rígidas muestran más reticencia a aceptar sus errores. Además, también se muestran más duros a la hora de juzgar los fallos de los demás.

Esto se debe a que, generalmente, observan la realidad desde una posición dicotómica: todo es blanco o negro, no existe una escala de grises. Para ellos cometer errores es algo totalmente indeseable, y dado que aspiran a la perfección no pueden asumir que esto ocurra.

En este caso, es totalmente necesario flexibilizar los puntos de vista y comprender que aspirar a la perfección es algo agotador y poco realista. Las personas no son completamente buenas o absolutamente malas, todos nos situamos en puntos intermedios del continuo. Además, dado que la vida viene sin manual de instrucciones, todos cometemos errores y tenemos derecho a hacerlo.

Mediante la aplicación del instrumento de mediación y la información recabada en el pre test se pudo evidenciar que a los estudiantes les falta desarrollar competencias emocionales y morales por lo cual se trabajaron y crearon las sesiones de acuerdo a las competencias cuyos resultados fueron promedio y baja.

Un modelo a utilizar para recoger las necesidades de la población puede ser el siguiente:

Problema	Que tan fuerte es	¿A quién afecta?	¿Se puede modificar?
Incumplimiento de normas y reglamentos del aula.	Medio	Estudiantes	Modificable a corto plazo
Malas relaciones entre pares	Medio	Estudiantes	Modificable a largo plazo
Falta de mediación para resolución de conflictos.	Alto	Estudiantes	Modificable a corto plazo

4. Objetivos

Objetivo General:

- Desarrollar el autocontrol emocional para lograr una mediación de conflictos en el aula de una manera asertiva en los estudiantes de noveno de una Unidad Educativa Samborondón 2023, a través de un programa de autorregulación de emociones.

Objetivos específicos:

- Conocer las propias emociones de los estudiantes a través de actividades dinámicas.
- Entrenar y regular conductas de autocontrol para mejorar nuestras relaciones con los demás, generando una mejor convivencia.
- Aprender a expresar emociones de forma positiva para tener un mejor afrontamiento de las situaciones y una mayor calidad en nuestras relaciones interpersonales.
- Potenciar la expresión emocional para mejorar la relación con el entorno.
- Utilizar la mediación en busca de una vía pacífica y equitativa para afrontar los conflictos.

5. Metodología

El programa está diseñado para que los estudiantes tengan una participación de manera activa en las distintas actividades que contribuirán a cubrir sus necesidades e intereses. Este programa está destinado a 40 estudiantes de noveno de la jornada matutina y está compuesto por 20 sesiones teóricas- prácticas.

Se aplicarán 2 sesiones diarias de lunes a viernes durante 2 semanas cada una de las sesiones tiene una duración de 30 a 40 minutos aproximadamente, se realizarán de forma presencial dentro de la jornada de clase ya que se contó con la aprobación de la autoridad de la institución debido a que los estudiantes en su mayoría habitan en comunidades aledañas al recinto y no pueden regresar en un horario distinto.

6. Alcance

Este programa tendrá un alcance a nivel grupal ya que considerará aspectos como problemática de relación entre pares y problemas individuales que poseen cada uno de los estudiantes, el cómo se comunican y conviven, la capacidad de mediación de un conflicto autorregulándose emocionalmente.

Los recursos y materiales a utilizarse serán el humano, materiales como hojas, lápices, pupitres, música, lecturas, cuentos, entre otros.

Con este programa se busca desarrollar las habilidades para regular las emociones desagradables, la relajación para dominar las emociones, la reestructuración

cognitiva que se usa para modificar los pensamientos negativos o poco adecuados por pensamientos positivos, etc.

7. Presupuesto

Se realizó la elaboración de un presupuesto considerando los materiales necesarios lo cual permitirá el control financiero desde el inicio hasta la culminación del programa de tal modo que la ejecución del mismo se dé de una manera organizada.

Este programa será financiado por el autor de la investigación.

Materiales varios	
Materiales de oficina	\$40
Papelería	\$40
Tinta para impresiones	\$40
USB	\$20
Otros	\$30
Sub- total	\$170
Total	\$170

8. Cronograma

N. Sesión	Sesión	Objetivo específico	Tiempo	Materiales	Fecha	Lugar
SESION 1	“Aprendo sobre las emociones”	Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.	30 min aprox.	- Papelote - Pizarra - Marcador de pizarra - Hoja impresa	05/07/23	Salón de clases
SESION 2	“Expreso mis emociones para mejorar la convivencia”	Potenciar la expresión emocional para mejorar la relación con el entorno.	30 min aprox.	- Papelote - Pizarra - Marcador de pizarra - Hoja impresa	05/07/23	Salón de clases
SESION 3	“Me expreso adecuadamente ante situaciones”	Aprender la importancia de la expresión adecuada de las emociones en el autocontrol y en la comunicación interpersonal.	30 min aprox.	- Papelote - Pizarra - Marcador de pizarra - Hoja impresa - Cartillas de emoticones	06/07/23	Salón de clases
SESION 4	Siento y transmito	Conocer que existen situaciones que provocan reacciones emocionales y otras que no.	30 min aprox.	- Papelote - Pizarra - Marcador de pizarra - Hoja impresa	06/07/23	Salón de clases
SESION 5	¿Cómo responde mi cuerpo ante una emoción?	Identificar los componentes de la respuesta emocional ante una situación	30 min aprox.	- Papelote - Pizarra - Marcador de pizarra - Hoja impresa	07/07/23	Salón de clases
SESION 6	Domino mi lado negativo	Crear autoconciencia ante la expresión de emociones y sentimientos negativos	30 min aprox.	- Papelote - Pizarra - Marcador de pizarra - Cartelitos de papel bond - Caja de cartón	07/07/23	Salón de clases

SESION 7	Controlo mis emociones y modelo mi comportamiento	Aprender a controlar las respuestas fisiológicas de ansiedad que pueden impedir o dificultar el comportamiento deseado.	30 min aprox.	<ul style="list-style-type: none"> - Papelote - Pizarra - Marcador de pizarra - Cartulinas A4 - Lápiz - Borrador 	10/07/23	Salón de clases
SESION 8	¡Me divierto, cooperando!	Aprender a encontrar soluciones por medio de estrategias de reflexión o debate, utilizando la cooperación	30 min aprox	<ul style="list-style-type: none"> - Papelote - Pizarra - Marcador de pizarra - Hoja - Lápiz - Bolsa 	10/07/23	Salón de clases
SESION 9	Elijo pensamientos positivos	Sustituir los estados mentales negativos por positivos.	30 min aprox.	<ul style="list-style-type: none"> - Pizarra - Marcador de pizarra 	11/07/23	Salón de clases
SESION 10	Descubro lo que me provoca enojo	Detectar los factores externos que provocan frustración.	30 min aprox.	<ul style="list-style-type: none"> - globo 	11/07/23	Patio de la institución
SESION 11	Controlo mi enojo	Trabajar estrategias de afrontamiento para el control del enojo	30 min aprox.	<ul style="list-style-type: none"> - Pizarra - Marcador de pizarra 	12/07/23	Salón de clases
SESION 12	¿Respiro y me relajo!	Fomentar técnicas de autocontrol, respiración y relajación	30 min aprox.	<ul style="list-style-type: none"> - Papelote - Pizarra - Marcador de pizarra - Hoja bond A4 	12/07/23	Salón de clases
SESION 13	Me dirijo ante los demás agradablemente	Entrenar el vocabulario positivo y respetuoso hacia uno mismo y los demás.	30 min aprox.	<ul style="list-style-type: none"> - Papelote - Pizarra - Marcador de pizarra - Hojas bond A4 - Goma - Lápiz - Lápices de colores - Marcadores 	13/07/23	Salón de clases
SESION 14	¡Soy capaz, soy muy fuerte!	Fomentar la mentalización y el uso de refuerzos positivos.	30 min aprox.	<ul style="list-style-type: none"> - Pizarra - Marcador de pizarra - Hoja con lectura 	13/07/23	Salón de clases

				- Hoja impresa		
SESION 15	¡Tú en mi lugar, yo en el tuyo!	Analizar y comprender las situaciones ajenas y ponernos en el lugar de los demás.	30 min aprox.	- Pizarra - Marcador de pizarra - Hoja con lectura - Hoja A4 - Lápiz - Lápices de colores	14/07/23	Salón de clases
SESION 16	Pido disculpas	Analizar el efecto que los errores tienen en el resto.	30 min aprox.	- Pizarra - Marcador de pizarra - Hoja con lectura - Hoja A4	14/07/23	Salón de clases
SESION 17	Me comunico con respeto y confianza	Fomentar la aplicación de los valores humanos en todas las situaciones del día vivir	40 min aprox.	- Papelote - Pizarra - Marcador de pizarra - Cartulinas A4 - Lápiz - Marcadores o lápices de colores	17/07/23	Salón de clases
SESION 18	¡Soluciono mis problemas!	Aprender a buscar soluciones ante un problema desagradable.	30 min aprox.	- Hojas impresas - Lápices de colores - Pizarra - Marcador de pizarra	17/07/23	Salón de clases
SESION 19	¡Me mantengo sereno y tranquilo!	Buscar estrategias de afrontamiento que nos permitan ser responsables de lo que sentimos y no dejar que la emoción nos domine.	30 min aprox.	- Hojas impresas - Lápices de colores - Pizarra - Marcador de pizarra - Parlante	18/07/23	Salón de clases
SESION 20	¡Sé pedir perdón!	Reflexionar y asumir que a veces hacemos daño al resto y debemos pedir perdón.	30 min aprox.	- Hoja con lectura - Hoja impresa	18/07/23	Patio de la institución

9. Desarrollo y ejecución

El programa empezará el 5 de julio del 2023 y culminará el día 18 de julio del 2023. Las actividades de cada sesión estarán supervisadas por una Psicóloga Clínica de la institución educativa encargada del DECE (Departamento de Consejería Estudiantil), este programa está diseñado para ser llevado a cabo por el educador en el que, a través de una metodología dinámica, activa los alumnos aprendan a estimular y fortalecer su autocontrol emocional que facilitará una mediación de conflictos.

Para la implementación del programa se acogió la solicitud realizada por la autoridad de la institución quien solicitó de manera especial la aplicación del mismo a todo el curso en general, con el consentimiento y aprobación de sus representantes legales para mejorar la forma de mediar los conflictos producto de las relaciones entre pares en su diario vivir dentro del aula de clases utilizando la autorregulación de emociones como estrategia para lograrlo.

ANEXOS

Sesión 1: "Aprendo sobre las emociones"

OBJETIVO: Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.

MOMENTOS	SECUENCIA	ESTRATEGIA	DURACIÓN	MATERIALES
INICIO	Presentación de la sesión. Introducción y Lluvia de ideas.	Lluvia de Ideas. - Se recogerá los saberes previos de los participantes en los que se realizarán las siguientes preguntas: ¿Conoces qué son las emociones? ¿Crees que es importante expresar lo que sentimos?	5 minutos	- Papelote - Pizarra - Marcador de pizarra - Hoja impresa
DESARROLLO DEL TEMA	Explicación del tema y desarrollo de la actividad	<ul style="list-style-type: none"> ✓ DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PARA APRENDER SOBRE LAS EMOCIONES ✓ El docente introduce el concepto de emoción a través de la siguiente exposición: ✓ ¿Te has puesto alguna vez a pensar en las emociones? ¿Qué son? ¿Cómo funcionan? ¿Por qué hay situaciones que nos "alteran" mucho o nos hacen "ponernos nerviosos" y otras que nos producen bienestar? ✓ Para la actividad de identificación de emociones, emplearemos la secuencia titulada "Expresión de emociones" ✓ Los participantes deben fijarse con atención en las diferentes viñetas, seleccionadas para mostrar expresiones emocionales diferentes. ✓ A continuación, se presenta la tabla denominada "Diccionario de las emociones" en la que aparece una selección de nombres de emociones y la definición de cada una de ellas. ✓ La tarea consiste en organizar pequeños grupos y que cada uno ponga al lado de cada viñeta el nombre de la emoción que representa. ✓ Posteriormente se hará una puesta en común en la que cada grupo dirá el nombre dado a 1a viñeta (para que todos los grupos tengan opción de participar en esta puesta en común) y se leerá en voz alta para el resto la definición de la emoción de la que se trata. ✓ Con esta primera práctica el monitor tendrá una idea general del nivel de conocimiento del grupo sobre la identificación de emociones. 	25 minutos	
CIERRE	Cierre o Salida:	Cierre o Salida: PREGUNTAS DE REFLEXIÓN Se solicita a los estudiantes a responder las siguientes preguntas: ¿Por qué unas personas manifiestan mucho sus emociones y otras parecen "no sentir las"? ¿Realmente no las sienten o es que no las expresan al exterior? ¿Qué fue lo que aprendiste hoy?	10 minutos	

ANEXO SESIÓN 1

NOMBRE DE LA EMOCIÓN	SIGNIFICADO
(Ira)	Enfado, irritación, cólera. Algo que ha ocurrido lo interpreto como una ofensa contra mí o lo mío.
(Ansiedad)	Me enfrento con algo que es una amenaza y no "controlo" bien lo que puede ocurrir.
(Miedo- Terror)	Algo que acaba de ocurrir o es inminente me asusta, me produce sensación de peligro, me paraliza.
(Felicidad)	Ha ocurrido algo que deseaba, se han cumplido mis deseos o metas y estoy alegre, divertido, todo me parece positivo, estoy entusiasmado y me siento bien.
(Amor)	Siento que quiero a alguien y me siento bien estando con esa persona, que me importa, que deseo estar mucho tiempo con ella, trato de expresarle mi afecto.
(Tranquilidad Descanso)	Bienestar, paz, seguridad. Me siento sereno y calmado. Nada me pone nervioso
(Alivio)	Me he quitado "un peso de encima", todo vuelve a estar bien porque ha desaparecido la circunstancia que me alteraba o preocupaba.

Sesión 2: "Expreso mis emociones para mejorar la convivencia"

OBJETIVO: Potenciar la expresión emocional para mejorar la relación con el entorno.

MOMENTOS	SECUENCIA	ESTRATEGIA	DURACIÓN	MATERIALES
INICIO	Presentación de la sesión. Introducción y Lluvia de ideas.	<p>Lluvia de Ideas.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se recogerá los saberes previos de los participantes en los que se realizarán las siguientes preguntas: ¿Sabes cómo expresar tus emociones? ¿Consideras que expresar tus emociones ayuda a mejorar la convivencia? 	5 minutos	<ul style="list-style-type: none"> - Papelote - Pizarra - Marcador de pizarra - Hoja impresa
DESARROLLO DEL TEMA	Explicación del tema y desarrollo de la actividad	<p>DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PARA APRENDER A EXPRESAR LAS EMOCIONES</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Se inicia hablando un poco sobre el expresar emociones. Cuando aparece una emoción debemos: Saber reconocerla: ¿Qué tipo de emoción es? Saber clasificarla en positiva o negativa. Aprender a expresarla del modo más adecuado para nosotros y la relación con nuestro entorno. Reprimir la emoción nos perjudica, sobre todo si es negativa, porque puede hacer que esa emoción negativa dure más tiempo y prolongue nuestro malestar. Tampoco es apropiado en ocasiones, pues puede producir efectos no deseados, expresar libremente y sin medida la emoción. Si es negativa, es el "aviso" de que tenemos que actuar para resolver la causa o el problema que la ha producido. ✓ A continuación, se expondrá la diferencia entre situaciones que pueden desencadenar respuesta emocional y situaciones neutras que no la originan. En la vida diaria se dan muchas situaciones a las que nos enfrentamos continuamente. Algunas nos hacen reaccionar más que otras, unas nos hacen emocionarnos y otras no. El docente ejemplificará lo anterior, siempre que sea posible con situaciones y estímulos propios del contexto y lugar en el que se esté desarrollando el programa. ✓ La tarea de esta actividad consiste en discriminar situaciones que tienen significado subjetivo para desencadenar la respuesta emocional y otras que poseen carácter neutro y no son fuente de reacción emocional. ✓ Los alumnos deben poner una señal identificatoria de la emoción según sea el caso. 	25 minutos	
CIERRE	Cierre o Salida:	Cierre o Salida: PREGUNTAS DE REFLEXIÓN	10 minutos	

		Se solicita a los estudiantes a responder las siguientes preguntas: ¿Crees que expresar tus emociones te ayuda a sentirte mejor? ¿Consideras importante que las personas que te rodean expresen sus emociones ante ti? ¿Qué fue lo que aprendiste hoy?		
--	--	--	--	--

ANEXO SESIÓN 2



SI ME PRODUCE EMOCIONES



NO ME PRODUCE EMOCIONES

Que mi mejor amigo/a me deje plantado/a después de haber quedado para ir al cine.	
Estar a punto de empezar un examen.	
Que empiece a llover.	
Perder el autobús para ir al colegio.	
Ver un anuncio de televisión.	
Que mis padres me castiguen sin salir por las tardes por no haber cumplido con mis tareas.	
Que algún compañero de clase me coja mis cosas sin pedir permiso.	

Sesión 3: "Me expreso adecuadamente ante situaciones negativas"

OBJETIVO: Aprender la importancia de la expresión adecuada de las emociones en el autocontrol y en la comunicación interpersonal.

MOMENTOS	SECUENCIA	ESTRATEGIA	DURACIÓN	MATERIALES
INICIO	Presentación de la sesión. Introducción y Lluvia de ideas.	Lluvia de Ideas. - Se recogerá los saberes previos de los participantes en los que se realizarán las siguientes preguntas: ¿Sabes qué significa expresar adecuadamente tus emociones? ¿Cómo reaccionarías ante una situación de injusticia? ¿Cómo reaccionarías ante el logro de tu mejor amigo?	5 minutos	- Papelote - Pizarra - Marcador de pizarra - Hoja impresa
DESARROLLO DEL TEMA	Explicación del tema y desarrollo de la actividad	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PARA APRENDER A EXPRESAR ADECUADAMENTE LAS EMOCIONES <ul style="list-style-type: none"> ✓ Conversamos un poco sobre las emociones negativas: Una de las mejores maneras de lidiar con nuestras emociones negativas es a través de la aceptación y la afirmación. Aceptar las emociones negativas, en nosotros y en otros, nos permite avanzar y desarrollar habilidades de comprensión y empatía de las emociones. En vez de enfrascarnos en una mentalidad de que las emociones negativas tienen que evitarse y que son "incorrectas", tenemos que aprender a aceptarlas como parte natural de quienes somos. Una vez que logramos esto, tendremos mejores oportunidades de responder mejor a las situaciones y desarrollar conductas más satisfactorias que proveen valor a la forma en que nos expresamos y nos relacionamos con otros. Las emociones se expresan de muy diversas maneras y ante situaciones muy distintas. La clave para entender esto es que las emociones son algo esencialmente humano, que cada uno siente y manifiesta de modo particular y como tal, la capacidad de emocionarse forma parte de la personalidad de cada uno de nosotros. ✓ El docente hará que los alumnos participen en un foro de debate exponiendo cómo se sienten y que reacción emocional les produce ciertas situaciones que ejemplificará el docente. ✓ Luego presentará un cuadro en el que el alumno, de forma individual, completa la lista de situaciones específicas que le provocan a él las emociones negativas que recoge el cuadro. ✓ Se solicita a algunos de los alumnos al azar leer en voz alta qué situación han nombrado en las distintas emociones negativas. 	25 minutos	
CIERRE	Cierre o Salida:	PREGUNTAS DE REFLEXIÓN Se solicita a los estudiantes a responder las siguientes preguntas: ¿Después de lo aprendido, podrías expresar adecuadamente tus emociones? ¿Qué emociones te serían más fáciles de expresar adecuadamente?	10 minutos	

ANEXO SESIÓN 3

¿CÓMO ME SIENTO...?

Cuando:	Me pongo triste.
Cuando:	Me siento frustrado.
Cuando:	Me pongo furioso.
Cuando:	Me pongo muy nervioso.
Cuando:	Siento miedo.

Sesión 4: "Siento y transmito"

OBJETIVO: Identificar mis sentimientos ante una situación y transmitirlos de la manera más adecuada.

MOMENTOS	SECUENCIA	ESTRATEGIA	DURACIÓN	MATERIALES
INICIO	Presentación de la sesión. Introducción y Lluvia de ideas.	Lluvia de Ideas. - Se recogerá los saberes previos de los participantes en los que se realizarán las siguientes preguntas: ¿Qué significa para ti transmitir un sentimiento? ¿Sabes identificar cada una de tus emociones? ¿Podrías clasificarlas con facilidad?	5 minutos	- Papelote - Pizarra - Marcador de pizarra - Hoja impresa -Cartillas de emoticones
DESARROLLO DEL TEMA	Explicación del tema y desarrollo de la actividad	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PARA APRENDER A TRANSMITIR LAS EMOCIONES <ul style="list-style-type: none"> ✓ Conversamos un poco acerca de las situaciones que han vivido durante los últimos días. ✓ Se pide al estudiante que interiorice dentro de sí e identifique que tipo de emoción es la que está sintiendo en esos momentos. ✓ Luego deberá colocar en la hoja el cómo se siente y el por qué. ✓ Se solicitará de la misma manera que coloque algunas de las sensaciones que aquella emoción le produce. ✓ Se pedirá a cada uno que identifique si se trata de una emoción positiva o negativa y el qué hará para manejar el sentimiento que le produce. ✓ Como última acción se les pedirá que coloquen su reflexión acerca de la actividad trabajada. 	20 minutos	
CIERRE	Cierre o Salida:	Cierre o Salida: PREGUNTAS DE REFLEXIÓN Se solicita a los estudiantes a responder las siguientes preguntas: ¿Después de lo aprendido, podrías transmitir con facilidad tus emociones? ¿Qué enseñanzas te deja esta actividad? Compártela con el grupo.	5 minutos	

¿Cómo me encuentro?



La emoción que mejor me define en este momento:



Me siento _____
porque _____

Algunas de las sensaciones que tengo son:

Se trata de una emoción
POSITIVA NEGATIVA

por eso voy a _____

MI REFLEXIÓN



Sesión 5: ¿Cómo responde mi cuerpo ante una emoción?

OBJETIVO: Identificar los componentes de la respuesta emocional ante una situación

MOMENTOS	SECUENCIA	ESTRATEGIA	DURACIÓN	MATERIALES
INICIO	Presentación de la sesión. Introducción y Lluvia de ideas.	Lluvia de Ideas. - Se recogerá los saberes previos de los participantes en los que se realizarán las siguientes preguntas: ¿Sabías que nuestro cuerpo reacciona ante las emociones? ¿Has experimentado alguna reacción del cuerpo ante una emoción fuerte?	5 minutos	- Papelote - Pizarra - Marcador de pizarra - Hoja impresa
DESARROLLO DEL TEMA	Explicación del tema y desarrollo de la actividad	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PARA APRENDER SOBRE RESPUESTA EMOCIONAL <ul style="list-style-type: none"> ✓ El docente reúne a los chicos y chicas en una sala y les informa que hoy no habrá sesión porque se les va a realizar una campaña de vacunación por parte del MSP (lógicamente, es falso, pero es importante hablarles con seriedad, de modo que parezca real). ✓ La razón de no haberles avisado antes es porque en estos casos suele haber algunas personas que tienen miedo y que suelen no asistir. Informa que el gobierno nacional obliga a todas las instituciones a realizar esta campaña, y que todos los alumnos deben pasar por ella. A continuación, divide al grupo (chicos y chicas) en salas diferentes, explicando que en breve vendrá el equipo de salud y que esperen un momento. Se los deja solos unos minutos. ✓ Luego el docente avisa a los chicos y chicas de ambos grupos y los reúne a todos de nuevo. Les dice que lo de la vacunación es falso, y que se trata sólo de un experimento para poder explicar algunas cosas importantes relacionadas con las emociones. ✓ A continuación pregunta a los asistentes cómo se han sentido en esta situación. ✓ Se pregunta a los niños y niñas por los pensamientos que les venían a la cabeza mientras esperaban. ✓ El docente debe recoger en un lado de la pizarra estos comentarios (tanto los positivos como los negativos). ✓ Se solicita a los estudiantes realizar la siguiente actividad. 	25 minutos	
CIERRE	Cierre o Salida:	Cierre o Salida: Con todo ello, se concluye que las emociones afectan tanto a la manera como pensamos, como a las reacciones que se producen en nuestro cuerpo, y que lo que pensamos y las reacciones emocionales de nuestro cuerpo se relacionan entre sí. PREGUNTAS DE REFLEXIÓN Se solicita a los estudiantes a responder las siguientes preguntas: ¿Crees que, si aprendemos a controlar nuestros pensamientos, controlaremos mejor nuestras emociones? ¿Qué aprendiste hoy?	10 minutos	

ANEXO SESIÓN 5

PENSAMIENTOS	REACCIONES DEL CUERPO
¡Que vergüenza me da!	
Vaya rollo	El corazón me late de prisa
Que nos van a mirar	Me sudan las manos
Me van a ver todos mis compañeros	Me tiemblan las piernas
Tendré que desnudarme	Me duele el pecho
Bueno me da un poco de susto pero no me voy a acobardar por eso	Estoy tranquilo
Que nervios	Siento dolor en la frente
¿Por qué la maestra no nos dijo nada?	Siento una bola en el estómago

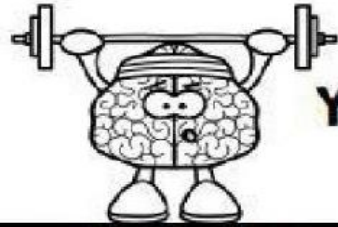
Sesión 6: “Domino mi lado negativo”

OBJETIVO: Crear autoconciencia ante la expresión de emociones y sentimientos negativos.

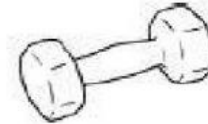
MOMENTOS	SECUENCIA	ESTRATEGIA	DURACIÓN	MATERIALES
INICIO	Presentación de la sesión. Introducción y Lluvia de ideas.	Lluvia de Ideas. - Se recogerá los saberes previos de los participantes en los que se realizarán las siguientes preguntas: ¿Recuerdas cuáles son las emociones negativas? ¿Sabes reconocer en ti un sentimiento o emoción negativa? ¿Qué opinas de un sentimiento negativo?	5 minutos	- Papelote - Pizarra - Marcador de pizarra - Cartelitos de papel bond - Caja de cartón
DESARROLLO DEL TEMA	Explicación del tema y desarrollo de la actividad	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PARA APRENDER A EXPRESAR LAS EMOCIONES <ul style="list-style-type: none"> ✓ A continuación, se planteará una actividad llamada “El depósito negativo”, en ella lo que queremos conseguir es que se depositen en posits (cartelitos) todos los pensamientos, sentimientos y comportamientos que han tenido a lo largo de estas semanas o que más les preocupan. Por tanto, lo primero que hay que hacer es anotar cada actitud negativa en un cartelito pequeño que te entregará la docente. ✓ Seguidamente, se fabricará una caja pequeña de cartón bonita o una papelerera. ✓ Se solicitará al estudiante “coger la caja o papelerera y depositar todo lo que no desea pensar más sobre él mismo, y una vez lo haya realizado deberá desechar las etiquetas, cada vez que se le escape una, deberá recordar que tiene que decirse”: “Eso no lo pienso ahora, ese pensamiento ya está en la basura”. ✓ Esta actividad también pueden realizarla ellos en casa en compañía de sus familiares, pero en el aula se trabajará por parejas, siendo la otra persona la que sustituya a esa etiqueta que se ha depositado por un pensamiento o comportamiento más positivo. ✓ Seguidamente se pedirá la participación voluntaria de los estudiantes para comentar sobre lo que anotaron en sus cartelitos, se escuchará con atención y se estimulará a dejarlos en el tacho de la basura. ✓ Se concluirá con una actividad de refuerzo “Yo puedo entrenar mi cerebro” 	25 minutos	
CIERRE	Cierre o Salida:	Cierre o Salida: PREGUNTAS DE REFLEXIÓN Se solicita a los estudiantes a responder las siguientes preguntas: ¿Eres capaz de dominar tu parte negativa? ¿Qué emociones te resultarían más complicadas de dominar? ¿Qué aprendiste el día de hoy?	10 minutos	

ANEXO SESIÓN 6

OPTIMISMO = Pensar positivo



**Yo puedo entrenar
mi cerebro.**



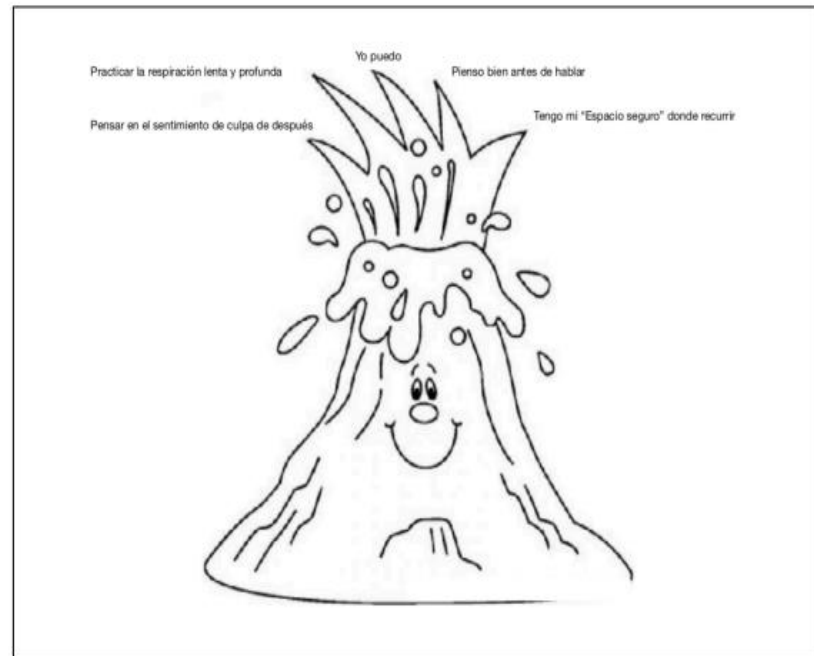
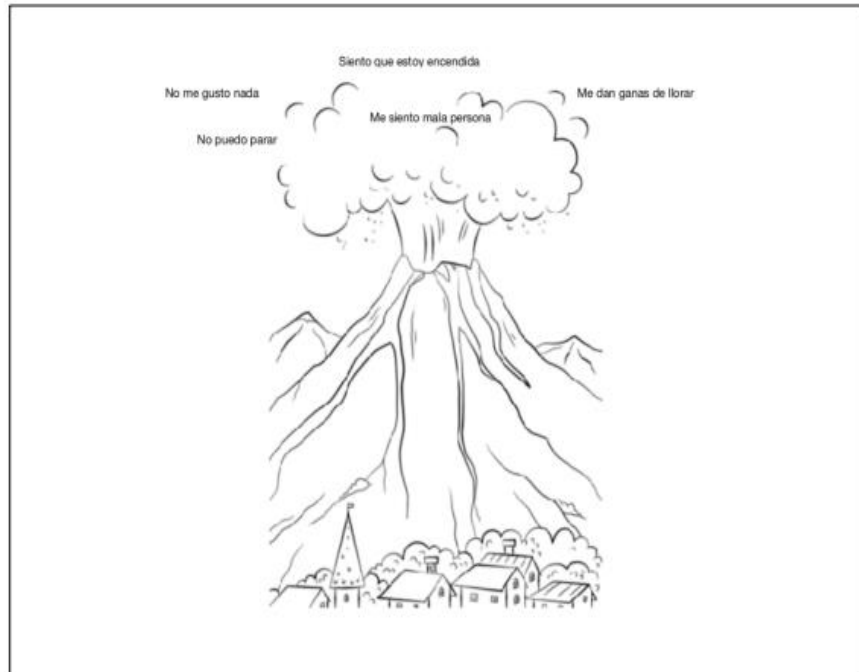
Lo que debo decir a mi cerebro.	Lo que <u>no</u> debo decir a mi cerebro.
	
	
	
	
	

Sesión 7: “Controlo mis emociones y modelo mi comportamiento”

OBJETIVO: Aprender a controlar las respuestas fisiológicas de ansiedad que pueden impedir o dificultar el comportamiento deseado.

MOMENTOS	SECUENCIA	ESTRATEGIA	DURACIÓN	MATERIALES
INICIO	<p>Presentación de la sesión. Introducción y Lluvia de ideas.</p>	<p>Lluvia de Ideas. - Se recogerá los saberes previos de los participantes en los que se realizarán las siguientes preguntas: ¿Sabes cómo y por dónde un volcán expulsa la lava? ¿Cómo asociarías un volcán con una persona enojada? ¿Qué ocurre después de una erupción volcánica?</p>	5 minutos	<ul style="list-style-type: none"> - Papelote - Pizarra - Marcador de pizarra - Cartulinas A4 - Lápiz - Borrador
DESARROLLO DEL TEMA	<p>Explicación del tema y desarrollo de la actividad</p>	<p>DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PARA APRENDER A CONTROLAR LAS EMOCIONES</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ El docente inicia con un pequeño diálogo acerca de que cuando estamos en modo frustrado, agitado, no pensamos en las consecuencias de nuestras palabras o de nuestros comportamientos y, como consecuencia poco tiempo después aparece el sentimiento de culpa y arrepentimiento. ✓ Se solicita al estudiante que, en una cartulina, dibuje un volcán grande que esté en erupción. Cada uno lo decorará y lo diseñará a su gusto. ✓ Se le indica a cada uno que piense en una situación donde le haga perder la paciencia y, alrededor del volcán anote todo lo que siente en ese momento, con el objetivo de tomar consciencia de sus estados mentales cuando se había pasado de la raya. ✓ Una vez hecho el volcán, propondremos que realicen otro más animado y que sustituyan los pensamientos y sentimientos negativos que habían puesto por otros más positivos. De esta manera, sería conveniente tenerlo presente cuando la situación nos supere. 	25 minutos	
CIERRE	<p>Cierre o Salida:</p>	<p>Cierre o Salida: PREGUNTAS DE REFLEXIÓN Se solicita a los estudiantes a responder las siguientes preguntas: ¿En qué te pareces a un volcán? ¿Dejas que las situaciones de ira te dominen? ¿Qué aprendiste el día de hoy?</p>	10 minutos	

ANEXO SESIÓN 7



Sesión 8: “Me divierto cooperando”

OBJETIVO: Aprender a encontrar soluciones por medio de estrategias de reflexión o debate, utilizando la cooperación.

MOMENTOS	SECUENCIA	ESTRATEGIA	DURACIÓN	MATERIALES
INICIO	<p align="center">Presentación de la sesión.</p> <p align="center">Introducción y Lluvia de ideas.</p>	<p>Lluvia de Ideas.</p> <p>- Se recogerá los saberes previos de los participantes en los que se realizarán las siguientes preguntas:</p> <p>¿Conoces que es la cooperación?</p> <p>¿Crees que la cooperación es importante?</p> <p>¿En qué nos ayuda la cooperación?</p>	5 minutos	<ul style="list-style-type: none"> - Papelote - Pizarra - Marcador de pizarra - Hoja - Lápiz - Bolsa
DESARROLLO DEL TEMA	<p align="center">Explicación del tema y desarrollo de la actividad</p>	<p>DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PARA APRENDER EL VALOR DE LA COOPERACIÓN (Barreras a la solución)</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Se da una de papel a cada miembro del grupo para que escriba el problema que haya detectado recientemente. ✓ Se doblan las hojas y se guardan en una bolsa. ✓ Por orden, cada participante irá sacando una hoja de la bolsa y la leerá en voz alta, mientras que otro miembro del grupo irá anotando lo que se haya dicho en la pizarra. ✓ Una vez apuntados todos los problemas, se elige uno para resolver por votación. ✓ Una vez elegido el tema, se debate qué ha sucedido y debajo del tema elegido, en la pizarra, se dibujan dos columnas. ✓ En una se apuntan las ventajas o aspectos positivos de lo que se debate y en la otra columna las desventajas o aspectos negativos del tema en cuestión. ✓ Una vez observado todo esto, se daran opiniones acerca del mismo. 	30 minutos	
CIERRE	<p align="center">Cierre o Salida:</p>	<p>Cierre o Salida:</p> <p>PREGUNTAS DE REFLEXIÓN</p> <p>Se solicita a los estudiantes a responder las siguientes preguntas:</p> <p>¿Te resulta fácil colaborar con los demás?</p> <p>¿Qué crees que sucedería si no existiera la cooperación?</p> <p>¿Qué aprendiste el día de hoy?</p>	5 minutos	

Sesión 9: "Elijo expresiones y pensamientos positivos"
OBJETIVO: Sustituir los estados mentales negativos por positivos.

MOMENTOS	SECUENCIA	ESTRATEGIA	DURACIÓN	MATERIALES
INICIO	Presentación de la sesión. Introducción y Lluvia de ideas.	Lluvia de Ideas. - Se recogerá los saberes previos de los participantes en los que se realizarán las siguientes preguntas: ¿Sabes que significa tener un pensamiento positivo? ¿Cómo reemplazarías lo negativo por lo positivo? ¿Te resulta fácil hacer cumplidos a los demás?	5 minutos	- Pizarra - Marcador de pizarra
DESARROLLO DEL TEMA	Explicación del tema y desarrollo de la actividad	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PARA APRENDER A ELEGIR PENSAMIENTOS POSITIVOS (ACTIVIDAD: Ronda de expresiones y pensamientos positivos) ✓ El docente solicita a los estudiantes formar un círculo. ✓ Cada participante debe expresar al compañero que tiene a su derecha un cumplido o una emoción positiva relacionada específicamente con esa persona. Por ejemplo: ✓ "Me gustas", "Eres muy amable", "Me gusta cómo vistes", "Me siento muy bien contigo", "Me pareces muy inteligente". ✓ Posteriormente, el docente plantea algunas preguntas tales como: ¿Cómo te has sentido? ¿Por qué? ¿Por qué es importante expresar nuestras emociones? ✓ Se acompaña la sesión con esta actividad.	25 minutos	
CIERRE	Cierre o Salida:	Cierre o Salida: PREGUNTAS DE REFLEXIÓN Se solicita a los estudiantes a responder las siguientes preguntas: ¿Me resulta sencillo cambiar mis pensamientos negativos por positivos? ¿Qué importancia tiene el dominio de las emociones? ¿Qué aprendiste el día de hoy?	10 minutos	

ANEXO SESIÓN 10

1. APRENDO A CAMBIAR LOS PENSAMIENTOS NEGATIVOS POR OTROS POSITIVOS.

<u>SITUACIÓN</u>	<u>PENSAMIENTO NEGATIVO</u>	<u>PENSAMIENTO POSITIVO</u>
a) UNA AMIGA O UN AMIGO NO QUISO HABLARME HOY		
b) MIS AMIGAS Y AMIGOS PASARON EL EXAMEN Y YO NO.		
c) ME CAMBIARON DE AULA.		
d) ESTÁ LLOVIENDO Y MI PROFESORA DICE QUE NO SALDREMOS AL RECREO		
e) LE FALTE EL RESPETO A MI PROFESORA Y NO LE PEDI DISCULPA		

Sesión 10: “Descubro lo que me provoca el enojo”

OBJETIVO: Detectar los factores externos que provocan frustración.

MOMENTOS	SECUENCIA	ESTRATEGIA	DURACIÓN	MATERIALES
INICIO	Presentación de la sesión. Introducción y Lluvia de ideas.	Lluvia de Ideas. - Se recogerá los saberes previos de los participantes en los que se realizarán las siguientes preguntas: Explica con tus propias palabras ¿qué es el enojo? ¿Qué sentimientos experimentas al estar enojado/a? ¿Crees que nuestro enojo puede provocar algún problema?	5 minutos	- Globo
DESARROLLO DEL TEMA	Explicación del tema y desarrollo de la actividad	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PARA APRENDER A DESCUBRIR LO QUE ME CAUSA ENOJO (ACTIVIDAD: El globo) El docente explicará sobre “el enojo” estableciendo la metáfora de un globo. Les diremos que cuando más nos enfada algo más rabia experimentamos. Por tanto, llenaremos de aire el globo a la vez que pensemos que nos puede hacer enfadar. <ul style="list-style-type: none"> ✓ Se entrega a cada uno de los estudiantes un globo. Se les solicita que piensen en situaciones que les provoque ira y empiecen a inflar el globo. Mientras más situaciones piensen, el globo deberá inflarse más y más hasta más no poder. ✓ Seguidamente, les indicaremos que suelten el globo inflado y que apunten hacia el sitio que quieren que se dirija. Al hacerlo, les preguntaremos porque no han sido capaces de dirigir el globo hacia el punto que querían, y aprovechando este hecho, nos dará pie a hablar que sobre el control de las palabras echadas al viento, puesto que cuando sentimos enojo, muchas veces no se puede controlar. ✓ Pedimos a los estudiantes de manera voluntaria que compartan los pensamientos sobre situaciones que le produjeron enojo. ✓ Finalmente se explica que esta actividad les podrá servir de reflexión sobre lo importante que es el saber controlar el enojo cuando nos pasa algo. 	25 minutos	
CIERRE	Cierre o Salida:	Cierre o Salida: PREGUNTAS DE REFLEXIÓN Se solicita a los estudiantes a responder las siguientes preguntas: ¿Te enojas fácilmente? ¿Puedes controlar una situación de enojo? ¿Por qué? ¿Qué aprendiste el día de hoy?	10 minutos	

ANEXO SESIÓN 10



Sesión 11: “Controlo mi enojo”

OBJETIVO: Trabajar estrategias de afrontamiento para el control del enojo .

MOMENTOS	SECUENCIA	ESTRATEGIA	DURACIÓN	MATERIALES
INICIO	Presentación de la sesión. Introducción y Lluvia de ideas.	Lluvia de Ideas. - Se recogerá los saberes previos de los participantes en los que se realizarán las siguientes preguntas: ¿Qué ocurre cuando nos enojamos? ¿El enojo resuelve o da más problemas? ¿Cómo podemos calmar nuestro enojo?	5 minutos	- Pizarra - Marcador de pizarra
DESARROLLO DEL TEMA	Explicación del tema y desarrollo de la actividad	<p align="center">DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PARA APRENDER A CONTROLAR ELE ENOJO (ACTIVIDAD: Respiro y pienso)</p> El docente explicará sobre “el enojo” Les diremos que cuando más nos enfada algo más enojo experimentamos. <ul style="list-style-type: none"> ✓ En el pizarrón se plantea una situación y se realiza la pregunta a los estudiantes de que si han vivido alguna situación similar a la que se está mencionando. ✓ Se dan una serie de alternativas de sentimientos y emociones que pueda estar experimentando el niño al encontrarse con esa situación, se deberá escoger una o más emociones. ✓ Luego se solicita que se respire profundo mientras se cuenta hasta el 3. ✓ Pienso que pensamientos pueden ayudar a este niño a dominar la situación. ✓ Lee las alternativas y escoge uno o varios pensamientos positivos. ✓ ¿Comenta qué comportamiento del niño sería el más adecuado? 	25 minutos	
CIERRE	Cierre o Salida:	Cierre o Salida: PREGUNTAS DE REFLEXIÓN Se solicita a los estudiantes a responder las siguientes preguntas: ¿El enojo soluciona mis problemas? ¿Controlo al enojo o el me controla? ¿Qué aprendiste el día de hoy?	10 minutos	

ANEXO SESIÓN 11

¿HABÉIS VIVIDO ALGUNA VEZ UNA SITUACIÓN PARECIDA? COMENTADLO ENTRE TODOS

¿El tío me gusta más que me lleva la comida?

Escoge uno o dos pensamientos positivos

ATRÁS CONTINUAR

PAZO 1 ¿CÓMO CREÉS QUE ESTÁ SINTIÉNDOSE ESTE NIÑO?

No siento

risa
enfado
nerviosismo
tristeza
nervios
furia
tristeza
ira
otras emociones

Escoge una o dos emociones

ATRÁS CONTINUAR

PAZO 2 RESPIRAD PROFUNDAMENTE MIENTRAS CONTAS HASTA TRES

ATRÁS CONTINUAR

PAZO 3 ¿QUÉ PENSAMIENTOS CREÉS QUE PUEDEN AYUDAR A ESTE NIÑO A AFRONTAR LA SITUACIÓN?

Pienso que:

debería tranquilizarme
o lo mejor tiene razón
no hay para tanto
no es necesario que estemos de acuerdo
no tendría que ser rencoroso
otras pensamientos

Escoge uno o dos pensamientos positivos

ATRÁS CONTINUAR

PAZO 4 ¿QUÉ COMPORTAMIENTO DE ESTE NIÑO CREÉS QUE SERÍA EL MÁS ADECUADO? COMENTADLO ENTRE TODOS

ATRÁS CONTINUAR

Sesión 12: "Respiro y me relajo"

OBJETIVO: Fomentar técnicas de autocontrol, respiración y relajación .

MOMENTOS	SECUENCIA	ESTRATEGIA	DURACIÓN	MATERIALES
INICIO	Presentación de la sesión. Introducción y Lluvia de ideas.	Lluvia de Ideas. - Se recogerá los saberes previos de los participantes en los que se realizarán las siguientes preguntas: ¿Sabes para qué sirve un semáforo? ¿Qué ocurriría si no existieran los semáforos?	5 minutos	<ul style="list-style-type: none"> - Papelote - Pizarra - Marcador de pizarra - Hoja bond A4
DESARROLLO DEL TEMA	Explicación del tema y desarrollo de la actividad	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PARA APRENDER A MANTENER LA CALMA El docente mediante un esquema explicará cómo podemos desarrollar la autorregulación emocional En un papelote desarrolla las siguientes actividades: Dibuja un rostro en el que se observe uno de estos sentimientos: cólera, ira, angustia o alegría. Para que descubras que las emociones son posibles de ser controladas, describe una situación en donde recuerdes haber controlado adecuadamente tus emociones. Leer en grupo el siguiente texto y dar una opinión acerca del mensaje que nos deja esta lectura.. ¿Cuál es la relación que tiene con la autorregulación emocional y la asertividad?	25 minutos	
CIERRE	Cierre o Salida:	Cierre o Salida: PREGUNTAS DE REFLEXIÓN Se solicita a los estudiantes a responder las siguientes preguntas: ¿El enojo soluciona mis problemas? ¿Controlo al enojo o el me controla? ¿Qué aprendiste el día de hoy?	10 minutos	

ANEXO SESIÓN 12

EL GALLO DE PELEA

Chi Hsing Tzu entrenaba un gallo de pelea para el rey Hsuan. Era un gallo fino. El rey no hacía más que preguntar si el ave estaba preparada para combatir. A diez días de comenzado el entrenamiento, el rey le preguntó si el gallo estaba listo para combatir. «Aún no», respondió el entrenador. «Es fuerte y está lleno de fuego, dispuesto a pelear con cualquier otro gallo. Es vanidoso y confía demasiado en su coraje».

Diez días más tarde, contestó de nuevo: «Todavía no. Apenas escucha el canto de otro gallo le entra una rabieta y quiere pelear». Otros diez días más: «Aún no. Todavía manifiesta cierta rabia en sus gestos e hincha el plumaje». Y pasaron otros diez días: «Ya está casi listo. Aunque vea o escuche cantar a otros gallos, se mantiene tranquilo. Nada lo altera. Parece un gallo de madera. Su actitud es poderosa. Los demás gallos no se atreverán a aceptar su desafío». Llegó el día del torneo, a donde acudieron muchos gallos. Pero las demás aves no se atrevían a aproximarse al gallo del rey. Huían como gallos ante este formidable animal, que poseía una tremenda fuerza interna y la proyectaba a través de su serenidad.

Sesión 13: "Me dirijo ante los demás agradablemente"

OBJETIVO: Entrenar el vocabulario positivo y respetuoso hacia uno mismo y los demás

MOMENTOS	SECUENCIA	ESTRATEGIA	DURACIÓN	MATERIALES
INICIO	Presentación de la sesión. Introducción y Lluvia de ideas.	Lluvia de Ideas. - Se recogerá los saberes previos de los participantes en los que se realizarán las siguientes preguntas: ¿Sabes para qué sirve un mural? ¿Cuál es la función de los murales? Nombro actividades agradables que me hacen olvidar momentos de enfado o tristeza.	5 minutos	- Papelote - Pizarra - Marcador de pizarra - Hojas bond A4 - Goma - Lápiz - Lápices decolores - Marcadores
DESARROLLO DEL TEMA	Explicación del tema y desarrollo de la actividad	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PARA APRENDER A MANTENER LA CALMA (ACTIVIDAD: Mural de actividades agradables) ✓ Se solicita al estudiante pegar dos hojas papel bond juntas para crear un pequeño mural de manera individual. ✓ Se pide plasmar un listado de actividades que hacen que cada uno se relaje cuando están nerviosos o enfadados con la finalidad de hacer uso de ellas cuando se encuentren mal. ✓ Se colocará de ejemplo un listado de actividades agradables en el pizarrón para transmitir ideas. ✓ Se otorgarán 20 minutos para elaborarlo y decorarlo al gusto de cada uno/a. ✓ Se recomienda pegar el mural en un sitio de su casa para hacer uso de alguna de las actividades cuando sea necesario.	25 minutos	
CIERRE	Cierre o Salida:	Cierre o Salida: PREGUNTAS DE REFLEXIÓN Se solicita a los estudiantes a responder las siguientes preguntas: ¿Cuál fue la actividad más agradable para mí? ¿Por qué la plasmé? ¿Cómo me ayuda a relajarme?	5 minutos	

ANEXO SESIÓN 13



Cuanto estoy nervioso/a o enfadado/a, las actividades que me relajan son...

- Meditar
- Pintar
- Escuchar música
- Leer
- Hablar con un amigo
- No hacer nada
- Poner un Video de Youtube de risa
- Hacer ejercicio
- Editar fotos

Sesión 14: “Soy capaz, soy muy fuerte”

OBJETIVO: Fomentar la mentalización y el uso de refuerzos positivos.

MOMENTOS	SECUENCIA	ESTRATEGIA	DURACIÓN	MATERIALES
INICIO	Presentación de la sesión. Introducción y Lluvia de ideas.	Lluvia de Ideas. - Se recogerá los saberes previos de los participantes en los que se realizarán las siguientes preguntas: ¿Sientes que pierdes las fuerzas ante una situación difícil? Nombra actividades que te desaniman y explica con tus propias palabras el por qué.	5 minutos	- Pizarra - Marcador de pizarra - Hoja con lectura - Hoja impresa
DESARROLLO DEL TEMA	Explicación del tema y desarrollo de la actividad	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PARA APRENDER A FORTALECER TUS HABILIDADES DE AFRONTAMIENTO Se inicia con la interpretación de esta frase: <i>“Las habilidades de afrontamiento tienen como principal aliada a la determinación que es la fuerza que te permite conquistar sueños o afrontar situaciones difíciles”.</i> Las habilidades para el afrontamiento son estrategias que usamos para manejar los sentimientos y manejar el estrés. Las estrategias de afrontamiento se pueden usar en cualquier momento, y su uso regular puede ayudar a prevenir el estrés en primer lugar <ul style="list-style-type: none"> ✓ Se solicita de manera voluntaria la participación de un estudiante para realizar la lectura. ✓ Se pide atender la lectura “El burro y el pozo” ✓ Una vez concluida se plantean interrogantes y se procede a realizar la actividad en la hoja impresa. 	25 minutos	
CIERRE	Cierre o Salida:	Cierre o Salida: PREGUNTAS DE REFLEXIÓN Se solicita a los estudiantes a responder las siguientes preguntas: ¿Qué te llamó más la atención en la lectura? ¿Guarda relación con algún suceso que te haya ocurrido en la vida diaria? ¿Qué aprendiste hoy?	10 minutos	

ANEXO SESIÓN 14

EL BURRO Y EL POZO

Un día el viejo burro de un campesino cayó en un pozo. El animal, asustado, rebuzno fuertemente durante horas mientras el campesino trataba de averiguar qué podía hacer.

Finalmente, el campesino pensó que el animal era ya demasiado mayor para darle un servicio útil y, además, el pozo estaba seco y necesitaba ser tapado de todas formas, por lo que realmente no valía la pena sacar al burro.

Entonces reunió a unos vecinos para que le ayudaran. Todos cogieron las palas y empezaron a echar tierra para cubrir el pozo con el burro dentro.

El burro, en el fondo del hoyo empezó a darse cuenta de lo que estaba pasando, sintió un intenso miedo al percibir la cercanía de la muerte y rebuznó aún más desconsolado. Poco después, para sorpresa de todos, se tranquilizó, asumió su fin y se tumbó dejando que la tierra le cubriera lentamente.



Tras unos minutos de tranquilidad, el burro abrió ampliamente los ojos y sonrió. Se incorporó pausadamente y se sacudió la tierra que le cubría el lomo y la cabeza. A medida que iba cayendo la tierra pudo ir dando pasos hacia arriba que lo acercaban a la deseada libertad.

Pronto, todos vieron sorprendidos como el burro llegó hasta la boca del pozo, pasó por encima del borde y salió trotando con más vitalidad que cuando era joven...

Una situación aparentemente adversa puede convertirse en algo muy positivo. Nuestra forma de ver y de interpretar las cosas condiciona nuestros sentimientos y comportamientos. Podemos ser capaces de percibir cualquier situación o experiencia desde diferentes perspectivas y centrarnos en aquella que nos resulte más útil. Cualquier experiencia que en principio parece mala, la mayoría de las veces puede considerarse como ventajosa, viéndola desde otra perspectiva.

Se trata de encontrar en cada experiencia el punto de vista más útil, para convertirla en algo que nos favorezca, así podremos reencuadrar los problemas para convertirlos en oportunidades.

El significado de cualquier suceso dependerá de la perspectiva desde la que lo observemos. Cuando la perspectiva cambia, cambia también el significado, y cuando cambia el significado también cambian las emociones y las conductas asociadas a él. Por ejemplo, si descubres que has fallado en algo, puedes pensar que está muy bien que te hayas dado cuenta y que así podrás corregir la equivocación y mejorar tu actuación en una situación similar que pueda presentarse en el futuro. Es importante ver los errores como experiencias que facilitan el aprendizaje.

ACTIVIDAD

a) ¿Qué sucedió con el burro?

.....

.....

b) ¿Qué estrategias utilizó el burro?

.....

.....

c) ¿Qué valor nos enseña esta lectura?

.....

.....

d) ¿Crees que es importante tener habilidades de afrontamiento para mediar y resolver problemas?

.....

.....

Explica las siguientes expresiones:

a) Puedo mantener la calma

.....

.....

b) Soy capaz de resolverlo

.....

.....

c) Consigo lo que quiero

.....

.....

Sesión 15: "Tú en mi lugar y yo en el tuyo"

OBJETIVO: Analizar y comprender las situaciones ajenas y ponernos en el lugar de los demás

MOMENTOS	SECUENCIA	ESTRATEGIA	DURACIÓN	MATERIALES
INICIO	<p>Presentación de la sesión. Introducción y Lluvia de ideas.</p>	<p>Lluvia de Ideas. - Se recogerá los saberes previos de los participantes en los que se realizarán las siguientes preguntas: ¿Sabes qué es el valor de la empatía? ¿Consideras importante ser empático? ¿Por qué?</p>	5 minutos	<ul style="list-style-type: none"> - Pizarra - Marcador de pizarra - Hoja con lectura - Hoja A4 - Lápiz - Lápices de colores
DESARROLLO DEL TEMA	<p>Explicación del tema y desarrollo de la actividad</p>	<p align="center">DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PARA FOMENTAR LA EMPATIA (ACTIVIDAD: Lectura el caso de Lorenzo)</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Se solicita de manera voluntaria la participación de un estudiante para realizar la lectura. ✓ Se pide atender la lectura "El caso de Lorenzo" ✓ Una vez concluida se plantean las siguientes interrogantes de manera oral: ¿Quién es Lorenzo? ¿Qué arrastra consigo Lorenzo? ¿Qué representa el caso Lorenzo? ¿Qué dificultades tiene Lorenzo? ¿Qué necesita mucho Lorenzo? ✓ En una hoja tamaño A4 elabore un dibujo de la escena que más haya llamado su atención. ✓ Coloca un mensaje o frase especial referente a la lectura y guarda tu trabajo para llevarlo a casa y mostrárselo a tu familia. 	25 minutos	
CIERRE	<p>Cierre o Salida:</p>	<p>Cierre o Salida: PREGUNTAS DE REFLEXIÓN Se solicita a los estudiantes a responder las siguientes preguntas: ¿Qué mensaje te dejó la lectura? ¿Piensas que realmente tus problemas son los más difíciles de resolver? ¿Qué aprendiste hoy?</p>	10 minutos	

ANEXO SESIÓN 15

EL CAZO DE LORENZO.

- Lorenzo siempre arrastra el cazo detrás de él: Con una cara muy tímida, Lorenzo no se encuentra a gusto en su vida.
- El cazo se le cayó un día encima... no se sabe muy bien por qué. A causa de este cazo, Lorenzo ya no es del todo como los demás: Enfadado y sorprendido, no entiende nada de porqué su vida es así.
- Necesita mucho cariño. Es muy sensible: A causa de sus complejos... piensa que no es bien visto por los demás y se preocupa por ellos, aunque le encantaría poder tener cariño de los demás.
- Le encanta escuchar música. Tiene un montón de cualidades: Es un niño muy normal, tiene aficiones y sabe hacer bastantes cosas, se siente bien haciendo lo que le gusta.
- A menudo las personas solo ven ese cazo que Lorenzo arrastra... y lo encuentran raro: Lorenzo actúa de forma que la gente no lo encuentra normal, e inconscientemente lo apartan del grupo.
- Además su cazo le complica la vida...se atasca en todas partes: Esos complejos o malos recuerdos le impiden hacer una vida normal, todo se le complica y se ahoga en un vaso de agua.
- Poca gente se da cuenta que Lorenzo tiene que hacer el doble de esfuerzo que los demás para llegar. Nadie sabe ni hace por saber los problemas que Lorenzo tiene, y se siente diferente al ver que todos los demás hacen las mismas cosas que él, con muchísimo menos esfuerzo.
- A Lorenzo le gustaría librarse de ese cazo, pero es imposible: Lorenzo quiere olvidar sus problemas y no recordarlos más, pero ve que no puede borrar algo de su experiencia así porque sí.
- Un día está tan burro que decide esconderse, se queda así durante mucho tiempo: Tras comprobar que no olvida sus problemas se deprime e intenta evadirse de la realidad.
- Poco a poco la gente se olvida de él... y no le hacen ni caso: Nadie va a hacer por Lorenzo un esfuerzo para que salga de ese pozo que desde dentro parece que no se ve la luz de la salida.
- Pero las cosas no son así de sencillas, afortunadamente... Existen personas extraordinarias: Hay personas que saben mirar la vida o la realidad de una forma optimista, que cuando aparecen en tu vida, todo se vuelve más sencillo. Te hacen quedarte con las cosas buenas, ver tus cualidades y saber apreciar tus virtudes.
- El cazo sigue estando ahí pero es más discreto y ya no se atasca en todas partes: Después de abrir los ojos y darse cuenta de que no se pueden olvidar los malos recuerdos sino saber unirlos al pasado de forma que te permitan vivir el presente sin tener "la cabeza metida en un cazo".
- Lorenzo sigue siendo el mismo: A pesar de sus dificultades Lorenzo es una persona normal, con sus virtudes y sus defectos, pero nadie le valoraba nada, sabiendo y realizando actividades con mucha habilidad.

Sesión 16: "Pido disculpas"

OBJETIVO: Analizar el efecto que los errores tienen en el resto.

MOMENTOS	SECUENCIA	ESTRATEGIA	DURACIÓN	MATERIALES
INICIO	Presentación de la sesión. Introducción y Lluvia de ideas.	Lluvia de Ideas. - Se recogerá los saberes previos de los participantes en los que se realizarán las siguientes preguntas: ¿Por qué nos cuesta tanto reconocer los errores? ¿Consideras importante pedir disculpas? ¿Por qué??	5 minutos	- Pizarra - Marcador de pizarra - Hoja con lectura - Hoja A4
DESARROLLO DEL TEMA	Explicación del tema y desarrollo de la actividad	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PARA FOMENTAR VALORES HUMANOS (ACTIVIDAD: "Cascabel reconoce sus errores) ✓ Se solicita de manera voluntaria la participación de un estudiante para realizar la lectura. ✓ Se pide atender la lectura "Cascabel reconoce sus errores" ✓ Una vez concluida se plantean las siguientes interrogantes de manera oral: ¿Quién era Cascabel? ¿Qué error cometió Cascabel? Se propone releer la lectura para poder realizar la actividad de manera correcta.	25 minutos	-
CIERRE	Cierre o Salida:	Cierre o Salida: PREGUNTAS DE REFLEXIÓN Se solicita a los estudiantes a responder las siguientes preguntas: ¿Qué mensaje te dejó la lectura? ¿Piensas que reconocer nuestros errores nos hace menos que los demás? ¿Qué aprendiste hoy?	10 minutos	

ANEXO SESIÓN 16

Cuento:
"Cascabel reconoce sus errores"

2. Selecciona la opción correcta:

- La ardilla Cascabel llegó apurada a clase y...

Le dió un codazo a la mesa de Galileo.

Tropezó con la mochila de un compañero.

- ¿Qué paso con el dibujo de Galileo?

Se perdió.

Se manchó con tempera.

- ¿A quién hecho la culpa Cascabel por lo que hizo?

Al burrito Galileo, por dejar en la esquina la tempera.

A su mamá porque lo llevó tarde a la escuela.

- ¿Quién le dijo a Cascabel que le pida perdón a Galileo?

La maestra Lechuza.

La tortuga Roqui.

- A la ardilla Cascabel ¿Le volvió a pasar algo parecido por apurada?

Si, en el laboratorio.

No.

- ¿Qué aprendió la ardilla Cascabel?

A tener siempre la razón.

A aceptar sus errores y pedir perdón.

3. Ordena lo que sucedió en la historia.

4. Ubica los números del 1 al 4.

1 2 3 4 



La tortuga Roqui le dijo a Cascabel que pida perdón.



Cascabel pidió perdón por sus errores.



Cascabel arruinó el dibujo de Galileo.



Cascabel entro al laboratorio corriendo y rompió los frascos de vidrio.



Sesión 17: “Me comunico con respeto y confianza”

OBJETIVO: Fomentar la aplicación de los valores humanos en todas las situaciones del diario vivir.

MOMENTOS	SECUENCIA	ESTRATEGIA	DURACIÓN	MATERIALES
INICIO	Presentación de la sesión. Introducción y Lluvia de ideas.	Lluvia de Ideas. - Se recogerá los saberes previos de los participantes en los que se realizarán las siguientes preguntas: ¿Conoces los valores humanos? ¿Sabes qué es una virtud?	5 minutos	- Papelote - Pizarra - Marcador de pizarra - Cartulinas A4
DESARROLLO DEL TEMA	Explicación del tema y desarrollo de la actividad	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PARA FOMENTAR VALORES HUMANOS (Valores y virtudes) Breve diálogo sobre la importancia de los valores y virtudes en el ser humano. <ul style="list-style-type: none"> ✓ Con la actividad se pretende que esta sesión sea la focalización de los valores propios de cada uno de los miembros del grupo y de los cuales se sienten orgullosos/as. ✓ Se solicita a los estudiantes anotar una virtud que durante este tiempo hayan descubierto. ✓ Se les pide que en una cartulina escriban las letras de su nombre en vertical como tipo acróstico. ✓ La tarea consiste en escribir un valor o virtud que les represente y que empiece por la letra de su nombre. ✓ Se aconseja replicar esta actividad en casa con toda la familia y colgar los nombres en alguna pared y así se aumenta el compromiso del compartir con los demás. ✓ Decorar a su creatividad. 	25 minutos	- Lápiz - Marcadores o lápices de colores
CIERRE	Cierre o Salida:	Cierre o Salida: PREGUNTAS DE REFLEXIÓN Se solicita a los estudiantes a responder las siguientes preguntas: ¿Cuál es la importancia de los valores humanos en tu vida? ¿Pensas que son necesarios? ¿Por qué? ¿Qué aprendiste hoy?	10 minutos	

ANEXO SESIÓN 17

ACRÓSTICO

Responsabilidad frente a mis deberes

Entusiasmo por lo que haces

Sinceridad en lo que dices

Perdón cuando debes pedirlo

Esperanza de lo mejor

Tolerancia para alcanzarlo

Orgullosa de ser respetuosa

Sesión 18: “Activando la comunicación asertiva”

➤ **OBJETIVO:** Desenvolverse de forma adecuada y eficaz en una determinada comunidad de habla y escucha.

MOMENTOS	SECUENCIA	ESTRATEGIA	DURACIÓN	MATERIALES
INICIO	Presentación de la sesión. Introducción y Lluvia de ideas.	Lluvia de Ideas. - Se recogerá los saberes previos de los participantes en los que se realizarán las siguientes preguntas: ¿Qué entiendes por comunicación asertiva? ¿Crees que la comunicación es la base para resolver problemas? ¿Escuchas con atención cuando alguien se dirige ante ti? ¿Te resulta difícil expresar tus ideas?	5 minutos	- Hoja con lectura - Pizarra - Marcador de pizarra
DESARROLLO DEL TEMA	Explicación del tema y desarrollo de la actividad	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD (ACTIVIDAD: “Ver para creer” Lectura La Fábula del búho sabio) Breve diálogo sobre la comunicación y la importancia que tiene la escucha activa y comprensión de ideas. ✓ Se solicita a los estudiantes un voluntario para leer la fábula del búho sabio. ✓ Se les pide prestar atención a la lectura. ✓ Se propone a los estudiantes opinar acerca de lo que entendieron y se formulan las siguientes preguntas: ¿Por qué empezaron a inquietarse los animales del bosque? ¿Qué rumores empezaron a esparcirse? ¿Cuáles fueron los animales que se reunieron en consejo? ¿Quién fue el primero en intervenir en la reunión? ¿Quién guardó silencio y se alejó del lugar? ¿Quiénes decidieron cerciorarse por su propia cuenta? ¿Qué aporte nos da esta lectura y qué opinas de la inteligencia del búho?	25 minutos	
CIERRE	Cierre o Salida:	Cierre o Salida: PREGUNTAS DE REFLEXIÓN Se solicita a los estudiantes a responder las siguientes preguntas: ¿Piensas que el búho utilizó la comunicación activa? ¿Qué aprendiste hoy?	5 minutos	

ANEXO SESIÓN 18

La Fábula del Búho sabio.



En un atardecer de un caluroso verano, después de una prolongada sequía.

Los habitantes del bosque empezaron a inquietarse debido al humo que se esparcía a lo lejos, el cielo azul se tomó gris, debido a la espesura del bosque no se podía distinguir lo que sucedía en realidad.

Se empezaron a esparcirse rumores acerca del origen del humo.

Ante tal situación los animales del bosque se reunieron en consejo para conocer la situación y tomar medidas al respecto

El sr elefante fue el primero en intervenir en la reunión.

_Según mi experiencia, cuando hay humo en el bosque es

porque algún agricultor está preparando la tierra para sembrar.

Las señoras Urracas al unísono apoyaron el comentario.

-¡Sí, eso debe ser! cada año sucede lo mismo, no hay de que alarmarse.

Los pequeños animalitos del bosque, la ardilla, la liebre y el ciervo, no se atrevieron a contradecir al majestuoso elefante.

El Asno también estuvo de acuerdo porque la mayoría lo decía.

La astuta Zorra guardó silencio y se alejó del lugar.

El Halcón, decidió cerciorarse por su cuenta de lo que sucedía y acompañado del el sr águila volaron hasta el sitio donde se originaba el humo en lo profundo del bosque

Observaron, que la causa del humo era el fuego que se propagaba rápidamente por el bosque, la dirección del viento pronto llevaría el fuego a donde se encontraban los animales del bosque, apenas tenían tiempo de avisar, para poder escapar.

Cuando regresaron a informar de lo que habían visto y de la grave situación en que se encontraba el bosque en llamas y del riesgo que corrían , el consejo determinó huir del lugar a la brevedad y poner a salvó sus vidas.

El sabio Búho concluyó con una moraleja.

Los que suponen y se guían por rumores, toman malas decisiones, solo los hechos y la evidencia que obtenemos por observación directa, nos lleva a juicios y decisiones correctas..

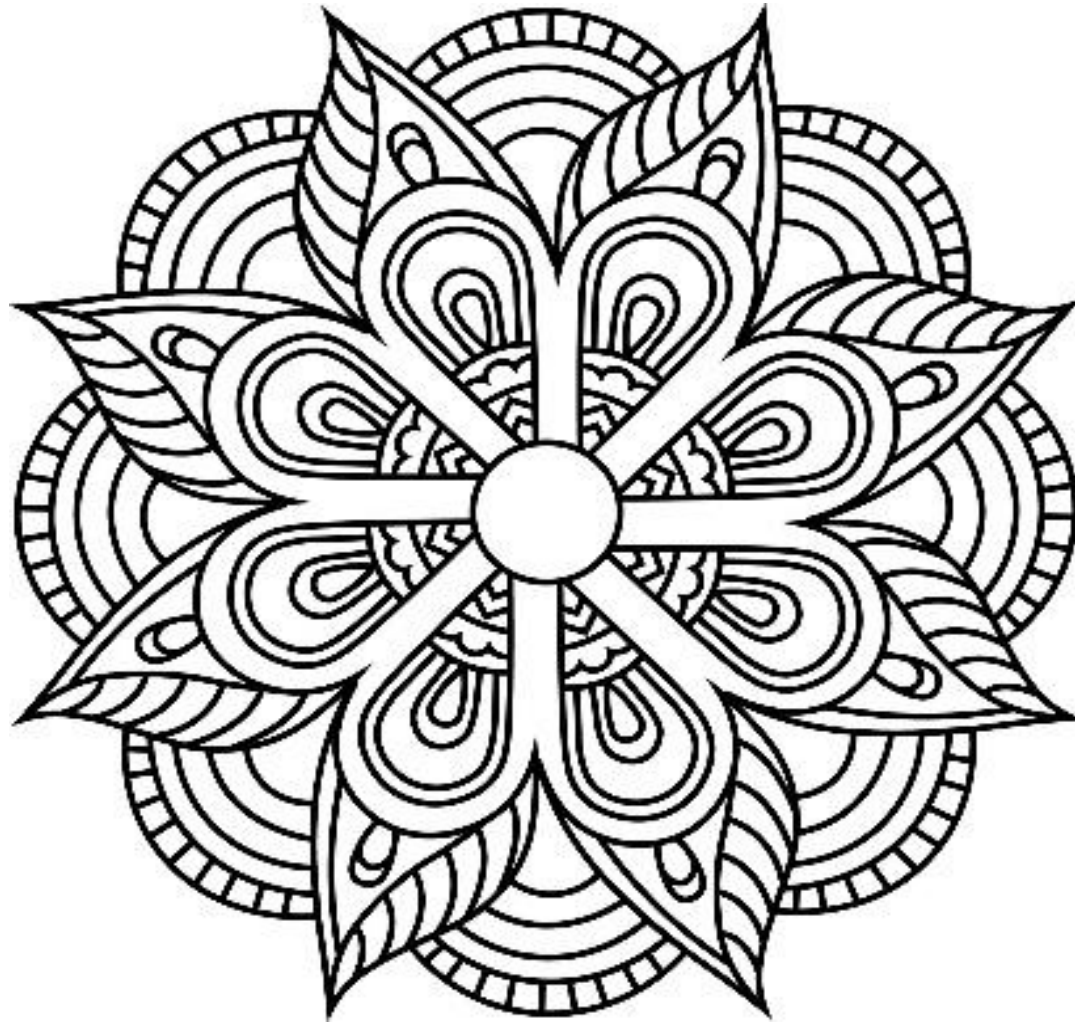


Sesión 19: “Me mantengo sereno y tranquilo”

➤ **OBJETIVO:** Buscar estrategias de relajamiento que nos permitan ser responsables de lo que sentimos y no dejar que la emoción nos domine.

MOMENTOS	SECUENCIA	ESTRATEGIA	DURACIÓN	MATERIALES
INICIO	Presentación de la sesión. Introducción y Lluvia de ideas.	Lluvia de Ideas. - Se recogerá los saberes previos de los participantes en los que se realizarán las siguientes preguntas: ¿Sabes mantenerte tranquilo ante una situación de injusticia? ¿Te mantienes sereno ante un conflicto? ¿ Te gusta estar en un ambiente libre de ruido?	5 minutos	- Hojas impresas - Lápices de colores - Pizarra - Marcador de pizarra - Parlante
DESARROLLO DEL TEMA	Explicación del tema y desarrollo de la actividad	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PARA FOMENTAR LA RELAJACIÓN (ACTIVIDAD: “Espacio tranquilo”) <ul style="list-style-type: none"> ✓ Se formarán grupos y se entregará a los estudiantes mandalas, sopas de letras, crucigramas, puzzles. ✓ A continuación, se coloca música suave y se pide a los estudiantes tratar de relajarse ✓ Cada grupo trabaja sus distintas actividades en un ambiente pacífico. ✓ Se emplea la técnica del “mudo” para mantener el orden y el silencio. ✓ Finalizada la actividad se pregunta a los estudiantes que tan satisfactoria fue la actividad y qué fue lo que más le gustó y le llamó la atención. ✓ Se propone a los estudiantes la creación de un espacio en sus hogares denominado “Espacio tranquilo” el cual se utilizará como método de relajación para momentos de conflicto interno o desequilibrio emocional. 	25 minutos	
CIERRE	Cierre o Salida:	Cierre o Salida: PREGUNTAS DE REFLEXIÓN Se solicita a los estudiantes a responder las siguientes preguntas: ¿Cómo te sentiste realizando las actividades de hoy? ¿Te parecieron interesantes? ¿Qué aprendiste hoy?	5 minutos	

ANEXO SESIÓN 19



Sesión 20: “Sé pedir perdón”

➤ **OBJETIVO:** Reflexionar y asumir que a veces hacemos daño al resto y debemos pedir perdón.

MOMENTOS	SECUENCIA	ESTRATEGIA	DURACIÓN	MATERIALES
INICIO	<p>Presentación de la sesión.</p> <p>Introducción y Lluvia de ideas.</p>	<p>Lluvia de Ideas.</p> <p>- Se recogerá los saberes previos de los participantes en los que se realizarán las siguientes preguntas:</p> <p>¿Sabes pedir perdón?</p> <p>¿Consideras importante reconocer un error y enmendarlo?</p> <p>¿ Serías capaz de lastimar a alguien con palabras hirientes? Justifique su respuesta.</p>	5 minutos	<ul style="list-style-type: none"> - Hoja con lectura - Hoja impresa
DESARROLLO DEL TEMA	<p>Explicación del tema y desarrollo de la actividad</p>	<p>DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD PARA FOMENTAR EL PERDÓN</p> <p>(ACTIVIDAD: “Cicatrices de los clavos”)</p> <p>Los participantes deben escuchar con atención la lectura presentada que se titula “Cicatrices de los clavos”.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ A continuación, deberán socializar en grupo las ideas y seleccionar un compañero para representar papeles y dramatizar las escenas que más hayan llamado su atención. ✓ Finalmente deberán responder el cuestionario de preguntas según lo que entendió de la lectura. ✓ ¿Cómo se titula la lectura? ✓ ¿Qué personajes intervienen dentro de la lectura? ✓ ¿Qué emociones manifiestan los personajes de la lectura? 	25 minutos	
CIERRE	<p>Cierre o Salida:</p>	<p>Cierre o Salida:</p> <p>PREGUNTAS DE REFLEXIÓN</p> <p>Se solicita a los estudiantes realizar la siguiente actividad:</p> <p>Escribe un pequeño párrafo del mensaje que nos deja la lectura “Cicatrices de los clavos”.</p>	5 minutos	

ANEXO SESIÓN 20

“Cicatrices de los clavos”

Esta historia nos cuenta de un chico que tenía muy mal carácter. Él mismo se daba cuenta de ello, se sentía mal, sufría. Le pidió consejo a su padre.

Éste le dio una bolsa de clavos y le dijo:

– “Cada vez que pierdas la paciencia, debes clavar un clavo detrás de la puerta”.

El primer día, el muchacho clavó 37 clavos. Las semanas que siguieron, a medida que él aprendía a controlar su genio, clavaba cada vez menos clavos detrás de la puerta.

Descubría que era más fácil controlar su genio que clavar clavos detrás de la puerta hasta que llegó el día en que pudo controlar su carácter durante todo el día.

Le dio la noticia a su padre y entonces éste le sugirió que retirara un clavo cada día que lograra controlar su carácter. Los días pasaron y el joven pudo finalmente anunciar a su padre que no quedaban más clavos para retirar.

Su padre lo tomó de la mano y lo llevó hasta la puerta. Le dijo:

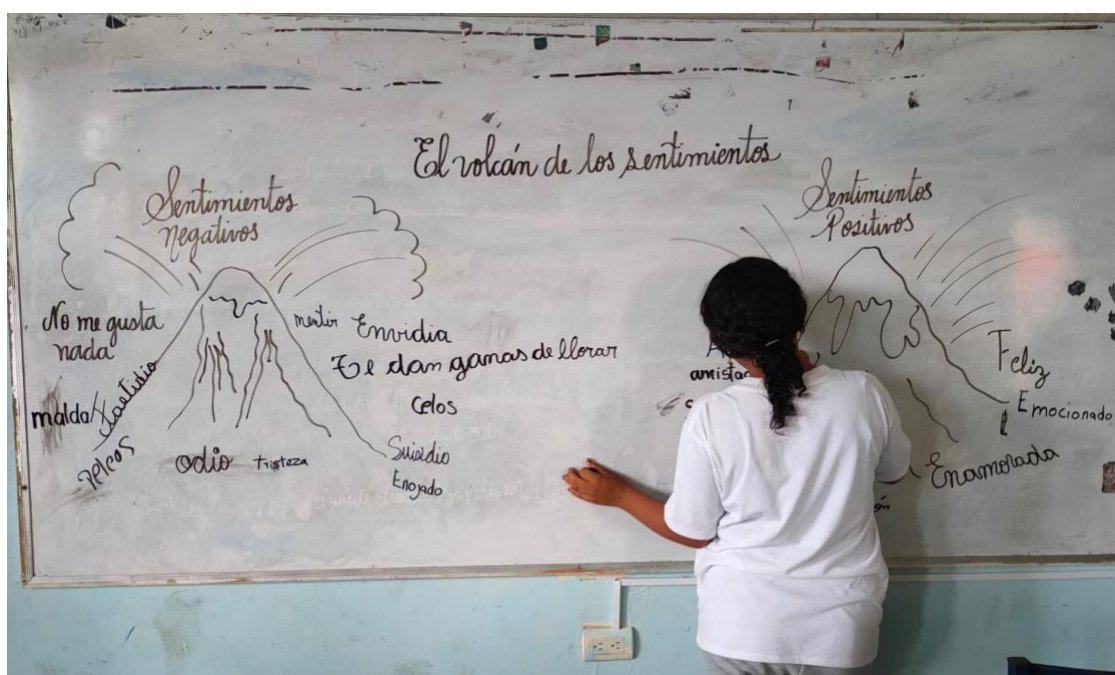
– “Has trabajado duro, hijo mío, pero mira todos esos hoyos en la puerta. Nunca más será la misma. Cada vez que tú pierdes la paciencia, dejas cicatrices exactamente como las que aquí ves. Tú puedes insultar a alguien y retirar lo dicho, pero del modo como se lo digas lo devastará, y la cicatriz perdurará para siempre”.

Una ofensa verbal es tan dañina como una ofensa física.

ANEXOS DE EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES



Actividad "Volcán de los sentimientos"



Actividad "Ronda de expresiones y sentimientos positivo"



Actividad "Barreras a la solución"



Actividad "Me divierto cooperando"



Actividad "Expresión de emociones"



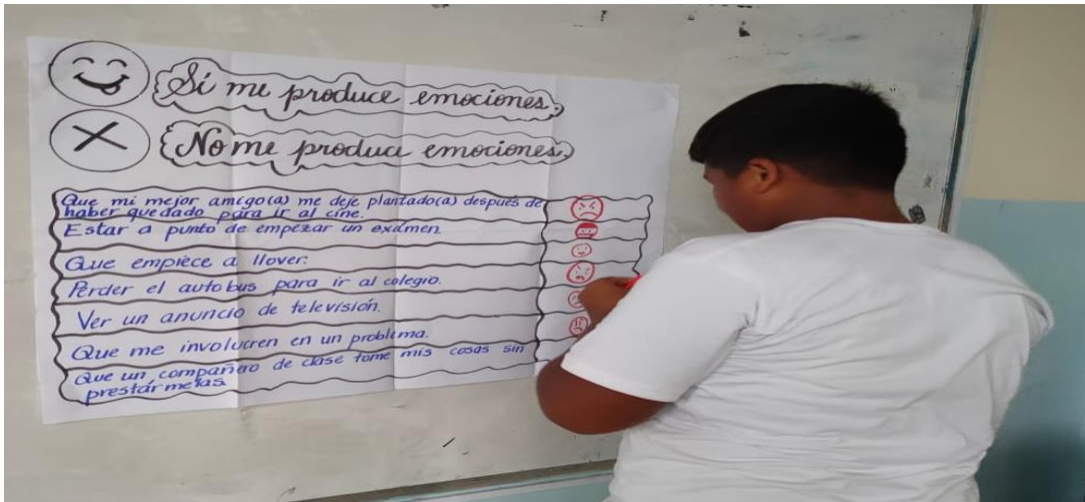
Actividad "Siento y transmito"



Actividad "El globo"



Actividad "El globo"



Actividad "Cómo responde mi cuerpo ante una emoción"



Actividad “Cómo me siento”



Actividad “Puedo entrenar mi cerebro”



Actividad “Lectura Cicatrices de los clavos”