UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Programa "Kapchiy" en la regulación emocional en estudiantes del nivel primaria de una institución educativa Pública – Tarma

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Psicología Educativa

AUTORA:

Huanhuayo Gabriel, Nelly Haydee (orcid.org/0009-0000-3495-6789)

ASESORES:

Mg. Cerafín Urbano, Virginia Asunción (orcid.org/0000-0002-5180-5306)

Dra. Sihuay Maravi, Norma Agripina (orcid.org/0000-0002-4023-2688)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Innovaciones Pedagógicas

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

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

LIMA – PERÚ

2024

DEDICATORIA

A mi querida madre Aurelia, por su amor infinito, a mi esposo Godofredo por su apoyo incondicional y ser mi compañero en las alegrías y en los momentos difíciles a mi tesoro Patrick el motor y motivo para enfrentar cualquier desafío y lograr mis metas.

A mi familia personas maravillosas, con cualidades admirables, bondad generosidad y sinceridad. Gracias por ser parte de mi vida y hacerla más hermosa.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a la Escuela de Post Grado de la Universidad César Vallejo, por brindarme la posibilidad de crecer profesionalmente y contribuir con el logro de mis metas.

Mg. Cerafín Urbano, Virginia Asunción, asesora de la investigación, por brindarme su orientación y motivación en la conducción del diseño y desarrollo de la presente tesis.

A las autoridades de la I.E. de Tarma, por permitirme aplicar el programa y los test y a los colaboradores por su participación.

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, CERAFIN URBANO VIRGINIA ASUNCION, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis Completa titulada: "Programa "Kapchiy" en la regulación emocional en estudiantes del nivel primaria de una institución educativa pública -Tarma", cuyo autor es HUANHUAYO GABRIEL NELLY HAYDEE, 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.

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

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

LIMA, 04 de Enero del 2024

Apellidos y Nombres del Asesor:	**Firma**
CERAFIN URBANO VIRGINIA ASUNCION **DNI:** 31683051 **ORCID:** 0000-0002-5180-5306	Firmado electrónicamente por: VCEFARINU el 08-01-2024 12:40:04

Código documento Trilce: TRI - 0718831

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, HUANHUAYO GABRIEL NELLY HAYDEE estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis Completa titulada: "Programa "Kapchiy" en la regulación emocional en estudiantes del nivel primaria de una institución educativa pública -Tarma", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis Completa:

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**
NELLY HAYDEE HUANHUAYO GABRIEL **DNI:** 20066711 **ORCID:** 0009-0000-3495-6789	Firmado electrónicamente por: NHUANHUAYOGA el 04-01-2024 18:41:24

Código documento Trilce: TRI - 0718828

ÍNDICE DE CONTENIDOS

ÍNDICE DE TABLAS

RESUMEN

El objetivo de esta investigación fue determinar de qué manera el programa “Kapchiy” estimula la regulación emocional de una institución educativa pública - Tarma. La investigación fue de tipo cuantitativo, de diseño cuasiexperimental. La muestra de este estudio se conformó por 50 estudiantes de dos aulas de 1° grado del nivel primaria de una institución educativa pública de la ciudad de Tarma, el grupo de control, estuvo conformado por 25 estudiantes del 1° grado “B” y el grupo experimental estuvo conformado por 25 estudiantes del 1° grado “C” y el muestreo fue no probabilístico seleccionado de acuerdo a un criterio en común. La técnica de recolección de datos fue la observación y el instrumento fue una lista de cotejo en base a la variable desempeño docente, el número de ítems fue de 28 preguntas, la cual fue validada por tres juicios de expertos y la confiabilidad se determinó a través del estadístico Kr20, dando como resultado (0,935) demostrando su alta confiabilidad. Los resultados de la investigación se dieron a través de la prueba de U-Mann-Whitney en donde el valor de significancia fue <.001, por lo que se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula. Finalmente se llegó a la conclusión de que el programa “Kapchiy” influyó de manera favorable en la regulación emocional de los estudiantes.

Palabras clave: *Arte, habilidades, programa, desarrollo, afectividad.*

ABSTRACT

The objective of this research was to determine how the "Kapchiy" program stimulates emotional regulation in a public educational institution - Tarma. The research was quantitative, with a quasi-experimental design. The sample of this study consisted of 50 students from two 1st grade classrooms of the primary level of a public educational institution in the city of Tarma, the control group consisted of 25 students from the 1st grade "B" and the experimental group consisted of 25 students from the 1st grade "C" and the sampling was non-probabilistic, selected according to a common criterion. The data collection technique was observation and the instrument was a checklist based on the variable teaching performance, the number of items was 28 questions, which was validated by three expert judgments and the reliability was determined through the Kr20 statistic, giving as a result (0.935) demonstrating its high reliability. The results of the research were given through the U-Mann-Whitney test where the significance value was <.001, so the alternate hypothesis is accepted and the null hypothesis is rejected. Finally, it was concluded that the "Kapchiy" program had a favorable influence on the emotional regulation of the students.

Keywords: Art, skills, program, development, affectivity.

I. INTRODUCCIÓN

En el entorno mundial, estudios realizados en países como China han revelado que una parte considerable de la población infantil ha presentado diagnóstico de depresión 48.3%, de ansiedad 24.43% y de estrés 46% como resultado de la pandemia (Wang et al., 2020). Esto remarca que se debe estar atento en el bienestar mental y emocional de los escolares que a la vez constituye un factor decisivo para evitar enfermedades y problemas en su desarrollo de enseñanza aprendizaje.

En España se realizó una publicación, el cual reveló que tanto niños como adolescentes entre las edades de 5 a 34 años han experimentado diversos impactos negativos debido al aislamiento social en pandemia. Las consecuencias que mostró esta investigación fueron resultados con porcentajes altos en cuanto a las dificultades que presentaron en su capacidad de concentración 53%, evitaron hablar o no desearon pensar en los problemas 37%, presentaron sentimientos emocionales, depresivos y pesimistas 49%, y experimentaron diversos cambios de humor 56%, y tuvieron la dificultad en la resolución de dificultades y evaluar alternativas 35%. Además, los resultados reflejaron que la mitad de los estudiantes han experimentado la pérdida de energía y del sentimiento de vitalidad 53%, así como el sentimiento de enfado e irritación 58%. Estos hallazgos reflejaron el impacto negativo que la cuarentena ha tenido en la regulación de emociones y el bienestar mental de los escolares en España (Balluerka, et al., 2020).

Investigaciones realizadas en el contexto nacional por la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2020) y también el Ministerio de Salud (MINSA) han arrojado resultados preocupantes en cuanto a la sintomatología y deficiencias en la salud mental entre la población peruana. Ansiedad 47.2%, depresión 65.8% y problemas de adicciones 23.54% han sido reportados en un porcentaje significativo de la muestra estudiada.

En el entorno académico, antes de pandemia, el desarrollo de aprendizaje ya estaba acompañado de estrés y su afrontamiento dependió del manejo de los estudiantes (De la Fuente et al., 2020); y debido a esta postpandemia, el estudiante experimenta trastornos negativos en cuanto a sus emociones, pérdida de control, fracaso académico, poca concentración y escasa productividad,

provocando que los estudiantes enfrenten esta situación con recursos y mecanismos que cuentan para lograr adaptarse (García et al., 2022).

Pedró (2020) mencionó que muchos estudiantes presentan deficiencias en cuanto a la competencia de autorregulación de emociones y la disciplina, lo que puede dificultar aún más su adaptación a la nueva situación de aprendizaje. Los reajustes que han tenido por efectos de la pandemia han generado ansiedad y depresión, afectando su bienestar mental y emocional. Así mismo, indicó que el 75% de los estudiantes han presentado signos de ansiedad y depresión a raíz de los diversos cambios en el campo de la educación durante el COVID-19.

En la ciudad e Huacho, Lima, se realizó una investigación la cual evidenció que en un institución educativa estatal de esta ciudad, se apreció las deficiencias en cuanto al mejora de las habilidades artísticas, las clases giraron en torno a la educación pasiva sin generar pensamiento crítico y sin estímulos y estrategias positivas, evidenciándose así niveles moderados a bajos 61.4% de habilidades artísticas, así como también en la habilidad artística de canto se obtuvo niveles bajos 17.1%, baile 15.7% de niveles bajos y actuación un 31.4% de niveles bajos, por lo que dicho autor manifiesta que estos niños al tener pocos niveles de desarrollo pueden presentar problemas en el desarrollo integral, bienestar físico y bienestar emocional en las instituciones educativas (Villanueva, 2021). Los educandos de la institución educativa pública de Tarma también presentan esta problemática, al observar que presentan un bajo nivel de desarrollo de sus habilidades artísticas y regulación emocional, esto evidenciado en el cuaderno anecdótico; es por ello que se presenta un programa que estimule la regulación emocional en los estudiantes.

Ante este contexto se formuló el problema general: ¿Cuál es la influencia del Programa “Kapchiy” en la regulación emocional en estudiantes del nivel primaria de una institución educativa Pública – Tarma? Y los problemas específicos son: ¿Cuál es la influencia del programa "Kapchiy" en la expresión emocional apropiada en una institución educativa pública?, ¿Cuál es la influencia del programa "Kapchiy" en la regulación de emociones y sentimientos en una institución educativa pública? y ¿Cuál es la influencia del programa "Kapchiy" en las habilidades de afrontamiento en una institución educativa pública?, ¿Cuál es la influencia del programa "Kapchiy" en la autogeneración de emociones positivas

en una institución educativa pública?

Este estudio según Hernández y Mendoza (2018), se detalla la justificación teórica como razón principal, puesto que**,** se llevó una exploración de teorías, enfoques y conceptos relacionadas a las habilidades artísticas, esta revisión toma como base teórica principal a diversos autores de la época y mediante esta investigación se aplicará dichas teorías para la medición y predicción de la influencia de un programa basado en las habilidades artísticas en la regulación emocional. Por otra parte, esta investigación se justificó a nivel práctico, ya que sus resultados darán paso a la creación e implementación de talleres, programas y charlas para la mejora y desarrollo de la habilidad artística. También se presentó una justificación metodológica, ya que los descubrimientos de esta investigación serán de utilidad para plantear el conocimiento de esta problemática para la prevención del poco control de las emociones y fomentar la habilidad artística.

En tal sentido, se esbozó el siguiente objetivo general: Determinar de qué manera el programa “Kapchiy” estimula la regulación emocional en estudiantes del nivel primaria de una institución educativa pública. En los objetivos específicos se tiene: Determinar de qué manera el programa “Kapchiy” estimula la expresión emocional apropiada en una institución educativa pública. Determinar de qué manera el programa “Kapchiy” estimula la regulación de emociones y sentimientos en una institución educativa pública, Determinar de qué manera el programa “Kapchiy” estimula las habilidades de afrontamiento en una institución educativa pública. Y determinar de qué manera el programa “Kapchiy” estimula la autogeneración de emociones positivas en una institución educativa pública. Por último, como hipótesis general se planteó: El programa “Kapchiy” estimula la regulación emocional en estudiantes del nivel primaria de una institución educativa pública y las hipótesis especificas son: El programa “Kapchiy” estimula la expresión emocional apropiada en una institución educativa pública. El programa “Kapchiy” estimula la regulación de emociones y sentimientos en una institución educativa pública, El programa “Kapchiy” estimula las habilidades de afrontamiento en una institución educativa pública y El programa “Kapchiy” estimula la autogeneración de emociones positivas en una institución educativa pública.

II. MARCO TEÓRICO

En cuanto a los antecedentes nacionales se presentó a Aldazábal (2021) quien determinó la influencia del programa de meditación educativa y su impacto en el manejo de emociones en educandos de nivel secundaria. La monografía fue de enfoque cuantitativo con diseño cuasiexperimental. La técnica utilizada fue la encuesta a nivel online y la herramienta de recojo de información fue el cuestionario, este instrumento fue validado por 4 juicios de expertos y para comprobar la confiabilidad se utilizó el Alfa de Cronbach. Los resultados demostraron que la aplicación del programa influyó de manera significativa en el desarrollo de las habilidades emocionales de los escolares esto permitió que fortalezcan sus habilidades sociales, empatía automotivación y autoconciencia emocional. La inferencia de esta investigación es que se acepta la hipótesis alterna, esta afirmación se dio después de la aplicación de la prueba estadística U de Mann – Whitney.

Así también, Blas (2021) en su estudio demostró la influencia de talleres de juegos en la regulación de emociones en niños de la edad de 5 años. La metodología de esta investigación fue aplicada de tipo cuantitativa cuasiexperimental, el cual estuvo conformado por dos grupos. Como técnica para recoger datos usó la observación y una guía de observación como instrumento, este instrumento fue validado por juicios de peritos y para la prueba de confiabilidad se aplicó el alfa de Cronbach. El procesamiento de datos se realizó con el programa IBM-SPSS. Los hallazgos obtenidos de la investigación permitieron comprobar la eficacia de los talleres para el fortalecimiento de la regulación de emociones. Esta pesquisa se finalizó aceptando la hipótesis alterna donde el valor calculado (tc) es de 7,372.

Asimismo, en el estudio realizado por Chamorro (2020) se buscó determinar la repercusión del programa “creciendo aprendo” en el fomento de la educación emocional en educandos de la edad de 4 años. La pesquisa adoptó un enfoque cuasiexperimental de manera cuantitativa. La recopilación de información se llevó a cabo mediante la observación, utilizando una guía validada por 4 juicios de ilustrados y evaluada en términos de confiabilidad a través del coeficiente Alfa de Cronbach. Los resultados revelaron que el 87% de estudiantes alcanzó el nivel elevado luego de la aplicación del programa. Finalmente, la

prueba U de Mann Whitney arrojó un valor de 0,00 < 0,05 evidenciando que el programa si influyó en el desarrollo de las emociones. En consecuencia, se respaldó la hipótesis alterna y rechazando la hipótesis nula.

En otro contexto, Gálvez (2022), llevó a cabo un estudio cuya finalidad fue analizar la repercusión de la música en la regulación emocional de niños de 4 años pertenecientes a una institución educativa de Huancán. La exploración adoptó un enfoque aplicado con un diseño cuasiexperimental de nivel explicativo. La población estudiada incluyó a 238 niños de 4 años y la muestra consistió en 86 niños distribuidos entre GC y GE. Los resultados fueron significativos, ya que evidenció una mejora en el grupo experimental luego de la intervención con la música. Los hallazgos conclusivos indicaron que, según la prueba estadística de la T de Student, la música clásica ejerció una influencia significativa en el reconocimiento y regulación de las emociones.

Finalmente, Herrera (2020), en su estudio demostró el efecto del programa de expresiones artísticas en el progreso de la educación emocional de los estudiantes de segundo año de secundaria. El enfoque de esta investigación fue cuantitativo, con un nivel explicativo y un diseño experimental de subtipo cuasiexperimental. La validez del instrumento se confirmó mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, obteniendo un resultado de 0,851 el cual comprobó fuerte confiabilidad. Los resultados obtenidos revelaron que el 70,8% de estudiantes lograron niveles altos después de la implementación del programa. La prueba de U de Mann-Whitney arrojó un valor de 0.00 < 0,05 demostrando que el programa tuvo un impacto positivo en la educación emocional, respaldando así la hipótesis alterna de la investigación.

Por otro lado, en el ámbito internacional se cuenta con el estudio De la Hoya (2021), condujo un estudio sobre la aplicación de un programa de regulación emocional para reducir de la ansiedad y agresividad en infantes de edad escolar. La metodología fue de tipo cuantitativo y cuasiexperimental. Los resultados indicaron una diferencia significativa entre los grupos después de la aplicación del programa se observó mejoras en el área de sentimiento y control de ira e inquietud. También se observaron cambios significativos sólo en el grupo experimental en la regulación emocional, concluyendo que un manejo controlado, como estrategia de afrontamiento, es esencial para controlar la ira.

Morales (2022), presentó una investigación sobre los efectos de la danza en el desarrollo de la regulación emocional de estudiantes de la edad de 9 y 10 años. La metodología fue cuantitativa de tipo cuasiexperimental, utilizando el cuestionario de regulación emocional (EQR-CA) como instrumento. Los resultados, respaldados por la prueba de Shapiro Wilk, indicaron una normalidad de la distribución de datos. La deducción final fue que los estudiantes participantes en la danza regulaban mejor sus emociones, destacando la utilidad de estos datos para mejorar el aprendizaje.

Neira & Ávila (2020), realizaron una investigación sobre el arte y su influencia en la regulación emocional a través de la aplicación “Emoción Arte”. El enfoque fue cuasiexperimental. En esta investigación se aplicó el test de inteligencia emocional realizado por Weisinger, adaptado a las necesidades de los escolares de esta investigación. Los efectos finales de la investigación se interpretaron a partir de un análisis estadístico en el que se compararon para ver si la aplicación del proyecto fue funcional o no. El estudio se dio por finalizado con la inferencia de que la educación emocional es fundamental para la vida de los estudiantes pues les permite direccionarse frente a situaciones buenas o malas.

Vergara (2022), llevó a cabo un estudio sobre el desarrollo de habilidades de regulación emocional mediante la herramienta “Tour de las emociones” en educandos del nivel primaria de una institución distrital de la ciudad de Barranquilla. Esta investigación fue cuasiexperimental donde se trabajó con dos grupos, uno de control y otro experimental. Los resultados obtenidos fueron favorables la utilidad de la herramienta tiene una media de aumento del 30% por ítem evaluado y el promedio superaba el 30 % de avance. Los hallazgos de este estudio concluyeron que se dio por es que la herramienta “Tour de emociones” fomenta la regulación de las emociones de manera positiva.

Tutiven (2023), investigó la influencia del programa de dramatización en la regulación emocional en menores de 7 años. La investigación fue aplicada, con enfoque cuantitativo y de diseño cuasiexperimental. La población censal fue de 76 estudiantes. Los resultados demostraron una influencia positiva del programa, evidenciada por el aumento del 55, 26_% al 65.79% de escolares en el nivel alto de regulación emocional luego de la aplicación del programa. Este

estudio se consolido en cuanto a la significancia de la U Mann-Whitney se evidenció un 0,00 < 0,05 respaldando la aceptación de la hipótesis alterna.

En esta parte de la investigación se abordó las teorías, conceptualización y las dimensiones de la variable independiente y la variable dependiente. Primero se abordó la variable independiente que es el programa “Kapchiy” basado en el arte terapia. Glatthorn et al, (2016) definieron al programa educativo como un conjunto de acciones estructuradas y diseñadas con el propósito de fortalecer el aprendizaje de los estudiantes. Asimismo, Grimaldo & Merino (2020) señalaron que el programa es un plan de guía de los docentes sobre cómo enseñar, lo que se debe enseñar y cuando se debe enseñar.

También, Pérez (2006) definió al programa educativo como un plan de acción estructurado en actividades y estrategias para alcanzar objetivos, este programa sigue una selección y secuencia de métodos y contenidos, una evaluación de resultados y un objetivo en cuanto a lo que deben aprender los estudiantes, asimismo el autor señala que los programas se pueden aplicar en diferentes campos y contextos educativos. Kapchiy, es una palabra en quechua que significa arte (Glosbe Dictionary).

En base a estos conceptos el programa Kapchiy, es un plan de acción basada en el arte terapia como estrategia para fortalecer la problemática focalizada en esta investigación. El arte terapia como disciplina surgió en 1940 con Naumburg (1987) y Kramer (1982), quienes comenzaron a establecer algunas conexiones entre la psicología y el proceso creativo en sus pacientes. (kretschmer, 2019). La pionera de la arteterapia Kramer (1958) definió el arte terapia como una forma de terapia en el cual las personas pueden solucionar sus problemas emocionales a través de las expresiones artísticas visuales, gráficas, dramáticas y de sonido. Por otro lado, Naumburg (1987) señaló que el arte terapia se fundamenta en potenciar las facultades de los estudiantes para que sea factible lograr el desarrollo emocional dentro de su proceso educativo de manera creativa y espontánea, la autora afianzaba este concepto psicoanalítico con las teorías de Freud y Carl Jung.

Existen diversos enfoques que respaldaron de manera directa la práctica terapéutica del arte terapia, entre las más resaltantes está el enfoque humanista, psicoeducativa, multimodal y psicoanalista. (Antonio, 2020) El arte terapia desde

el enfoque terapéutico se fundamentó en diversas teorías de aprendizaje. Aunque no existe una única teoría que lo sustente, se presentó corrientes teóricas que influyeron en su desarrollo y son importantes en su aplicación. Se presentaron algunas teorías: Freud (1915) ostentó la teoría psicodinámica, en el que fundamentó la influencia de procesos inconscientes en el comportamiento humano, en el cual resaltó que la construcción de la personalidad se forma con el respaldo de los impulsos inconscientes, los conflictos internos y las experiencias infantiles. El autor en el campo de arte terapia señaló la importancia que se debe trabajar y explorar el mundo interior de los estudiantes promoviendo la autoexpresión y la autorreflexión, utilizar el arte terapia como medio para resolver y abordar los problemas emocionales de los niños, buscar el autoconocimiento y lograr el cambio personal.

Piaget (1950) presentó la teoría del constructivismo, fundamenta que el aprendizaje es un procedimiento donde los estudiantes cimentan sus propios conocimientos a través de la interacción con los demás y con su entorno, resalta la importancia de que el estudiante explore de manera activa experimenta y aprenda a resolver problemas a lo largo de su proceso de aprendizaje. El arte terapia, usa la inventiva artística a fin de fomentar la exploración y expresión de las emociones, para que pueda resolver conflictos y pueda promover su crecimiento personal. Rogers (1961) presentó la teoría humanista donde resalta la importancia de la autorrealización y autoexpresión, la autoestima y el crecimiento personal en el cual fundamenta que el estudiante tiene la necesidad innata de la búsqueda del desarrollo personal y alcanzar el máximo potencial. El autor señaló que el arte terapia y la teoría humanista se centran en la búsqueda del crecimiento y autorrealización de la persona, para lograr el bienestar emocional, que a través de las creaciones artísticas los estudiantes se expresen y exploren de manera auténtica conociendo su propio ser promoviendo su salud mental y desarrollo personal.

Dewey (1938) presentó la teoría de la educación experiencial, en el cual enfatizó que el aprendizaje de los estudiantes se da en base a la experiencia directa y la participación activa, es decir que el estudiante debe interactuar con su entorno y crear actividades significativas sosteniendo el “Aprender haciendo”. El autor señaló que la educación experiencial y el arte terapia enfatizan en que la

experiencia vivencial, las actividades significativas, en que los estudiantes se involucren de manera directa en experiencias auténticas logran un cambio transformador de conocimiento personal y autocomprensión. López (2009) conceptualizó el arte terapia como una modalidad de psicoterapia en el cual se usa diferentes tipos de expresión como visual, corporal, dramática y gráfica, que busca la transformación personal del estudiante basado en su autoconocimiento, autorreflexión y búsqueda de su bienestar personal.

Asimismo, Bustamante (2021), citó a la Asociación Americana del arte terapia y enfatiza que es una profesión de salud mental que a través de la imaginación constructiva del arte se busca del bienestar emocional y físico de los estudiantes en todas las edades, para este proceso se tiene como medio la creación artística por el cual se exploran los sentimientos, se resuelve conflictos emocionales y se da la autoexpresión y crecimiento personal. Tello (2020), enfatizó que el arte terapia se emplea con el objetivo de fortalecer la afectividad y salud mental, el arte y la creación artística. En este proceso se busca promover la resiliencia, la autoexpresión y el bienestar personal. También, Contreras (2020), fundamentó que el arte terapia es un proceso que busca resolver conflictos, fomenta el crecimiento personal y mejora la salud mental, para lograr estos objetivos se utiliza el arte y la creación artística en el cual el niño puede explorar y expresar sus emociones y toma autoconciencia de sus emociones.

Asimismo, Chunga (2021), señaló que el arte no sólo es crear belleza en la materia, sonido, movimiento o palabra en el ámbito psicológico, sino también se aborda el área educativa porque a través de las creaciones artísticas el estudiante puede fortalecer su proceso vital. Rubin (2010), disgregó al arteterapia en dos niveles la autoexpresión y comunicación, en el que se resalta la capacidad del arte como medio para expresar pensamientos y emociones de manera no verbal y comunicar experiencias internas al crear expresiones artísticas; y en la exploración y autoexploración el cual describe la utilización del arte como medio de explorar y comprender sobre la experiencia emocional y personal. Por otro lado, Malchiodi (2012), presentó dos dimensiones del arte terapia, la primera dimensión, la sanación y bienestar emocional en el cual enfatiza que la terapia va a fortalecer la expresión y la liberación de las emociones, la segunda dimensión, la conexión social y comunidad en el cual la autora sugiere que se

promueva la conexión social e involucrar a los estudiantes en actividades artísticas grupales.

Teorías de regulación emocional, es un campo muy importante en la educación y la psicología, existen diversas teorías que abordan conceptos, a continuación, se presentó las principales teorías relevantes de la regulación emocional. Gross (1998), mostró la teoría de regulación afectiva, en el cual presenta como se regula y gestiona las emociones a través de estrategias básicas: la regulación emocional intrínseca, el cual implica el cambio de la experiencia emocional directa y la segunda estrategia es la regulación emocional extrínseca, que implica regular y afrontar la respuesta emocional ante un conflicto. Por otro lado**,** Zeman, et al. (2006), describieron la teoría que se centra en la importancia de estrategias como la expresión emocional, la conciencia emocional y autorregulación emocional como medios para fortalecer la competencia emocional de los estudiantes. También, está la teoría de Thompson (1994), quien se centró en como las personas regulan sus emociones, dando respuesta a conflictos y retos que se presentan en su entorno; el autor fundamentó que las estrategias para regular las emociones son adaptativas y desadaptativas que implican una comprensión de las propias emociones y la capacidad que tienen los estudiantes a adaptarse a diferentes situaciones.

Enfoque conceptual respecto a la variable dependiente regulación emocional, Bisquerra (2020) definió que es la facultad del ser humano para manejar las emociones adecuadamente, esto implica la toma de conciencia en lo emocional, cognitivo y conductual. Antonio (2020), señaló que a la regulación emocional como la evolución interna el cual permite al niño manejar su conducta, el autor señala dos vértices, uno es la respuesta de estrategias y emocionales, que van dirigidas al autocontrol. De la misma manera, Bernal (2022), añadió que regular las emociones es un proceso por el cual se modifica, fortalece y transforma las expresiones internas y expresiones externas de la emoción ya sea positiva o negativa ante una situación afrontada.

Según Sanarai (2023a) son el conjunto de reacciones como respuesta a estímulos que surgen en el entorno, estas reacciones tienen una corta duración, pero son de gran intensidad los cuales permitieron que las personas se adapten a diferentes contextos. Asimismo, Gonzáles et al., (2020) agregó que la emoción

es como un motor de energía codificada que llevamos dentro y esta codificada con diversas conexiones sinápticas en zonas de nuestro cerebro, circuitos que están activos y alertas a cualquier estímulo para la supervivencia. Sanarai (2023b) clasificó a las emociones en primarias e innatas y secundarias. Las emociones primarias e innatas son aquellas que están desde el nacimiento, son universales y pasaron por un proceso de adaptación, según el autor son seis: alegría, asco, ira, sorpresa, miedo y tristeza. Las emociones secundarias o de socialización aparecen después del contacto con el entorno entre ellas: vergüenza, celos, culpa, placer y orgullo. Sin embargo, el autor señaló que aún existen más emociones, pero enfatiza a las más conocidas.

Las emociones forman una parte significativa y fundamental en el desarrollo de los escolares, por ello es necesario que los niños reconozcan y regulen sus emociones de manera óptima, esto ayuda a que se adapte a diversas situaciones en su contexto y desarrollo, Olhaberry & Sieverson (2022) enfatizó que la regular su afectividad es sustancial porque es la capacidad que involucra la destreza para controlar los comportamientos impulsivos, esto ayudará a que se adapte a diversas situaciones en su contexto y desarrollo. Asimismo, Milozzi & Marmo (2022) remarcaron la trascendencia de investigar sobre la regularización de las emociones, porque se han evidenciado estadísticas en estudios que en los niños tienen deficiencias en la regulación emocional afectando el comportamiento creando trastornos emocionales.

En base a los conceptos, Thompson (2012) señaló que es primordial que al realizar actividades que desarrollen la regulación emocional se debe tener en cuenta la capacidad de que la persona influya en sus respuestas emocionales, disminuyendo la intensidad y manteniendo los niveles deseables, teniendo como base la modificación de las respuestas emocionales para lograr los objetivos personales y sociales. La gestión de las emociones también involucra que gestionen estrategias cognitivas y conceptuales que permitan adaptar las emociones a situaciones específicas, algunas estrategias incluyen la revaluación de la situación emocional, la supresión emocional es decir la inhibición y centrarse en diversas actividades para cambiar el estado de ánimo (Wells, 2023). Por otro lado, en el campo educativo el tema de la regulación emocional es primordial y fundamental, puesto que generó un impacto positivo en cuanto al proceso

o desarrollo del aprendizaje de los escolares, es transcendental porque a través de ello logran la capacidad de reconocer las emociones que sienten, que experimentan, logran expresarlas y gestionarlas de manera adecuada y positiva, por eso se debe integrar a las aulas las nuevas pedagogías con actividades significativas para que los estudiantes (Villareal, 2023). Goleman (1995) presentó algunas características en cuanto a regular las emociones: comienza con reconocer y la gestionar las emociones; cuando el estudiante es consciente de sus emociones debe fortalecer la capacidad de control sus emociones; la regulación emocional es la potestad de expresar las emociones de manera saludable y adecuada; tener la facultad de tolerar la frustración; la adaptación emocional es decir tener la potestad de encargarse de sus emociones de forma efectiva; la empatía; manejar estrategias de afrontamiento saludable y por último la autorreflexión que abarca el identificar sus patrones emocionales. También, Farré (2021) señaló que las principales características de la regulación emocional es la toma de conciencia, el autocontrol, la tolerancia, tener estrategias de resistencia y la destreza de auto crear emociones positivas.

La regulación emocional según Bisquerra (2020a) es la capacidad en el cual se maneja las emociones de forma apropiada, donde las personas toman conciencia de sus emociones, conocimientos y comportamientos y la capacidad de autogenerar emociones positivas y afrontar situaciones de conflicto de modo adecuado. El autor señaló que la regulación emocional se divide en micro competencias:

La primera dimensión según Bisquerra (2020b) es la expresión emocional adecuada, según el autor es el talento de manifestar las emociones de manera oportuna, esta expresión involucra la comprensión el estado emocional interno y no es necesario exteriorizarlo. En mayor grado se refiere a la comprensión de la adecuada expresión emocional y el comportamiento. A este concepto se suma Gullón (2019) quien definió a la expresión emocional apropiada como la madurez de las personas para responder a las expresiones externas. Asimismo, Goleman (1995) señaló que la expresión emocional apropiada es la facultad de manifestar las sensaciones adecuadamente, de manera que sea aceptada según las normas y reglas de convivencia según el contexto.

La segunda dimensión según Bisquerra (2020c) es la regulación de

sentimientos y emociones, esto es referido a que esos aspectos deben ser constantemente regulados, lo cual engloba la ordenación de arrebatos; el aguante a la frustración y la prevención de los estados emocionales negativos y la aptitud para diferir recompensas inmediatas. De la misma manera Tello (2020) precisó que la regulación de las emociones y sentimientos es la facultad que tiene las personas para reconocer, comprender y gestionar sus emociones sin dificultad. Asimismo, Gullón (2019) señaló que la regulación de emociones y sentimientos es la capacidad de prevenir las reacciones impulsivas.

La tercera dimensión según Bisquerra (2020d) es la habilidad de afrontamiento, implica gestionar diversas estrategias y métodos para afrontar y regular los estados emocionales. Gullón (2019) agregó que la habilidad de afrontamiento involucra gestionar el nivel de intensidad de los estados emocionales, así como el tiempo de duración. También, Bernal (2022) señaló que las habilidades de afrontamiento facilitan la manera de resolver los problemas de forma positiva generando el bienestar emocional, superando desafíos de la vida diaria, conllevando al autocuidado, a la exploración de soporte social y a la reevaluación cognitiva.

La cuarta dimensión según Bisquerra (2020e) es autogenerar emociones positivas, se refirió a la destreza para dar lugar y experimentar emociones positivas como humor, alegría, divertirse y disfrutar la vida con el fin de llevar una vida saludable y de calidad. También, Céspedes (2021) remarcó que autogenerar las emociones es la aptitud para ser capaz de ser consciente del estado emocional y generar emociones positivas entre ellas la alegría, gratitud y optimismo, si esto se da de manera frecuente autogenera bienestar emocional y resiliencia constante. Asimismo, Gullón (2019) recalcó que esta competencia debe buscar que el estudiante perciba emociones que le den bienestar en su vida diaria.

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de investigación

En esta parte, se presenta la metodología que se utilizó para la elaboración de esta investigación.

3.1.1 Tipo de investigación

Esta indagación fue de tipo aplicada, porque este estudio se enfocó a dar una solución a un problema identificado (CONCYTEC, 2018). Este tipo de estudios, están orientados a perfeccionar el funcionamiento de los sistemas actuales, es por eso que en este tipo de pesquisas no se prestan a la calificación de verdadero o falso sino por el contrario a la eficacia o ineficacia de lo aplicado. (Ñaupas et al., 2019).

Diseño de investigación, Arias & Covinos (2021) señalaron que el diseño es la estrategia o vías que se proceden para ejecutar la investigación y cumplir con la solución del problema planteado. Según Hernández & Mendoza (2018) el diseño de este trabajo es experimental de tipología cuasiexperimental porque se manipuló al menos una variable, se trabajó con dos grupos, uno de control y otro grupo para realizar la experimentación, en los que se efectuó la aplicación del pretest y postest.

Tabla 1

Diseño de tipología cuasiexperimental de la investigación.

G1	O1	-	O2
G2	O1	X	O2

Fuente: Producción propia.

G1= Grupo de control.

G2= Grupo experimental.

O1= Pretest.

O2= Postest.

X= Aplicación del programa.

El enfoque de esta indagación fue cuantitativo pues se explica de manera objetiva y sistemática la realidad abordada de manera fragmentada a través de datos observados. (Córdoba, et al., 2023).

Se utilizó el método hipotético-deductivo, porque permitió que se contraste la hipótesis derivada que se deducen de la hipótesis de partida a través del análisis empírico-documental sin perder el punto de partida (Reyes, 2022).

Esta pesquisa fue de nivel explicativo, este nivel se caracteriza por establecer la causalidad entre las variables, la variable independiente se manipula y no se mide a diferencia de la variable dependiente que no se manipula, si se operacionaliza y si se mide (Arias & Covinos, 2021).

3.2 Variables y operacionalización

Hernández & Mendoza (2018) señalaron que las variables son aquellos que se van a estudiar, medir o manipular en la investigación, el término de las variables se da de forma conceptual es decir es la definición teórica y operacional es la descomposición o degradación de lo general a lo específico de la variable.

La variable independiente de la investigación fue el programa “Kapchiy”, este programa está elaborado en base al arte terapia que según López (2009) es un tipo de psicoterapia que busca la transformación del estudiante, el autoconocimiento, la autorreflexión que conlleva a la búsqueda de su bienestar personal a través de las expresiones artísticas como la danza, el arte gráfico, visual y dramático.

Definición conceptual de regulación emocional: La variable dependiente de esta investigación fue la regulación emocional que según Bisquerra (2020), es la potestad de las personas para manejar sus emociones de manera adecuada, gestionando estrategias conceptuales, cognitivas permitiendo que adapte las emociones a situaciones de su contexto.

Definición operacional de la regulación emocional: Para Hernández & Mendoza (2018) la operacionalización de las variables es importante porque las variables deben ser medidas, inferidas y observadas según un análisis teórico.

Bisquerra (2020), señaló que para una regulación emocional adecuada se deben trabajar en base a cuatro dimensiones: la primera dimensión es la expresión emocional apropiada, la segunda dimensión es la regulación de emociones y sentimientos, la tercera dimensión es el de las habilidades de afrontamiento y la cuarta dimensión es autogenerar emociones positivas.

Los indicadores: Comprende su estado emocional, manifiesta sus estados emocionales no verbales y manifiesta sus estados emocionales de manera verbal. Los indicadores de la segunda dimensión fueron: la regulación de la impulsividad

tolerancia a la frustración y previene estados emocionales negativos. Los indicadores de la tercera dimensión fueron: afronta retos de conflictos y afronta situaciones de conflicto. Y los indicadores de la cuarta dimensión son: genera emociones positivas y disfruta la vida (Bisquerra, 2020).

La escala de valoración: Se empleó en la variable dependiente regulación emocional, fue nominal, porque no se estableció un orden o una jerarquía para la medición de las variables (Reyes, 2022). También Córdoba et al., (2023), señalaron que las escalas nominales en las investigaciones determinan que las variables no pueden ser medidas por cantidades sino determinan si hay ausencia o presencia de ellas. En este estudio la escala de valoración fue nominal con valores de 0: no se observa y 1: si se observa.

3.3 Población, muestra y muestreo

3.3.1 Población

La población es la totalidad de componentes del estudio, estuvo compuesta por una cantidad finita de 80 estudiantes del 1° grado del nivel primaria de una institución educativa pública de la ciudad de Tarma. (Arias & Covina, 2021).

Criterio de inclusión: Educandos del 1° grado de nivel primario.

Criterio de exclusión: Educandos de 1° grado de nivel primario que no pertenezcan al GC o al GE.

3.3.2 Muestra

Los participantes de este estudio consistieron en 50 escolares de dos salones de clase de 1° grado de primaria de una institución educativa pública de la ciudad de Tarma, el grupo de control, estuvo constituido por 25 escolares del 1° grado “B” y el grupo experimental estuvo conformado por 25 educandos del 1° grado “C” (Hernández & Mendoza, 2018).

Tabla 2

Grupos que conforman la muestra

	Grupo de control	Grupo experimental
1° “B”	25	0
1° “C”	0	25
Total	50 estudiantes	

Fuente: Elaboración propia.

3.3.3 Muestreo: El muestreo es el procedimiento por el cual se emplean criterios y fórmulas estadísticas para poder hallar una muestra distintiva de la población. El

muestreo de la investigación fue no probabilístico por conveniencia, porque la elección de las unidades se dio de acuerdo al beneficio del investigador, no se usó ninguna fórmula estadística y la población es de menos de 100 personas (Arias & Covina, 2021a).

3.3.4 Unidad de análisis

La unidad de análisis en esta pesquisa son los escolares del 1° grado de primaria de la ciudad de Tarma (Hernández & Mendoza, 2018).

3.4. Técnica e instrumento de recolección de datos

La técnica para el recojo de datos y de la información del contexto de esta investigación fue la observación, en el cual según Hernández & Mendoza (2018) se debe incluir los siguientes elementos, el investigador; el objeto observado; el contenido de la observación; los objetivos de la observación; el ambiente y el marco teórico.

El instrumento utilizado en esta pesquisa fue una lista de cotejo, con el que se recogió los datos necesarios, para poder medirlos, analizarlos y evaluarlos de acuerdo a los objetivos trazados; este instrumento se direccionó a mensurar una población predispuesta, con juicios y indicadores previamente establecidos (Arias & Covina, 2021b).

Tabla 3

Descripción de la lista de cotejo

Autor	Año	N° de ítems	Forma de aplicación	Administración	Tiempo	Campo de aplicación	Escala
Huanhuayo Gabriel Nelly Hayde	2023	28	Directa	Individual y colectiva	45 minutos	Estudiantes de 1° grado	Nominal

Fuente: Elaboración propia.

Para poder utilizar el instrumento de esta investigación se realizaron ciertos procedimientos como señala Hernández & Mendoza (2018a), quienes enfatizan que el instrumento debe ser viable, confiable y valido.

La validación del instrumento según Hernández & Mendoza (2018b) es verificar que la herramienta de recojo de información mida verdaderamente lo que tiene que medir. En esta investigación, la validación del instrumento fue realizada por tres juicios de expertos, los cuales luego de una revisión íntegra, dieron un

veredicto positivo en cuanto a la relevancia, pertinencia y claridad para poder usarlo y aplicarlo. Los expertos fueron: Psicóloga Pizarro Chávez, Mercedes Nieves, Maestra en problemas de aprendizaje y psicóloga clínica y educativa. La doctora Cuenca Robles, Nancy, Psicóloga y docente investigador RENACYT. Y la psicóloga Palomino Tarazona, María Rosario (Consultar Anexos).

Luego de la validez del instrumento, se realizó la confiabilidad, que según Hernández & Mendoza (2018c), es el grado en que el instrumento da resultados coherentes y consistentes, en otras palabras, que al aplicarlo varias veces arroje iguales resultados. La confiabilidad de la ficha de cotejo de la regulación emocional de esta investigación se obtuvo luego del estudio de la prueba piloto a 15 estudiantes el estadístico Kr20, el cual arrojo un valor de 0,935.

3.5 Procedimientos

Para el recojo de datos de esta pesquisa, primero se elaboró el programa "Kapchiy", formulando la situación significativa, el objetivo, la secuencia de actividades y las sesiones, además se elaboró el instrumento de evaluación de la variable dependiente regulación emocional, posteriormente se efectuaron procedimientos para su ejecución, primero se solicitó a la universidad los permisos necesarios y la carta de presentación, luego se solicitó el permiso respectivo al área administrativa de la institución educativa para que los escolares puedan participar en esta exploración, seguidamente se aplicó el pretest al GC y al GE, después se desarrolló el programa con el apoyo de colaboradores sólo al grupo experimental y subsiguiente se aplicó el postest a ambos grupos de control y experimental, finalmente se organizó toda la información para ser analizada.

3.6 Método de análisis de datos

Para examinar los datos recolectados se usó el IBM SPSS V.26, que como lo mencionan Hernández & Mendoza (2018d) es un procesador de fácil acceso y manejo entre los estudiantes para determinar el análisis inferencial de las hipótesis y los niveles. Luego de la recolección de datos, se procesaron en el IBMSPSS V.26 para obtener los resultados descriptivos y resultados inferenciales, como la prueba de hipótesis. La prueba de hipótesis se ejecutó mediante la prueba estadística de la U de Man Whitney.

3.7 Aspectos éticos

Siguiendo el código de ética de la UCV RCU N° 0470-2022/UCV, se cumplió el rigor científico, responsabilidad y honestidad en esta investigación. Respecto a la integridad científica, se tuvo en cuenta el artículo 3, en referencia a la autonomía de participar en la indagación se solicitó la autorización a la institución educativa para la aplicación; sobre la integridad humana se puso al estudiante como eje central y por encima de los intereses de la investigación al realizar actividades que cuiden su integridad; sobre el respeto de la propiedad intelectual se usó el turniting como medio de evitar el plagio; respecto a la equidad en esta investigación se trató de forma igualitaria a todos los participante y en cuanto a la privacidad los datos e información recogida en esta pesquisa se almacenó de manera segura y en confidencialidad (UCV, 2022).

IV. RESULTADOS

Tabla 4

Distribución de la regulación emocional

Regulación emocional	Grupo			
	N	Control (n=25)	N	Experimental (n=25)
			Pretest	
Inicio	20	80.0 %	21	84.0%
Proceso	3	12.0%	2	8.0%
Logrado	2	8%	2	8.0%
			Postest	
Inicio	19	72.0%	0	0.0%
Proceso	4	20.0%	2	12.0%
Logrado	2	8.0%	23	88.0%

En referencia a la variable regulación emocional se observa que, el grupo control de pretest y postest presenta un porcentaje de 80% y 72% en el nivel inicio de lo que deduce que los estudiantes no regulan sus emociones de manera positiva. Por otro lado, en la cohorte experimental se observa que el 84% de los escolares se encontraron en el nivel inicio antes de la aplicación del programa Kapchiy. Posteriormente, al realizar el programa los estudiantes lograron al 88% sus emociones, es decir, expresan sus emociones de manera adecuada, regulan sus emociones y sentimientos, presentan habilidades para afrontan situaciones emocionales y autorregulan sus emociones de manera positiva.

Tabla 5

Distribución de la expresión emocional apropiada

Expresión emocional apropiada	Grupo			
	N	Control (n=25)	N	Experimental (n=25)
			Pretest	
Inicio	14	56.0%	12	48.0%
Proceso	9	36.0%	8	32.0%
Logrado	2	8.0%	5	20.0%
			Postest	
Inicio	13	52.0%	0	0.0%
Proceso	10	40.0%	0	4.0%
Logrado	2	8.0%	25	96.0%

Con respecto al grupo control en el pretest, se registra que presenta el 56% de los estudiantes en el nivel de inicio al expresar sus emociones de manera apropiada y en el postest el 52% de escolares en el nivel inicio, de lo que se puede

interpretar que la cohorte control requiere atención en cuanto a la expresión de sus emociones de manera apropiada. Asimismo, el 48% de estudiantes del colectivo experimental se ubicó en el nivel inicio precedentemente a la aplicación del programa, luego de la ejecución del programa la cohorte experimental muestra un gran cambio al arrojar que el 96% de los educandos se encuentran en el nivel logro al expresar sus emociones de manera apropiada, esto demuestra que el programa logró un cambio positivo en los estudiantes.

Tabla 6

Distribución de la regulación de emociones y sentimientos

Regulación de emociones y sentimientos	Grupo			
	N	Control (n=25)	N	Experimental (n=25)
			Pretest	
Inicio	22	88.0%	22	88.0%
Proceso	1	4.0%	1	4.0%
Logrado	2	8.0%	2	8.0%%
			Postest	
Inicio	22	84.0%	4	4.0%
Proceso	0	4.0%	6	24.0%
Logrado	3	12.0%	15	72.0%

En referencia a la regulación de emociones y sentimientos, se observa que el pretest el 88% de los escolares del GC se encontraron en el nivel inicio en cuanto a la regulación de emociones y sentimientos al igual que los estudiantes del grupo experimental. Sin embargo, después de la aplicación del programa, el postest arrojó que el 72% de escolares del GE lograron regular sus emociones y sentimientos; esto evidenciando la influencia positiva del programa Kapchiy en los estudiantes del GE.

Tabla 7

Distribución de las habilidades de afrontamiento

Habilidades de afrontamiento	Grupo			
	N	Control (n=25)	N	Experimental (n=25)
			Pretest	
Inicio	21	84.0%	22	88.0%
Proceso	3	12.0%	2	8.0%
Logrado	1	4.0%	1	4.0%
			Postest	
Inicio	18	72.0%	4	16.0%
Proceso	6	24.0%	5	12.0%
Logrado	1	4.0%	16	72.0%

En referencia a las habilidades de afrontamiento se puede observar que el 84% de estudiantes del grupo control se ubican en el nivel inicio, el 88% del grupo experimental en el pretest, eso evidenció que ambos grupos carecen de habilidades de afrontamiento de problemas o eventos emocionales. Posteriormente a la ejecución del programa, el GE a diferencia del GC mostró un gran cambio, esto se refleja en los resultados del postest, el grupo control con 72% en el nivel inicio y el grupo experimental con un 72% en el nivel logrado.

Tabla 8

Distribución de autogenerar emociones positivas.

Autogenerar emociones positivas	Grupo			
	N	Control (n=25)	N	Experimental (n=25)
			Pretest	
Inicio	17	68.0%	21	84.0%
Proceso	6	24.0%	1	4.0%
Logrado	2	8.0%	3	12.0%
			Postest	
Inicio	12	48.0%	0	0.0%
Proceso	11	44.0%	2	8.0%
Logrado	2	8.0%	23	92.0%

En referencia a la dimensión autogenerar emociones positivas, se puede observar que el 68% de escolares del colectivo control se ubicaron en el nivel inicio en cuanto a autogenerar emociones positivas en el pretest, a diferencia del colectivo experimental que un 84% de estudiantes mostraron un nivel inicio. Sin embargo, después de aplicar el programa Kapchiy el grupo experimental logro un 92% el autogenerar emociones positivas, esto evidencia la importancia de desarrollar y trabajar en el fortalecimiento del aspecto emotivo de los estudiantes.

Prueba de hipótesis

Hipótesis general de la investigación

H_o: El programa “Kapchiy” no estimula la regulación emociona.

H_a: El programa “Kapchiy” estimula la regulación emocional.

Comparación de los grupos control y experimental de la Regulación emocional

	Regulación emocional (Pretest)	Regulación emocional (Postest)
U de Mann-Whitney	288.000	23.500
W de Wilcoxon	613.000	348.500
Z	-.479	-5.620
Sig. asin. (bilateral)	.632	<.001

En referencia a la prueba de hipótesis general, acorde con el test de U de Mann-Whitney, se observó que, en el pretest de la regulación emocional, el valor observado de significancia es de Sig.=0.632, mientras que en el post test, el valor de significancia p es <0.05. En consecuencia, se evidenció que la implementación del programa Kapchiy logró un impacto efectivo y significativo en la regulación de emociones de los educandos de 1° grado de primaria.

Hipótesis específica 1

H_0: El programa “Kapchiy” no estimula la expresión emocional apropiada.

H_a: El programa “Kapchiy” estimula la expresión emocional.

Tabla 10

Comparación de los grupos control y experimental de la expresión emocional apropiada

	Expresión emocional apropiada (Pretest)	Expresión emocional apropiada (Postest)
U de Mann-Whitney	278.500	36.000
W de Wilcoxon	603.500	361.000
Z	-.676	-5.475
Sig. asin. (bilateral)	.499	<.001

En relación con la evaluación de la primera hipótesis, según el análisis realizado mediante el test de U de Mann-Whitney, en el pretest referente a la expresión emocional adecuada, el valor de significancia obtenido es de Sig=0.499, mientras que en el post test, el valor de significancia p es <0.05. Por consiguiente, se pudo evidenciar que la ejecución del programa Kapchiy generó un impacto

positivo y significativo en la expresión emocional apropiada de los escolares de 1° grado de nivel primario.

Hipótesis específica 2

H_0: El programa “Kapchiy” no estimula la regulación de emociones y sentimientos.

H_a: El programa “Kapchiy” estimula la regulación de emociones y sentimientos.

Tabla 11

Comparación de los grupos control y experimental de la regulación de emociones y sentimientos

	Regulación de emociones y sentimientos (Pretest)	Regulación de emociones y sentimientos (Postest)
U de Mann-Whitney	290.000	36.500
W de Wilcoxon	615.000	361.500
Z	-.528	-5.435
Sig. asin. (bilateral)	.597	<.001

Referente a la segunda hipótesis específica y conforme al análisis realizado mediante el test de U de Mann-Whitney, se encontró que, en el pretest respecto regulación de emociones y sentimientos, el valor de significancia es de Sig=0.597, mientras que en el post test, el valor de significancia p es <0.05. Por lo tanto, se pudo comprobar que la implementación exitosa del programa Kapchiy tuvo un impacto efectivo en la regulación de emociones de los escolares de 1° grado de primaria.

Hipótesis específica 3

H_0: El programa “Kapchiy” no estimula las habilidades de afrontamiento.

H_a: El programa “Kapchiy” estimula las habilidades de afrontamiento.

Tabla 12

Comparación de los grupos control y experimental de habilidades de afrontamiento

	Habilidades de afrontamiento (Pretest)	Habilidades de afrontamiento (Postest)
U de Mann-Whitney	258.000	75.000
W de Wilcoxon	583.000	400.000
Z	-1.460	-4.810
Sig. asin. (bilateral)	.144	<.001

En referencia a la prueba de la tercera prueba de hipótesis específica, acorde la prueba de U de Mann-Whitney, se observó que, en el pretest de las habilidades de afrontamiento, el valor de significancia es de Sig=0.144, mientras que en el post test, el valor de significancia p es <0.05. En consecuencia, se pudo afirmar que la ejecución del programa Kapchiy logró un efecto positivo en la regulación de emociones de los educandos de 1° grado de primaria.

Hipótesis específica 4

H_0: El programa “Kapchiy” no estimula la autogeneración de emociones positivas.

H_a: El programa “Kapchiy” estimula la autogeneración de emociones positivas.

Tabla 13

Comparación de los grupos control y experimental de la autogeneración de emociones positivas.

	Autogeneración de emociones (Prestest)	Autogeneración de emociones (Postest)
U de Mann-Whitney	268.500	38.500
W de Wilcoxon	593.500	363.500
Z	-.906	-5.712
Sig. asin. (bilateral)	.365	<.001

Referente a la prueba de la cuarta hipótesis específica, según el test de U de Mann-Whitney, en el pretest de la autogeneración de emociones positivas, el valor de significancia es de Sig=0.365, mientras que en el post test, el valor de significancia p es <0.05. En consecuencia, se pudo evidenciar que la implementación del programa Kapchiy generó una repercusión significativo y positivo en la regulación de emociones de los estudiantes de 1° grado de primaria.

V. DISCUSIÓN

El propósito de este estudio se basó en determinar de qué manera el programa “Kapchiy” estimula la regulación emocional en una institución educativa pública - Tarma. En referencia al propósito general, a partir de la sistematización de datos, se demostró como principal hallazgo, que al término de la aplicación del programa el GE=88% se encontró en nivel logrado de la regulación de las emociones a diferencia de antes de la aplicación del programa el GE=72% se encontró en el nivel de inicio. De lo que se puede deducir que la aplicación del programa “Kapchiy” basado en el arte terapia donde se incluyeron sesiones lúdicas, dinámicas y estrategias que movilizaron la imaginación y creatividad, logró un impacto deseado en el fortalecimiento de la regulación emocional de los estudiantes.

Este resultado coincide con el estudio de Chamorro (2020), quien también efectuó una pesquisa con el propósito de conocer la influencia un programa educativo en la evolución de la educación emocional de los escolares, los resultados son similares al de este trabajo, puesto que, el 87% de estudiantes alcanzó el nivel alto luego de la aplicación del programa. Las conclusiones luego de la prueba U de Mann Whitney arrojaron un valor de 0,00 < 0,05 demostrando que el programa si influyó en el desarrollo de las emociones. Asimismo, los resultados de esta investigación, también son congruentes con los de Herrera (2020), quien también realizó una investigación para conocer los efecto del programa de expresiones artísticas en el desarrollo de la educación emocional, los resultados obtenidos manifestaron que posteriormente de la aplicación del programa de expresiones el 70,8% de estudiantes lograron niveles altos, estos resultados se asemejan a los del trabajo y además las conclusiones son similares ya que, que después de la prueba de U de Mann-Whitney arrojó un valor de 0.00 < 0,05 se demostró que el programa influyó de forma positiva en la educación emocional.

Respecto a la hipótesis general, se realizó la prueba de estadística de contraste de un Z= -5.620, asociado a un p=000<0.01, lo que permitió aceptar la hipótesis alterna y objetar la hipótesis nula, es decir que, el programa “Kapchiy” estimula de manera positiva la regulación emocional de los estudiantes. Estos

resultados concuerdan con el trabajo de Blas (2021), quien luego del procesamiento de datos en el programa IBM-SPSS, también comprobó la eficacia de los talleres para el fortalecimiento de la regulación de emociones, llegando a la misma conclusión de esta investigación el aceptar la hipótesis alterna.

Los resultados de esta pesquisa, también son respaldadas por las teorías que sustentan que el arte terapia fortalece la regulación emocional, entre ellos concuerda con Freud (1915), quien fundamentó el arte terapia influencia los procesos inconscientes en el comportamiento humano, en el cual resalta el uso del arte en clase facilita la construcción de la personalidad se forma con el respaldo de los impulsos inconscientes, los conflictos internos y las experiencias infantil. Otra teoría que amparan estos resultados es el de Zeman, et al. (2006), porque ratifica la información del autor al contrastar que el arteterapia brinda estrategias que fomenten la expresión emocional, la conciencia emocional y autorregulación emocional. También, concuerda con la teoría de Thompson (1994), quien enfatizó que las personas regulan sus emociones, dando respuesta a conflictos y retos que se presentan en su entorno; a través de estrategias adaptativas y desadaptativas que implican una comprensión de las propias emociones y la capacidad que tienen los estudiantes a adaptarse a diferentes situaciones.

Por otro lado, estos resultados también son respaldados por los conceptos de la Asociación Americana del arte terapia citado por Bustamante (2021) quienes señalaron al arte terapia como una profesión de salud mental que emplea como medio la creación artística para fortalecer el bienestar físico y emocional de los educandos en todas las edades, para este proceso se tiene por el cual se exploran los sentimientos, se resuelve conflictos emocionales y se da la autoexpresión y crecimiento personal y los de Tello (2020), enfatizó que el arte terapia se emplea con el objetivo de fortalecer la afectividad y salud mental, el arte y la creación artística. En este proceso se busca promover la resiliencia, la autoexpresión y el bienestar personal.

En cuanto a la primera hipótesis específica, se realizó la prueba de estadística de contraste obteniendo como resultado de un Z= -5.475, asociado a un p=000<0.01, lo cual permitió llegar a la conclusión de reconocer la suposición alterna y refutar la suposición nula, es decir que, el programa “Kapchiy” estimula de manera positiva la expresión emocional apropiada de los estudiantes. Los

resultados de este trabajo se asemejan al estudio que presentó Gálvez (2022), quien
explicó la influencia de la música en la regulación emocional. Los resultados fueron significativos al igual que el de esta investigación porque se observó una mejora en el GE luego de la aplicación de un programa basado en la música. Las conclusiones también fueron similares porque ambas concluyeron que el programa afecta de manera significativa en el reconocimiento y regulación de las emociones. Otro estudio que se asemeja a esta investigación es el de Neira & Ávila (2020), porque en su investigación aplicó un programa llamado “Emoción Arte”, basado en el arte al igual que esta investigación, y observó su influencia en la regulación emocional. Los resultados son muy similares a esta pesquisa ya que, luego de la interpretación a la conclusión es que la educación emocional es fundamental para la vida de los estudiantes pues les permite direccionarse frente a situaciones buenas o malas. Los efectos positivos de la prueba de la primera suposición, son respaldados por teorías importantes como el de Piaget (1950) y el de Gross (1998), puesto que ambos teóricos concuerdan en que el arte terapia, usa la inventiva artística a fin de fomentar la exploración y expresión de las emociones, para que pueda resolver conflictos y pueda promover su crecimiento personal. Con respecto a la segunda hipótesis específica, se realizó la prueba de estadística de contraste de un Z= -5.435, asociado a un p=000<0.01, lo que permitió aceptar la conjetura alterna y rechazar la conjetura nula, llegando a la conclusión que el programa “Kapchiy” estimula de manera positiva la regulación de emociones y sentimientos de los estudiantes. Por otro lado, los resultados del estudio de Aldazábal (2021), se asemejan a este trabajo, a pesar de que la técnica que utilizó Aldazábal fue la encuesta a nivel online y la herramienta de recojo de información fue el cuestionario, sin embargo, los resultados demostraron que la ejecución de un programa si incide de manera significativa en el manejo de las emociones de los estudiantes. También es congruente con el trabajo de Vergara (2022), quien en sus resultados demostró la utilidad de la herramienta, puesto que demostró el aumento del 30% por ítem evaluado y el promedio superaba el 30 % de avance. La conclusión es similar al de esta investigación, porque el autor concluyó que la herramienta “Tour de emociones” fomenta la regulación de las emociones de

manera positiva, al igual que el programa Kapchiy permite la regulación emocional de los estudiantes.

Por otra parte, estos resultados de la prueba de la segunda hipótesis específica reafirman las teorías presentadas en el marco teórico entre los más resaltantes está la teoría humanista de Rogers (1961), quien resaltó la importancia de la autorrealización y autoexpresión, la autoestima y el crecimiento personal del estudiante y el arte terapia es una herramienta que favorece esa búsqueda del crecimiento y autorrealización. También, se respaldan en la teoría de está la teoría de Thompson (1994), quien se centró en la importancia de regular las emociones y el de Zeman, et al. (2006), que se centra en la relevancia de la estrategia del arte terapia para fomentar la expresión emocional, la conciencia emocional y autorregulación emocional y con ello fortalecer la competencia emocional de los estudiantes.

Otros autores que respaldan a estos resultados de la investigación es decir que la implementación de un programa incide de manera significativa la regulación emocional de los estudiantes, entren estos conceptos están los de Contreras (2020), porque fundamentó que el arte terapia es un proceso que busca resolver conflictos, fomenta el crecimiento personal y mejora la salud mental, para lograr estos objetivos se utiliza el arte y la creación artística en el cual el niño puede explorar y expresar sus emociones y toma autoconciencia de sus emociones, también el concepto de Thompson (2012) quien también señaló que es trascendental intervenir en la mejora de la regulación emocional, puesto que a través de punto, se fortalece la capacidad de modificación de las respuestas emocionales para lograr los objetivos personales y sociales. Asimismo, los conceptos de Wells (2023), quien también habló de la importancia de la regulación emocional porque esto involucra que gestionen estrategias cognitivas y conceptuales que permitan adaptar las emociones a situaciones específicas.

En relación a la tercera hipótesis específica, se realizó la prueba de estadística de contraste obteniendo los valores de un Z= -4.810, asociado a un p=000<0.01, lo que permite aceptar la premisa alterna y rechazar la premisa nula, concluyendo que, el programa “Kapchiy” estimula de manera positiva las habilidades de afrontamiento de los estudiantes. Este resultado, se relaciona con los resultados de la investigación de, De la Hoya (2021), quien en su trabajo aplicó

un programa para el manejo de la ansiedad y agresividad de los escolares. De los cuales los resultados obtenidos mostraron que hubo una diferencia significativa entre los grupos después de la puesta en práctica del programa se observó mejoras en el área de sentimiento y control de ira e inquietud, llegando a la conclusión que para el control de ira se debe dar una salida controlada como modo de afrontamiento.

También se presentaron teorías que respaldan los resultados de la prueba de hipótesis, entre ellas está el Dewey (1938), quien presentó la teoría de la educación experiencial, donde se enfatiza que el aprendizaje se da mediante la experimentación y la participación activa, es decir, que el estudiante debe interactuar con su entorno y crear actividades significativas. El autor señala que el arte terapia enfatizan en que la experiencia vivencial, las actividades significativas, en que los estudiantes se involucren de manera directa en experiencias auténticas logran un cambio transformador de conocimiento personal y autocomprensión, a esto agregar el concepto de López (2009), quien también enfatizó que el arte terapia debe ser una herramienta de psicoterapia donde se ejecuten diversos tipos de expresión como visual, corporal, dramática y gráfica, para lograr la transformación personal del estudiante basado en su autoconocimiento, autorreflexión y búsqueda de su bienestar personal. Cabe resaltar que estos conceptos reafirman las conclusiones de esta investigación.

Respecto a la cuarta hipótesis específica, se realizó la prueba de estadística de contraste, obteniendo como valores de un Z= -5.712, asociado a un p=000<0.01, lo que permite aceptar la proposición alterna y rechazar la proposición nula, es decir que, el programa “Kapchiy” estimula de manera positiva la autogeneración de emociones de los estudiantes.

Estos resultados se asemejan al estudio de Tutiven (2023), quien aplicó un programa de dramatización para fomentar la regulación emocional en escolares de 7 años. A diferencia de este trabajo de investigación la población de Tutiven fue 76 estudiantes, a pesar de la diferencia de muestra, los resultados al igual que este trabajo demostraron que un programa si contribuye de manera positiva en la regulación de las emociones de los estudiantes, asimismo, en la investigación de Tutiven también se aceptó la hipótesis alterna. Por otro lado, esta investigación, también se asemeja al trabajo de Morales (2022), quien realizó en su investigación

aplicó un programa basado en la danza para favorecer la mejora de la regulación emocional de los escolares. Los resultados de esta pesquisa luego de aplicar la prueba de Shapiro Wilk es que se rechazó la hipótesis nula (p>0,005) por ende hay normalidad en la distribución de datos, por lo que se llegó a la conclusión que la danza mejora la regulación de las emociones. Estos resultados se relacionan a los de esta investigación además que, el programa presentado también está basado en el arte como este programa, y esto, también es respaldado por el concepto de López (2009) quien señala que el arte terapia es una modalidad de psicoterapia para lograr la transformación personal del estudiante basado en su autoconocimiento, autorreflexión y búsqueda de su bienestar personal.

Los resultados también son reafirmados por las definiciones de Pérez (2006), quien enfatizó la importancia de insertar programas educativos en el PEI educativo, planes con objetivos claros y precisos que busquen el progreso integral de los escolares, debido a que en los resultados evidenciaron que un programa educativo en este caso basado en el desarrollo de las habilidades artísticas favoreció la regulación emocional de los estudiantes. Siguiendo esta línea, también se puede respaldar estos resultados con los conceptos del autor base de esta investigación que es Bisquerra quien señalo que la es fundamental utilizar diversas estrategias en el espacio educativo para estimular el proceso de manejo de emociones ya que a raíz de este fortalecimiento también se implica la toma de conciencia de las emociones, el desarrollo cognitivo y la conducta de los escolares.

Finalmente, este trabajo es respaldado por las teorías de los padres del arte terapia entre ellos tenemos a Naumburg (1987) y Kramer (1958) quienes enfatizaron que el arte terapia es una herramienta importante para que las personas puedan dar solución a los problemas emocionales a través de las diferentes expresiones artísticas; de la misma manera este trabajo, también es respaldado por teóricos importantes de la regulación emocional como Thompson (1994) y Gross (1998), quienes resaltan que se tienen que emplear estrategias básicas para que las personas logren gestionar sus emociones, como se realizó en esta pesquisa se aplicó el programa “Kapchiy” para influenciar en la regulación emocional, obteniendo resultados favorables.

VI. CONCLUSIONES

Primera: En referencia al objetivo general, se demostró que el programa “Kapchiy” estimula de manera positiva la regulación emocional en estudiantes de una institución educativa pública, como se demostró en los resultados, donde el 88% de estudiantes se encontró en el nivel logrado en cuanto a la regulación emocional y con el estadístico U de Mann-Whitney, se obtuvo el valor de $p < 0.001$.

Segunda: Respecto al primer objetivo específico, se evidenció que el programa “Kapchiy” influye en la expresión emocional apropiada en una institución educativa pública, como se demostró en los resultados donde se observó que el 96% de alumnos se encontró en el nivel logrado en cuanto a la regulación emocional y con el estadístico U de Mann-Whitney, se alcanzó el valor de $p < 0.001$.

Tercera: Referente al segundo objetivo específico, se argumentó que el programa “Kapchiy” afecta a la regulación de emociones y sentimientos de manera positiva en una institución educativa pública, como se demostró en los resultados, donde se observó que el 72% de estudiantes se encontró en el nivel logrado en cuanto a la regulación emocional y con el estadístico U de Mann-Whitney, se alcanzó el valor de $p < 0.001$.

Cuarta: Atinente al tercer objetivo específico, se verificó que el programa “Kapchiy” estimula las habilidades de afrontamiento en una institución educativa pública, como se demostró en los resultados, donde se observó que el 72% de educandos se encontró en el nivel logrado en cuanto a la regulación emocional y con el estadístico U de Mann-Whitney, se logró el valor de $p < 0.001$.

Quinta: En referencia al cuarto objetivo específico, se comprobó que el programa “Kapchiy” influye la autogeneración de emociones positivas en una institución educativa pública, como se evidenció en los resultados, donde el 92% de escolares se encontró en el nivel logrado en cuanto a la regulación emocional y con el estadístico U de Mann-Whitney, se obtuvo el valor de $p < 0.001$.

VII. RECOMENDACIONES

Primera: A los directivos y docentes implementar programas educativos en base a las habilidades artísticas que contengan estrategias creativas, dinámicas y lúdicas que fomenten el aprovechamiento del talento de los estudiantes dentro del plan anual, puesto que a través de esta investigación se ha comprobado que un programa ayuda en el fortalecer y a regular las emociones.

Segunda: A los directivos implementar espacios donde los estudiantes puedan plasmar sus habilidades artísticas, ya que el desarrollo de estas habilidades ayuda a que los estudiantes puedan expresar sus emociones y también aprendan a manejarlas.

Tercera: A los directivos que fomenten la ejecución de actividades artísticas de los estudiantes, en espacios abiertos o en eventos de la institución, pues se ha demostrado con los resultados de este estudio la importancia de fomentar la expresión de las habilidades artísticas para el desarrollo del estudiante no sólo en lo emocional, sino que también en su desarrollo cognitivo.

Cuarta: A los docentes implementar en sus sesiones acciones artísticas para que los estudiantes puedan emplear sus expresiones creativas y de esta forma puedan desenvolverse socialmente y logren manejar sus emociones de manera óptima.

Quinta: A los docentes emplear diversos materiales artísticos como cerámica, plastilinas, crayolas, témperas, colores entre otros que permitan que los estudiantes puedan ejecutar actividades artísticas ya que se ha demostrado a través de esta investigación que el uso de herramientas, estrategias y materiales fomentan el desarrollo de los estudiantes, ya que con los materiales se sienten motivados y prestan interés en las sesiones de clase.

REFERENCIAS

Ander, E. (2011). *Aprender a investigar: Nociones básicas para la investigación social.* Editorial Brujas. 1° Edición.

American Art Therapy Association (2017). About Art Therapy. https://arttherapy.org/about-art-therapy/

Antonio, B (2020) *Beneficios del arteterapia en niños con trastorno del espectro autista.* Universidad Católica Argentina https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/11626

Arias, J. & Covinos, M. (2021) Diseño y metodología de la investigación. Editorial Enfoques Consulting EIRL.https://repositorio.concytec.gob.pe/handle/20.500.12390/2260.

Arizábal, L. (2021). *La meditación educativa en el manejo de emociones* (Tesis doctoral). Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/78155

Balluerka, N., & et al. (2020) *Las consecuencias psicológicas de la Covid-19 y el confinamiento. Informe de investigación*. Bilbao: Servicio de Publicaciones de la Universidad del País Vasco.

Bernal, V. (2022). *Estudio del desarrollo emocional y cognitivo, como medio de aprendizaje de las expresiones artísticas desde la arteterapia en niños que presentan trastornos de espectro autista.* Universidad Técnica del Norte. http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/13208

Blas, E. (2021). *Taller basado en el juego de roles para regular emociones en los niños y niñas de 5 años de la I.E. N° 322 El progreso* (Tesis licenciatura) Universidad nacional del Santa. https://repositorio.uns.edu.pe/handle/20.500.14278/3790

Bustamante, I. (2021). *Arteterapia: Concepto, origen y las inteligencias múltiples de Gardner.* Universidad de Cantabria. https://repositorio.unican.es/xmlui/handle/10902/21625

Cespedes, J (2021). *Influencia de la arteterapia en la salud mental de estudiantes niños y adolescente.* Universidad Católica Argentina. https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/13198

Chamorro, J. (2020). *Programa Creciendo en el desarrollo de la educación emocional en estudiantes de 4años de una institución educativa, Lima* (Tesis

Maestría). Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/43680

Coba, K. (2023). *Preferencias sensoriales y regulación de emocional en los estudiantes de la Escuela Básica Los Sauces* (Tesis de licenciatura) Universidad Técnica de Ambato Ecuador. https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/39070.

Contreras, R. (2020). El Arte terapia como técnica de intervención psicoterapéutica para aliviar los síntomas de la ansiedad: revisión documental. Universidad de la Costa. https://repositorio.cuc.edu.co/handle/11323/8171.

Corbetta, P. (2019). Reflexiones en torno científico y sus etapas. Iberoamericana de las Ciencias Sociales y Humanísticas. 8(15).

Córdoba, N. et al., (2023). Metodología de la investigación I. Universidad Nacional de Rosario. http://200.3.125.79:8080/handle/2133/25465

Chunga, L. (2021) Modelo de arteterapia em el proceso de enseñanza-aprendizaje: Una revisión bibliográfica. Revista Emprendimiento Científico Tecnológico. https://revista.ectperu.org.pe/index.php/ect/article/view/36/36

De la Hoya, J. (2021). *Eficacia de un programa de intervención psicoeducativa de regulación emocional para la disminución de respuestas de ansiedad y agresividad en población infantil* (Tesis doctoral). Universidad Autónoma de Ciudad Juárez. http://erecursos.uacj.mx/handle/20.500.11961/5902

Dewey, J. (1938). Experience and Education. Simon & Schuster.

Farré, N. (2021) *La expresión adecuada de las emociones.* Centro de psicologia Canvis. https://www.canvis.es/es/la-expresion-adecuada-de-las-emociones/

Fredrickson, B. (2009). Posivity: *Groundbreaking Research Reveals How to embrace the Hidden Strength of positive Emotions, overcome Negativity, and Trive*. Crown. https://www.researchgate.net/publication/263378499_Positivity_Groundbreaking_research_reveals_how_to_embrace_the_hidden_strengths_of_positive_emotions_overcome_negativity_and_thrive

Freud, S. (1915). *Introducción al psicoanálisis*. Alianza editorial.

Gálvez, D. (2022) *Música clásica en la regulación emocional de niños de 4 años de instituciones educativas públicas del distrito de Huancán* (Tesis Maestría).

Universidad Nacional del Centro del Perú. https://repositorio.uncp.edu.pe/handle/20.500.12894/8903

García et al., (2022). *Cómo adaptar una investigación cualitativa a contextos de confinamiento*. Gaceta sanitaria, 35, 298-301.

Glatthorm, A, Boschee, F & Whitehead, G. (2016) *Curriculum Leadership:Strategies for development and Implementation.* Sage publications. https://us.sagepub.com/en-us/nam/curriculum-leadership/book255024#:~:text=Curriculum%20Leadership%3A%20Strategies%20for%20Development,implement%20school%20K%E2%80%9312%20curriculum.

Glosbe (2017) *Kapchiy*. Glosbe dictionary. https://es.glosbe.com/qu/es/kapchiy

Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence: Why it can Matter More than IQ. Bantam Books.

González, B., Naranjo, I., Trejo, K., Villeda, L., Cuevas, A. & Covarrubias, M. (2020). *Formando respeto, disciplina, atención y manejo de emociones en niños de primer grado de primaria*. Revista de Psicopedagogía escolar e Educación. https://periodicos.ufam.edu.br/index.php/amazonica/article/view/7713.

Grimaldo, M. & Merino, C. (2020) *Efectos de un programa de intervención sobre las habilidades emocionales en niños preescolares.* Revista Redined. https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/200752?locale-attribute=es

Gross, J (1998) The emerging field of emotion regulation: An integrative review. Review of General Psychology, 2(3) 2711-299.

Gullón, I. (2019) *Regulación emocional en niños y adolescentes.* Universidad Pontifica Comillas. Madrid. https://repositorio.comillas.edu/xmlui/handle/11531/31893

Hernández, R &Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación, las rutas cuantitativa cualitativa y mixta. Ciudad de México, México: Mc Graw Hill.

Herrera, N. (2020). *Las expresiones artísticas en el desarrollo de la educación emocionales con estudiantes del segundo año, secundaria, S.M.P, 2019* (Tesis Maestría). Universidad César Callejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/45532

Kramer, E. (1958). *Terapia a través del arte en una comunidad infantil*. Buenos Aires. Ed. KAPELUZ. P. 24

Kretschmer, F. (2019). *Arte terapia y regulación emocional de la rabia*. (Tesis Magistral). https://repositorio.udd.cl/items/a0d1475d-faa4-420e-b17c-41ecab62e8fe

Lazarus, R & Folkman, S. (1984). *Stress Appraisal, and Coping.* Springer Publishing company.

Malchiodi, C. (2012). Handbook of Art Therapy (2nd ed.) The Guilford Press.

Marín, M. Robles, R., Gonzáles, C. & Andrade, P. (2012). *Propiedades psicométricas de la escala "Dificultades en la regulación emocional" en español (DERS-E) para adolescentes mexicanos.* Salud mental. http://www.revistasaludmental.mx/index.php/salud_mental/article/view/1510

Milozzi, S & Marmo, J. (2022). *Revisión sistemática sobre la relación entre apego y regulación emocional.* Psicología Unemi. https://ojs.unemi.edu.ec/index.php/faso-unemi/article/view/1443

Mora, F. (2009). *Cómo funciona el cerebro.* Madrid: Alianza Editorial.

Morales, P. (2022*). Análisis de los efectos de la danza como disciplina formativa en el desarrollo de la regulación emocional de niños y niñas de entre 9 y 10 años* (Tesina magistral). Universidad del Desarrollo. https://repositorio.udd.cl/statistics/items/a4130edf-3c13-4f7a-b7bc-7990775bb76f.

Naumburg, M. (1987). *Dynamically oriented art therapy: its principles and practices: illustrated with three case studies.* Chicago: Magnolia Street Publishers.

Neira, I. & Ávila, D. (2020). *El arte como estrategia para favorecer la regulación emocional* (Tesis Licenciatura). Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis de Potosí. https://repositorio.beceneslp.edu.mx/jspui/handle/20.500.12584/886.

Niño, V. (2011). *Metodología de la investigación (1ra edición ed.).* Bogotá: Ediciones de la U.

Nuñez, M. (2007). *Las variables: Estructura y función en la hipótesis.* Investigación educativa, 11(20), 163 – 179.

Ñaupas, H. Valdivia, M., Palacios, J. & Romero, H. (2019). 4.1 El método científico. Metodología de la investigación cuantitativa-cualitativa y redacción de la 1tesis, 29, 171.

Olhaberry, M. & Sieverson, C. (2022). *Desarrollo socio-emocional temprano y regulación emocional. Revista médica clínica Las Condes.* https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864022000748

Organización Panamericana de la Salud (2020) Plan estratégico de la OPS. https://www.paho.org/es/documentos/plan-estrategico-ops-2020-2025

Pedró, F. (2020). *COVID-19 y educación superior en América Latina y el Caribe: efectos, impactos y recomendaciones políticas. Análisis Carolina*, *36*(1), 1-15.

Pérez, R. (2006). *Evaluación de programas educativos.* Editorial la muralla.

Piaget, J. (1950). *The Psychology of Intelligence.* Routledge & Kegan Paul.

Reyes, I., Damián, E., Ciriaco, N., Corimayhua, O. & Urbina, M. (2022*). Métodos científicos en la investigación pedagógica. Revista Dilemas Contemporáneos.* https://dilemascontemporaneoseducacionpoliticayvalores.com/index.php/dilemas/article/view/3106

Rogers, C. (1961). *On becoming a person: A therapist´s view of psychotherapy.* Houghton Mifflin.

Rubin, J. (2010). *Art Therapy: An Introduction* (2nd ed.) Routledge.

Sanarai (2023). *Tipos de emociones: ¿Qué son y cómo gestionarlas mejor?* Equipo editorial Sanarai. https://www.sanarai.com/blog/emociones-que-son-como-gestionarlas-mejor.

Tello, N (2020). *Beneficios del arte terapia en niños: Revisión teórica 2015-2020.* Universidad Señor de Sipán. https://hdl.handle.net/20.500.12802/8729

Thompson, R. (1994). *Emotion regulation: A theme in search of definition*. Monographs of the Society for Research in child Development. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7984164/

Tutiven, S. (2023) *Programa de dramatización para fortalecimiento de regulación de emocional en niños de 7 años de una institución educativa, Daule – Ecuador 2022* (Tesis Maestría). Universidad César Vallejo. https://hdl.handle.net/20.500.12692/118374

Universidad César Vallejo (2022). *Resolución de Consejo Universitario N° 0470-2022/UCV* https://www.ucv.edu.pe/wp-content/uploads/2020/09/RCUN%C2%B0470-2022-UCV-Aprueba-actualizacion-del-Codigo-de-Etica-en-Investigacion-V01.pdf

Vargas, R. & Muñoz, A. (2013). *La regulación emocional: Precisiones y avances conceptuales desde la perspectiva conductual.* Psicología USP.

Vergara, Y. (2022). *Desarrollo de habilidades de regulación emocional por medio de la herramienta tour de las emociones en niños de primaria de una institución educativa distrital de la ciudad de Barranquilla* (Proyecto de grado). Universidad Antonio Nariño. http://repositorio.uan.edu.co/handle/123456789/7629

Villanueva, J. (2021) *Las habilidades artísticas en el desarrollo de la creatividad de los niños de 1er grado de la primaria de la institución educativa estatal N° 20347 Santa María – Huacho*. Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. https://repositorio.unjfsc.edu.pe/handle/20.500.14067/4534

Villareal, E (2023) *El arteterapia como estrategia pedagógica en la representación pictórica para niños de 7 a 10 años de la unidad educativa Isaac Jesús Barrera.* Universidad técnica del Norte. http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/14102

Wang et al., (2020) *Clinical characteristics of 138 hospitalized patients whit 2019 novel coronavirus-infected pneumonia in Wuhan, China.* https://www.scopus.com/record/display.uri?eid=2-s2.0-85079242706&origin=inward&txGid=250fb7e84500a96bea4914280c9cdf1a.

Wells, A. (2023) Emotion *Regulation: Conceptual and practical issues.* https://www.linkedin.com/pulse/emotional-regulation-authentic-self-lauren-kress-rpcdp.

Zeman, J., Cassano, M., Perry-Parrish, & Stegall, S. (2006). *Emotion regulation in children and adolescents.* Journal of Developmental and behavioral pediatrics. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/1668288

Anexo 1. *Matriz de operacionalización de Regulación emocional*

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Nivel y rango de la variable
Regulación emocional	Bisquerra (2020) La regulación emocional es la facultad de manejar las emociones una de forma apropiada.	La regulación emocional es la capacidad de tener adecuadas estrategias de manejo en las cuatro micro competencias o dimensiones de la regulación: Expresión emocional apropiada, regulación de emociones y sentimientos, habilidades de afrontamiento y autogenerar emociones positivas. (Bisquerra, 2020)	Expresión emocional apropiada	Comprende su estado emocional	1-4	Escala: Nominal Si (1) No (0)	Inicio (0-9) Proceso (10-18) Logrado (19-28)
				Manifiesta sus estados emocionales (no verbal)	5-8		
				Manifiesta sus estados emocionales (verbal)	9-11		
			Regulación de emociones y sentimientos	Regulación de la impulsividad	12-14		
				Tolerancia a la frustración	15-17		
				Previene estados emocionales negativos	18-20		
			habilidades de afrontamiento	Afronta retos de conflicto	21-22		
				Afronta situaciones de conflicto	23-24		
			autogenerar emociones positivas.	Genera emociones positivas	25-26		
				Disfruta de la vida.	27-28		

Anexo 2. *Matriz de consistencia*

Título: Programa "Kapchiy" en la regulación emocional en estudiantes del nivel primaria de una institución educativa Pública – Tarma.

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS
Problema General: ¿Cuál es la influencia del programa "Kapchiy" en la regulación emocional de una institución educativa pública - Tarma? **Problemas específicos:** ¿Cuál es la influencia del programa "Kapchiy" en la expresión emocional apropiada de una institución educativa pública -Tarma? ¿Cuál es la influencia del programa "Kapchiy" en la regulación de emociones y sentimientos de una institución educativa pública - Tarma? ¿Cuál es la influencia del programa "Kapchiy" en las habilidades de afrontamiento de una institución educativa pública – Tarma? ¿Cuál es la influencia del programa "Kapchiy" en la autogeneración de emociones positivas de una institución educativa pública – Tarma?	**Objetivo general:** Determinar de qué manera el programa "Kapchiy" estimula la regulación emocional de una institución educativa pública - Tarma. **Objetivos específicos:** Determinar de qué manera el programa "Kapchiy" estimula la expresión emocional apropiada de una institución educativa pública - Tarma. Determinar de qué manera el programa "Kapchiy" estimula la regulación de emociones y sentimientos de una institución educativa pública – Tarma. Determinar de qué manera el programa "Kapchiy" estimula las habilidades de afrontamiento de una institución educativa pública - Tarma. Determinar de qué manera el programa "Kapchiy" estimula la autogeneración de emociones positivas de una institución educativa pública - Tarma.	**Hipótesis general:** El programa "Kapchiy" estimula la regulación emocional apropiada de una institución educativa pública -Tarma. **Hipótesis específicas:** El programa "Kapchiy" estimula la expresión emocional apropiada de una institución educativa pública -Tarma. El programa "Kapchiy" estimula la regulación de emociones y sentimientos de una institución educativa pública -Tarma. El programa "Kapchiy" estimula las habilidades de afrontamiento de una institución educativa pública -Tarma. El programa "Kapchiy" estimula la autogeneración de emociones positivas de una institución educativa pública -Tarma.

VARIABLES E INDICADORES

Variable 1: Programa "Kapchiy"

	Sesiones	Recursos pedagógicos
Programa "Kapchiy" Arteterapia (López, 2011)	Sesión 1: conociendo el mundo de las emociones Sesión 2: Expreso lo que siento a través de un collage Sesión 3: Pinto mi sentir Sesión 4: Rasgando papel me siento mejor Sesión 5: Arcillado y calmado Sesión 6: La danza de la calma Sesión 7: Respiro, respiro Sesión 8: Un paso a la vez Sesión 9: Embolillando mis emociones Sesión 10: Modelando lo que siento Sesión 11: Recortando los conflictos Sesión 12: Dibujando arcoíris Sesión 13: Plasmando mi alegría Sesión 14: Bailando entre amigos Sesión 15: Un mural de emociones	Espacios amplios Materiales artísticos Lápices Papel Colores Crayones Temperas Radio Mandiles Plastilina Cerámica Arcilla Papel Kraft Periódico Pinceles

Variable 2: Regulación emocional

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Niveles y rangos
Expresión emocional apropiada	Comprende su estado emocional	1-4	**Escala:** Nominal Si (1) No (0)	Inicio (0-9) Proceso (10-18) Logrado (19-28)
	Manifiesta sus estados emocionales (no verbal)	5-8		
	Manifiesta sus estados emocionales (verbal)	9-11		
Regulación de emociones y sentimientos	Regulación de la impulsividad	12-14		
	Tolerancia a la frustración	15-17		
	Previene estados emocionales negativos	18-20		
habilidades de afrontamiento	Afronta retos de conflicto	21-22		
	Afronta situaciones de conflicto	23-24		
autogenerar emociones positivas.	Genera emociones positivas	25-26		
	Disfruta de la vida.	27-28		

TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	POBLACIÓN Y MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	ESTADÍSTICA
Enfoque: Cuantitativo **Tipo de investigación:** Aplicado **Nivel:** Explicativa **Diseño**: Cuasiexperimental **Método:** Hipotético – deductivo.	**Población:** 80 estudiantes de 1° grado **Muestra**: 50 estudiantes. **Muestreo:** Muestreo no probabilístico	**Variable 1:** Programa Kapchiy Ámbito de aplicación: estudiantes del grupo experimental de 1° grado **Variable 2:** Regulación de emociones **Instrumento**: Lista de cotejo **Ámbito de Aplicación:** estudiantes de 1° grado de primaria del GC Y GE.	**DESCRIPTIVA:** Análisis descriptivo simple Tablas de frecuencia Figuras estadísticas Interpretación de los resultados Conclusiones **INFERENCIAL:** **Contrastación de hipótesis:** Mediante el estadístico Prueba U de Mann-Whitney

Anexo 2

FICHA DE COTEJO DE LA REGULACIÓN EMOCIONAL

Instrucciones: Leer cada ítem y luego seleccionar una de las dos alternativas, la que sea más apropiada de acuerdo a la observación.

INDICADOR	ITEMS	ESCALA DE MEDICIÓN	
		SI	NO
Comprende su estado emocional apropiado	1. Puede identificar sus emociones.		
	2. Puede nombrar sus emociones		
	3. Muestra consciencia de cómo se siente en el aula.		
	4. Reconoce que le causa sensación de bienestar.		
Manifiesta sus estados emocionales (no verbal)	5. Utiliza gestos faciales que coincida con sus emociones.		
	6. Utiliza lenguaje corporal que coincide con sus emociones.		
	7. La expresión facial refleja sus sentimientos.		
	8. Su postura refleja sus sentimientos.		
Manifiesta sus estados emocionales (verbal)	9. Comunica sus emociones de manera efectiva.		
	10. Utiliza un vocabulario emocional adecuado para expresar sus sentimientos.		
	11. Se comunica con amabilidad.		
Regulación de la impulsividad	12. Muestra la capacidad de controlar reacciones impulsivas en situaciones emocionales.		
	13. Espera su turno para participar.		
	14. Piensa antes de actuar en momentos emocionales.		
Tolerancia a la frustración	15. Afronta situaciones frustrantes sin perder el control emocional.		
	16. Mantiene la calma en situaciones de frustración.		
	17. Sigue adelante cuando se le presenta desafíos.		
Previene estados emocionales negativos	18. Muestra estrategias para evitar que las emociones negativas se intensifiquen.		
	19. Logra identificar situaciones que pueden desencadenar emociones negativas.		
	20. Toma medidas para evitar emociones negativas.		
Afronta retos de conflicto	21. Afronta retos con calma y respeto.		
	22. Busca soluciones constructivas en lugar de reaccionar de manera agresiva o evasiva.		
Afronta situaciones de conflicto	23. Maneja situaciones de conflicto interpersonal de manera adecuada.		
	24. Demuestra habilidades de comunicación efectiva en situaciones de conflicto.		
Genera emociones positivas	25. Busca actividades que generen emociones positivas.		
	26. Presenta una actitud proactiva para crear momentos de felicidad.		
Disfruta de la vida	27. Muestra que disfruta de las experiencias y momentos de la vida.		
	28. Participa activamente en actividades que le brindan alegría y satisfacción.		

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

POS GRA DO

"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"

Lima, 20 de octubre de 2023
Carta P. 0619-2023-UCV-VA-EPG-F01/J

Mg.
José Luis Rojas Orosco
Subdirector
Institución Educativa N° 30706 "San Ramón"

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted, para presentar a Huanhuayo Gabriel, Nelly Haydee; identificada con DNI N° 20066711 y con código de matrícula N° 7002853065; estudiante del programa de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA quien, en el marco de su tesis conducente a la obtención de su grado de MAESTRA, se encuentra desarrollando el trabajo de investigación titulado:

Programa "Kapchiy" en la regulación emocional en estudiantes del nivel primaria de una institución educativa Pública – Tarma, 2023

Con fines de investigación académica, solicito a su digna persona otorgar el permiso a nuestra estudiante, a fin de que pueda obtener información, en la institución que usted representa, que le permita desarrollar su trabajo de investigación. Nuestra estudiante investigador Huanhuayo Gabriel, Nelly Haydee asume el compromiso de alcanzar a su despacho los resultados de este estudio, luego de haber finalizado el mismo con la asesoría de nuestros docentes.

Agradeciendo la gentileza de su atención al presente, hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi mayor consideración.

Atentamente,

ESCUELA DE POSGRADO UCV JEFATURA CAMPUS LIMA NORTE

Dra. Helga R. Majo Marrufo
Jefe
Escuela de Posgrado UCV
Filial Lima Campus Los Olivos

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA "SAN RAMÓN" - PRIMARIA
MESA DE PARTES
Exp. 284
Fecha: 26/10/23 Hora: 8:33 am.
RECIBIDO

"Año de la unidad de paz y desarrollo"

CARTA DE CONSENTIMIENTO

SOLICITO: Consentimiento para la aplicación del Programa "Kapchiy" en la regulación emocional en estudiantes del nivel primaria de una institución educativa Pública – Tarma, 2023

Mg. José Luis Rojas Orosco

SUBDIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N°30706 "SAN RAMÓN" - TARMA

Yo, Nelly Haydee, HUANHUAYO GABRIEL, identificado con DNI N° 20066711, me dirijo a través de este medio ante usted para manifestarle lo siguiente:

Estando próximo a concluir los estudios de Posgrado (Maestría en Psicología educativa) en la Universidad César Vallejo y que actualmente me encuentro desarrollando la tesis: Programa "Kapchiy" en la regulación emocional en estudiantes del nivel primaria de una institución educativa Pública – Tarma, 2023. Para la cual requiere recoger información de los estudiantes de 1° grado del nivel primaria sobre el programa aplicado.

Ante lo expuesto, solicito su consentimiento y autorización para recoger información para lograr el desarrollo de la investigación.

Por último, cabe recalcar que la información que se recoja a través del instrumento, será exclusivamente para fines académicos y se mantendrá dentro de la **confidencialidad, respetando su integridad de los estudiantes e I.E.,** dentro de los principios éticos que promueve la Universidad César Vallejo como el respeto a su autonomía de participar o retirarse de este proceso cuando lo requiera.

Por lo expuesto se le agradece de ante mano.

Tarma, jueves 26 de octubre del 2023.

Nelly Haydee, HUANHUAYO GABRIEL

DNI: 20066711

AUTORIZO Y ACEPTO

UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA I.E. N° 30706 Sub Dirección TARMA

Mg. José Luis Rojas Orosco
Sub Director
C.M. 1021065425

Anexo 4 Validación de instrumento

Validador 1

Anexo 4. Validaciones de instrumento

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "Programa "Kapchiy" en la regulación emocional en estudiantes del nivel primaria de una institución educativa Pública – Tarma, 2023". 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:	Mercedes Nieves Pizarro Chávez
Grado profesional:	Maestría ( ) Doctor ( )
Área de formación académica:	Clínica (x) Social ( ) Educativa (x) Organizacional ( )
Áreas de experiencia profesional:	Psicóloga Cínica y educativa. Maestra en problemas de aprendizaje
Institución donde labora:	Centro de Salud Mental Comunitaria 12 de noviembre Minsa
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** (Colocar nombre de la escala, cuestionario o inventario)

Nombre de la Prueba:	Ficha de cotejo de la regulación emocional
Autora:	Huanhuayo Gabriel, Nelly Haydee
Procedencia:	Tarma, Perú
Administración:	A los estudiantes
Tiempo de aplicación:	45 minutos
Ámbito de aplicación:	Estudiantes de 1° grado
Significación:	La variable regulación emocional está compuesta por 4 dimensiones que son: Expresión emocional apropiada, Regulación de emociones y sentimientos, habilidades de afrontamiento y autogenerar emociones positivas. Los indicadores son 10, la primera dimensión y la segunda están conformadas por tres indicadores cada una y las dos últimas por dos indicadores. Que consta 28 ítems.

Soporte teórico La regulación emocional según Bisquerra (2020a), es la capacidad en el cual se maneja las emociones de forma apropiada, donde las personas toman conciencia de sus emociones, conocimientos y comportamientos y la capacidad de autogenerar emociones positivas y afrontar situaciones de conflicto de modo adecuado.

Escala/ÁREA	Subescala (dimensiones)	Definición
Regulación	Expresión emocional apropiada	Es el talento de manifestar las emociones de manera oportuna, esta expresión involucra la comprensión el estado emocional interno y no es

emocional		necesario exteriorizarlo.
	Regulación de emociones y sentimientos	Es referido a que esos aspectos deben ser constantemente regulados, lo cual engloba la ordenación de la impulsividad; el aguante a la frustración y la prevención de los estados emocionales negativos y la aptitud para diferir recompensas inmediatas.
	Habilidades de afrontamiento	Es la habilidad de afrontamiento, implica gestionar diversas estrategias y métodos para afrontar y regular los estados emocionales.
	Autogenerar emociones positivas	Se refiere a la destreza para dar lugar y experimentar emociones positivas como humor, alegría, divertirse y disfrutar la vida con el fin de llevar una vida saludable y de calidad.

Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento la lista de cotejo de la regulación emocional elaborado por Huanhuayo Gabriel, Nelly Haydee. De acuerdo con lossiguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintácticay 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 laordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica dealgunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxisadecuada.
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica conla dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (nocumple 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 conla dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con ladimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (altonivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencialo importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se veaafectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítempuede 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 brindesus observaciones que considere pertinente

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

Dimensiones del instrumento:

- **PRIMERA DIMENSIÓN: Expresión emocional apropiada**
- **Objetivos de la Dimensión:** Medir que el estudiante exprese sus emociones de manera adecuada en forma verbal y no verbal.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones

Comprende su estado emocional apropiado	1. Puede identificar sus emociones.	4	4	4	
	2. Puede nombrar sus emociones	4	4	4	
	3. Muestra consciencia de cómo se siente en el aula.	4	4	4	
	4. Reconoce que le causa sensación de bienestar.	4	4	4	
Manifiesta sus estados emocionales (no verbal)	5. Utiliza gestos faciales que coincida con sus emociones.	4	4	4	
	6. Utiliza lenguaje corporal que coincide con sus emociones.	4	4	4	
	7. La expresión facial refleja sus sentimientos.	4	4	4	
	8. Su postura refleja sus sentimientos.	4	4	4	
Manifiesta sus estados emocionales (verbal)	9. Comunica sus emociones de manera efectiva.	4	4	4	
	10. Utiliza un vocabulario emocional adecuado para expresar sus sentimientos.	4	4	4	
	11. Se comunica con amabilidad.	4	4	4	

- **SEGUNDA DIMENSIÓN: Regulación de emociones y sentimientos**
- **Objetivos de la Dimensión:** medir si el estudiante regula sus emociones y sentimientos.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Regulación de la impulsividad	12. Muestra la capacidad de controlar reacciones impulsivas en situaciones emocionales.	4	4	4	
	13. Espera su turno para participar.	4	4	4	
	14. Piensa antes de actuar en momentos emocionales.	4	4	4	
Tolerancia a la frustración	15. Afronta situaciones frustrantes sin perder el control emocional.	4	4	4	
	16. Mantiene la calma en situaciones de frustración.	4	4	4	
	17. Sigue adelante cuando se le presenta desafíos.	4	4	4	
Previene estados emocionales negativos	18. Muestra estrategias para evitar que las emociones negativas se intensifiquen.	4	4	4	
	19. ogra identificar situaciones que pueden desencadenar emociones negativas.	4	4	4	
	20. Toma medidas para evitar emociones negativas.	4	4	4	

- **Tercera dimensión**: Habilidad de afrontamiento
- Objetivos de la Dimensión: Medir si el estudiante tiene habilidades para afrontar situaciones y retos de conflicto.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Afronta retos de conflicto	21. Afronta retos con calma y respeto.	4	4	4	
Afronta retos de conflicto	22. Busca soluciones constructivas en lugar de reaccionar de manera agresiva	4	4	4	

	o evasiva.				
Afronta situaciones de conflicto	23. Maneja situaciones de conflicto interpersonal de manera adecuada.	4	4	4	
	24. Demuestra habilidades de comunicación efectiva en situaciones de conflicto.	4	4	4	

- **Cuarta dimensión**: **Autogenerar emociones positivas.**
- Objetivos de la Dimensión: medir si el estudiante autogenera emociones positivas.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Genera emociones positivas Disfruta de la vida	25. Busca actividades que generen emociones positivas.	4	4	4	
	26. Presenta una actitud proactiva para crear momentos de felicidad.	4	4	4	
Genera emociones positivas	27. Muestra que disfruta de las experiencias y momentos de la vida.	4	4	4	
	28. Participa activamente en actividades que le brindan alegría y satisfacción.	4	4	4	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Suficiente
Opinión de aplicabilidad: Aplicable [x] Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]
Apellidos y nombres del juez validador:

Especialidad del validador: Psicóloga

Miércoles, 19 de octubre del 2023

[1]**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
[2]**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
[3]**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Mercedes Nieves Pozano Chávez
PSICÓLOGA
C.Ps.P. 27738

Psicóloga Clínica – Psicoterapueta
CPsP N° 27738 – RNE N° 413
DNI : 08549167

Orcid: 000.0003-2049-2906

Validador 2

Anexo 4. Validaciones de instrumento

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "Programa "Kapchiy" en la regulación emocional en estudiantes del nivel primaria de una institución educativa Pública – Tarma, 2023". 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:	Nancy Cuenca Robles
Grado profesional:	Maestría () Doctor (x)
Área de formación académica:	Clínica (x) Social ( ) Educativa (x) Organizacional ( )
Áreas de experiencia profesional:	Psicóloga/Docente investigador Renacyt
Institución donde labora:	Universidad Cesar Vallejo
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años ( ) Más de 5 años (x)
Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)	Inteligencia emocional. Propuesta de una versión abreviada del inventario de inteligencia emocional Bar-On. NA -29".

2. **Propósito de la evaluación:**
Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

3. **Datos de la escala** (Colocar nombre de la escala, cuestionario o inventario)

Nombre de la Prueba:	Ficha de cotejo de la regulación emocional
Autora:	Huanhuayo Gabriel, Nelly Haydee
Procedencia:	Tarma, Perú
Administración:	A los estudiantes
Tiempo de aplicación:	45 minutos
Ámbito de aplicación:	Estudiantes de 1° grado
Significación:	La variable regulación emocional está compuesta por 4 dimensiones que son: Expresión emocional apropiada, Regulación de emociones y sentimientos, habilidades de afrontamiento y autogenerar emociones positivas. Los indicadores son 10, la primera dimensión y la segunda están conformadas por tres indicadores cada una y las dos últimas por dos indicadores. Que consta 28 ítems.

Soporte teórico La regulación emocional según Bisquerra (2020a), es la capacidad en el cual se maneja las emociones de forma apropiada, donde las personas toman conciencia de sus emociones, conocimientos y comportamientos y la capacidad de autogenerar emociones positivas y afrontar situaciones de conflicto de modo adecuado.

Escala/ÁREA	Subescala (dimensiones)	Definición
Regulación emocional	Expresión emocional apropiada	Es el talento de manifestar las emociones de manera oportuna, esta expresión involucra la comprensión el estado emocional interno y no es necesario exteriorizarlo.
	Regulación de emociones y sentimientos	Es referido a que esos aspectos deben ser constantemente regulados, lo cual engloba la ordenación de la impulsividad; el aguante a la frustración y la prevención de los estados emocionales negativos y la aptitud para diferir recompensas inmediatas.
	Habilidades de afrontamiento	Es la habilidad de afrontamiento, implica gestionar diversas estrategias y métodos para afrontar y regular los estados emocionales.
	Autogenerar emociones positivas	Se refiere a la destreza para dar lugar y experimentar emociones positivas como humor, alegría, divertirse y disfrutar la vida con el fin de llevar una vida saludable y de calidad.

Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento la lista de cotejo de la regulación emocional elaborado por Huanhuayo Gabriel, Nelly Haydee. De acuerdo con lossiguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintácticay 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 laordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica dealgunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxisadecuada.
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica conla dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (nocumple 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 conla dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con ladimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (altonivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencialo importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se veaafectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítempuede 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 brindesus observaciones que considere pertinente

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

Dimensiones del instrumento:

- **PRIMERA DIMENSIÓN: Expresión emocional apropiada**
- **Objetivos de la Dimensión:** Medir que el estudiante exprese sus emociones de manera adecuada en forma verbal y no verbal.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Comprende su estado emocional apropiado	1. Puede identificar sus emociones.	4	4	4	
	2. Puede nombrar sus emociones	4	4	4	
	3. Muestra consciencia de cómo se siente en el aula.	4	4	4	
	4. Reconoce que le causa sensación de bienestar.	4	4	4	
Manifiesta sus estados emocionales (no verbal)	5. Utiliza gestos faciales que coincida con sus emociones.	4	4	4	
	6. Utiliza lenguaje corporal que coincide con sus emociones.	4	4	4	
	7. La expresión facial refleja sus sentimientos.	4	4	4	
	8. Su postura refleja sus sentimientos.	4	4	4	
Manifiesta sus estados emocionales (verbal)	9. Comunica sus emociones de manera efectiva.	4	4	4	
	10. Utiliza un vocabulario emocional adecuado para expresar sus sentimientos.	4	4	4	
	11. Se comunica con amabilidad.	4	4	4	

- **SEGUNDA DIMENSIÓN: Regulación de emociones y sentimientos**
- **Objetivos de la Dimensión:** medir si el estudiante regula sus emociones y sentimientos.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Regulación de la impulsividad	12. Muestra la capacidad de controlar reacciones impulsivas en situaciones emocionales.	4	4	4	
	13. Espera su turno para participar.	4	4	4	
	14. Piensa antes de actuar en momentos emocionales.	4	4	4	
Tolerancia a la frustración	15. Afronta situaciones frustrantes sin perder el control emocional.	4	4	4	
	16. Mantiene la calma en situaciones de frustración.	4	4	4	
	17. Sigue adelante cuando se le presenta desafíos.	4	4	4	
Previene estados emocionales negativos	18. Muestra estrategias para evitar que las emociones negativas se intensifiquen.	4	4	4	
	19. ogra identificar situaciones que pueden desencadenar emociones negativas.	4	4	4	
	20. Toma medidas para evitar emociones negativas.	4	4	4	

- **Tercera dimensión**: Habilidad de afrontamiento
- Objetivos de la Dimensión: Medir si el estudiante tiene habilidades para afrontar situaciones y retos de conflicto.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Afronta retos de conflicto	21. Afronta retos con calma y respeto.	4	4	4	
Afronta retos de	22. Busca soluciones	4	4	4	

conflicto	constructivas en lugar de reaccionar de manera agresiva o evasiva.				
Afronta situaciones de conflicto	23. Maneja situaciones de conflicto interpersonal de manera adecuada.	4	4	4	
	24. Demuestra habilidades de comunicación efectiva en situaciones de conflicto.	4	4	4	

- **Cuarta dimensión**: **Autogenerar emociones positivas.**
- Objetivos de la Dimensión: medir si el estudiante autogenera emociones positivas.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Genera emociones positivas Disfruta de la vida	25. Busca actividades que generen emociones positivas.	4	4	4	
	26. Presenta una actitud proactiva para crear momentos de felicidad.	4	4	4	
Genera emociones positivas	27. Muestra que disfruta de las experiencias y momentos de la vida.	4	4	4	
	28. Participa activamente en actividades que le brindan alegría y satisfacción.	4	4	4	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Suficiente
Opinión de aplicabilidad: Aplicable [x] Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]
Apellidos y nombres del juez validador:

Especialidad del validador: Psicólogo _Docente investigador

Miércoles, 19 de octubre del 2023

[1]**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
[2]**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
[3]**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Firma del evaluador
DNI: 08525952
Orcid: 0000-0003-3538-2099

Williams y Webb (1994) así como Powell (2003), mencionan que no existe un consenso respecto al número de expertos a emplear. Por otra parte, el número de jueces que se debe emplear en un juicio depende del nivel de experticia y de la diversidad del conocimiento. Así, mientras Gable y Wolf (1993), Grant y Davis (1997), y Lynn (1986) (citados en McGartland et al. 2003) sugieren un rango de **2** hasta **20 expertos**, Hyrkäs et al. (2003) manifiestan que **10 expertos** brindarán una estimación confiable de la validez de contenido de un instrumento (cantidad mínimamente recomendable para construcciones de nuevos instrumentos). Si un 80 % de los expertos han estado de acuerdo con la validez de un ítem éste puede ser incorporado al instrumento (Voutilainen & Liukkonen, 1995, citados en Hyrkäs et al. (2003).
Ver : https://www.revistaespacios.com/cited2017/cited2017-23.pdf entre otra bibliografía.

Validador 3

Anexo 4. Validaciones de instrumento

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "Programa "Kapchiy" en la regulación emocional en estudiantes del nivel primaria de una institución educativa Pública – Tarma, 2023". 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:	María Rosario Palomino Tarazona
Grado profesional:	Maestría ( ) Doctor (x)
Área de formación académica:	Clínica (x) Social ( ) Educativa (x) Organizacional ( )
Áreas de experiencia profesional:	Psicóloga
Institución donde labora:	Universidad Cesar Vallejo
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años ( ) Más de 5 años (x)
Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)	The impact of results-based management on the quality of service in a UGEL in Lima

2. **Propósito de la evaluación:**
Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

3. **Datos de la escala** (Colocar nombre de la escala, cuestionario o inventario)

Nombre de la Prueba:	Ficha de cotejo de la regulación emocional
Autora:	Huanhuayo Gabriel, Nelly Haydee
Procedencia:	Tarma, Perú
Administración:	A los estudiantes
Tiempo de aplicación:	45 minutos
Ámbito de aplicación:	Estudiantes de 1° grado
Significación:	La variable regulación emocional está compuesta por 4 dimensiones que son: Expresión emocional apropiada, Regulación de emociones y sentimientos, habilidades de afrontamiento y autogenerar emociones positivas. Los indicadores son 10, la primera dimensión y la segunda están conformadas por tres indicadores cada una y las dos últimas por dos indicadores. Que consta 28 ítems.

Soporte teórico La regulación emocional según Bisquerra (2020a), es la capacidad en el cual se maneja las emociones de forma apropiada, donde las personas toman conciencia de sus emociones, conocimientos y comportamientos y la capacidad de autogenerar emociones positivas y afrontar situaciones de conflicto de modo adecuado.

Escala/ÁREA	Subescala (dimensiones)	Definición
Regulación emocional	Expresión emocional apropiada	Es el talento de manifestar las emociones de manera oportuna, esta expresión involucra la comprensión el estado emocional interno y no es necesario exteriorizarlo.
	Regulación de emociones y sentimientos	Es referido a que esos aspectos deben ser constantemente regulados, lo cual engloba la ordenación de la impulsividad; el aguante a la frustración y la prevención de los estados emocionales negativos y la aptitud para diferir recompensas inmediatas.
	Habilidades de afrontamiento	Es la habilidad de afrontamiento, implica gestionar diversas estrategias y métodos para afrontar y regular los estados emocionales.
	Autogenerar emociones positivas	Se refiere a la destreza para dar lugar y experimentar emociones positivas como humor, alegría, divertirse y disfrutar la vida con el fin de llevar una vida saludable y de calidad.

Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento la lista de cotejo de la regulación emocional elaborado por Huanhuayo Gabriel, Nelly Haydee. De acuerdo con lossiguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintácticay 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 laordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica dealgunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxisadecuada.
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica conla dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (nocumple 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 conla dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con ladimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (altonivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencialo importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se veaafectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítempuede 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 brindesus observaciones que considere pertinente

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

Dimensiones del instrumento:

- **PRIMERA DIMENSIÓN: Expresión emocional apropiada**
- **Objetivos de la Dimensión:** Medir que el estudiante exprese sus emociones de manera adecuada en forma verbal y no verbal.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Comprende su estado emocional apropiado	1. Puede identificar sus emociones.	4	4	4	
	2. Puede nombrar sus emociones	4	4	4	
	3. Muestra consciencia de cómo se siente en el aula.	4	4	4	
	4. Reconoce que le causa sensación de bienestar.	4	4	4	
Manifiesta sus estados emocionales (no verbal)	5. Utiliza gestos faciales que coincida con sus emociones.	4	4	4	
	6. Utiliza lenguaje corporal que coincide con sus emociones.	4	4	4	
	7. La expresión facial refleja sus sentimientos.	4	4	4	
	8. Su postura refleja sus sentimientos.	4	4	4	
Manifiesta sus estados emocionales (verbal)	9. Comunica sus emociones de manera efectiva.	4	4	4	
	10. Utiliza un vocabulario emocional adecuado para expresar sus sentimientos.	4	4	4	
	11. Se comunica con amabilidad.	4	4	4	

- **SEGUNDA DIMENSIÓN: Regulación de emociones y sentimientos**
- **Objetivos de la Dimensión:** medir si el estudiante regula sus emociones y sentimientos.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Regulación de la impulsividad	12. Muestra la capacidad de controlar reacciones impulsivas en situaciones emocionales.	4	4	4	
	13. Espera su turno para participar.	4	4	4	
	14. Piensa antes de actuar en momentos emocionales.	4	4	4	
Tolerancia a la frustración	15. Afronta situaciones frustrantes sin perder el control emocional.	4	4	4	
	16. Mantiene la calma en situaciones de frustración.	4	4	4	
	17. Sigue adelante cuando se le presenta desafíos.	4	4	4	
Previene estados emocionales negativos	18. Muestra estrategias para evitar que las emociones negativas se intensifiquen.	4	4	4	
	19. ogra identificar situaciones que pueden desencadenar emociones negativas.	4	4	4	
	20. Toma medidas para evitar emociones negativas.	4	4	4	

- **Tercera dimensión**: Habilidad de afrontamiento
- Objetivos de la Dimensión: Medir si el estudiante tiene habilidades para afrontar situaciones y retos de conflicto.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Afronta retos de conflicto	21. Afronta retos con calma y respeto.	4	4	4	
Afronta retos de	22. Busca soluciones	4	4	4	

conflicto	constructivas en lugar de reaccionar de manera agresiva o evasiva.				
Afronta situaciones de conflicto	23. Maneja situaciones de conflicto interpersonal de manera adecuada.	4	4	4	
	24. Demuestra habilidades de comunicación efectiva en situaciones de conflicto.	4	4	4	

- **Cuarta dimensión**: **Autogenerar emociones positivas.**
- Objetivos de la Dimensión: medir si el estudiante autogenera emociones positivas.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Genera emociones positivas Disfruta de la vida	25. Busca actividades que generen emociones positivas.	4	4	4	
	26. Presenta una actitud proactiva para crear momentos de felicidad.	4	4	4	
Genera emociones positivas	27. Muestra que disfruta de las experiencias y momentos de la vida.	4	4	4	
	28. Participa activamente en actividades que le brindan alegría y satisfacción.	4	4	4	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Suficiente
Opinión de aplicabilidad: Aplicable [x] Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]
Apellidos y nombres del juez validador:
Especialidad del validador: Psicóloga

Miércoles, 19 de octubre del 2023

[1]**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
[2]**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
[3]**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Firma del evaluador
DNI 06835253
Orcid: 0000-0002-3833-7077

Williams y Webb (1994) así como Powell (2003), mencionan que no existe un consenso respecto al número de expertos a emplear. Por otra parte, el número de jueces que se debe emplear en un juicio depende del nivel de experticia y de la diversidad del conocimiento. Así, mientras Gable y Wolf (1993), Grant y Davis (1997), y Lynn (1986) (citados en McGartland et al. 2003) sugieren un rango de **2** hasta **20 expertos**, Hyrkäs et al. (2003) manifiestan que **10 expertos** brindarán una estimación confiable de la validez de contenido de un instrumento (cantidad mínimamente recomendable para construcciones de nuevos instrumentos). Si un 80 % de los expertos han estado de acuerdo con la validez de un ítem éste puede ser incorporado al instrumento (Voutilainen & Liukkonen, 1995, citados en Hyrkäs et al. (2003).
Ver : https://www.revistaespacios.com/cited2017/cited2017-23.pdf entre otra bibliografía.

PROGRAMA “KAPCHIY”

- **Beneficiarios**

  Estudiantes de 3 ciclo de nivel primaria.

- **Fundamentación**

  El programa “Kapchiy”, está elaborado en base a las teorías del arte terapia, que según Kramer (1958), fundamenta que es una forma de terapia para poder solucionar problemas que competen las emociones a través de diversas expresiones artísticas. También, López (2009) señala que el arteterapia es una modalidad de psicoterapia en el que se usa diferentes tipos de expresiones artísticas que buscan la trasformación y bienestar personal.

- **Objetivo**

  Lograr la buena regulación emocional en los estudiantes.

- Autora

  Maestrante Nelly Haydee Huanhuayo Gabriel

- **Cronograma de ejecución del programa**

  El programa consta de un pretest, 15 sesiones y un postest.

N°	SESIONES	SEMANA 1					SEMANA 2					SEMANA 3					SEMANA 4				
		L	M	M	J	V	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V
	PRETEST	X	X																		
1	Sesión 1: Conociendo el mundo de las emociones			X																	
2	Sesión 2: Expreso lo que siento a través de un collage				X																
3	Sesión 3: Pinto mi sentir					X															
4	Sesión 4: Rasgando papel me siento mejor						X														
5	Sesión 5: Arcillado y calmado							X													
6	Sesión 6: La danza de la calma								X												
7	Sesión 7: Respiro, respiro									X											
8	Sesión 8: Un paso a la vez										X										
9	Sesión 9: Embolillando mis emociones											X									
10	Sesión 10: Modelando lo que siento												X								
11	Sesión 11: Recortando los conflictos													X							
12	Sesión 12: Dibujando arcoíris														X						
13	Sesión 13: Plasmando mi alegría															X					
14	Sesión 14: Bailando entre amigos																X				
15	Sesión 15: Un mural de emociones																	X			
	POSTEST																		X	X	

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

SESIÓN 1

NOMBRE DE LA SESIÓN: Conociendo el mundo de las emociones.

PROPÓSITO : Comprende la importancia de las emociones en la vida diaria.

Fomenta la creatividad y la autoexpresión a través del arte.

- **APRENDIZAJE ESPERADO**

AREA	COMPETENCIA	DESEMPEÑO	CRITERIO	EVIDENCIA
PERSONAL SOCIAL	Construye su identidad.	Describe, a través de diversas formas de representación, las emociones básicas (alegría, tristeza, miedo u otras) explica las razones que las originan. Acepta e incorpora en sus acciones algunas normas básicas como limites que le brinda seguridad.	Reconocimiento y expresión adecuada de diferentes emociones básicas.	Dibuja o representa artísticamente acciones que reflejen diferentes emociones.

- **ORGANIZACIÓN**

MOMENTO	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSOS
INICIO	Para comenzar, se pondrá una música clásica. Pedir a los estudiantes sentarse Comienza en círculo. Explicar a los estudiantes que durante estos días trabajaremos el programa "Kapchiy" Preguntar a los estudiantes ¿Cómo se sienten hoy? O ¿Cómo se sienten en este momento Escuchar a los estudiantes en silencio, respetando sus respuestas. Explícales que las emociones son parte natural de la vida y que todos las experimentamos. Menciona la importancia de comprender y expresar estas emociones de manera saludable.	10 minutos	
DESARROLLO	Explica el concepto del arte como una forma de expresar las emociones. Invita a los estudiantes a escuchar el cuento "El monstro de colores". Luego de escuchar el cuento conversar sobre sus inquietudes, Anima a los estudiantes a reflexionar sobre las emociones que les evoca el cuento y a compartir sus pensamientos en el grupo. Luego, distribuye papel y lápices de colores o acuarelas a los estudiantes y pídeles que elijan una emoción que sientan en ese momento o que hayan experimentado recientemente. Pídeles que representen esa emoción a través de su propia obra de arte. Anímalos a ser creativos y a usar colores y formas para expresar sus sentimientos. Pueden usar palabras, colores, líneas y formas para hacerlo.	25 minutos	Papel Lápiz Colores Temperas o acuarelas.

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

	Mientras los estudiantes trabajan en sus obras de arte, circula por el aula, brindando apoyo y alentándolos a profundizar en la expresión de sus emociones.		
CIERRE	Invita a los estudiantes a compartir sus obras de arte con la clase. Pídeles que expliquen qué emoción intentaron representar y cómo lo hicieron. Reflexionen juntos sobre cómo el arte puede ser una poderosa forma de expresar y comprender las emociones. Finaliza la sesión recordando la importancia de ser consciente de nuestras emociones y cómo el arte puede ser una herramienta útil para ello.	10 minutos	

Tarma 26 de octubre del 2023

Sub director
Mg. José Luis ROJAS OROSCO

Maestrante
Lic. Nelly HUANHUAYO GABRIEL

SESIÓN 2

- **NOMBRE DE LA SESIÓN** : Expreso lo que siento a través de un collage
- **PROPÓSITO** : utiliza el arte como una forma de expresar emociones

Fomenta la autoexpresión y la comunicación emocional.

- **APRENDIZAJE ESPERADO**

AREA	COMPETENCIA	DESEMPEÑO	CRITERIO	EVIDENCIA
PERSONAL SOCIAL	Construye su identidad.	Describe, a través de diversas formas de representación, las emociones básicas (alegría, tristeza, miedo u otras) explica las razones que las originan. Acepta e incorpora en sus acciones algunas normas básicas como limites que le brinda seguridad.	Reconocimiento y expresión adecuada de diferentes emociones básicas.	Explicar las emociones representadas en un collage

- **ORGANIZACIÓN**

MOMENTO	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSOS
INICIO	Inicia la sesión preguntando a los estudiantes cómo se sienten en ese momento y por qué. Anima a los estudiantes a compartir sus emociones con el grupo. Recuerda el concepto de expresar emociones a través del arte. Explícales que hoy van a hacer un collage para mostrar cómo se sienten.	10 minutos	
DESARROLLO	Proporciona a cada estudiante una hoja de papel o cartulina y materiales de collage: como revistas, periódicos, etc. Pide a los estudiantes que busquen imágenes en las revistas que representen la emoción que sienten en ese momento. Por ejemplo, si se sienten felices, pueden buscar imágenes de sonrisas, colores brillantes, etc. Invita a los estudiantes a recortar las imágenes que hayan seleccionado y apegarlas en su hoja de papel o cartulina de manera creativa para formar un collage que exprese su emoción. Pueden superponer imágenes, recortar formas, etc. Una vez que hayan completado sus collages, dales la oportunidad de decorar	25 minutos	Revistas, periódicos o imágenes. Tijeras sin punta. Goma Papel o cartulina Lápiz Colores Plumones

	o agregar detalles adicionales con marcadores o lápices de colores. Mientras trabajan, camina por el aula para brindar ayuda y aliento. Pregunta a los estudiantes sobre las imágenes que eligieron y cómo las representan.		
CIERRE	Invita a cada estudiante a compartir su collage con la clase. Pídeles que expliquen qué emoción están representando y por qué eligieron esas imágenes. Pregunta a los estudiantes si han aprendido algo nuevo sobre sus compañeros a través de esta actividad. Celebren la creatividad y la expresión emocional de los estudiantes.	10 minutos	

Tarma 27 de octubre del 2023

Sub Director
Prof. José Luis ROJAS OROSCO

Docente
Lic. Nelly HUANHUAYO GABRIEL

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

SESIÓN 3

- **NOMBRE DE LA SESIÓN** : Pinto mi sentir
- **PROPÓSITO** : Desarrollar habilidades motrices finas mediante la pintura.
- **APRENDIZAJE ESPERADO**

AREA	COMPETENCIA	DESEMPEÑO	CRITERIO	EVIDENCIA
Personal Social	Construye su identidad.	Describe, a través de diversas formas de representación, las emociones básicas (alegría, tristeza, miedo u otras) explica las razones que las originan. Acepta e incorpora en sus acciones algunas normas básicas como limites que le brinda seguridad.	Reconocimiento y expresión adecuada de diferentes emociones básicas.	Expresa sus sentimientos y emociones a través de la representación de sus dibujo y pintura.

- **ORGANIZACIÓN**

MOMENTO	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSOS
INICIO	Inicia la sesión reuniendo a los estudiantes en un círculo. Invita a bailar a los estudiantes el baile de las emociones. Pregunta a los estudiantes cómo se sienten en ese momento y por qué. Anima a compartan sus emociones con el grupo. Explícales que hoy van a pintar lo que sienten en su interior.	10 minutos	
DESARROLLO	Pide a los estudiantes que elijan una emoción que sientan en ese momento o que hayan experimentado recientemente, por ejemplo: feliz, triste, enojado, asustado, etc. Invita a los estudiantes a pintar lo que sienten en su hoja de papel utilizando colores y formas que reflejen esa emoción. Por ejemplo, si se sienten felices, pueden usar colores brillantes y formas alegres. Anima a los estudiantes a ser creativos y a expresarse libremente a través de la pintura. No hay respuestas incorrectas en esta actividad. Mientras trabajan, camina por el aula para brindar ayuda y aliento. Pregunta a los estudiantes sobre lo que están pintando y cómo lo relacionan con su emoción	25 minutos	Cartulina Pinturas de colores variados Vasos de agua para limpiar los pinceles Papel toalla Mandiles
CIERRE	Invita a cada estudiante a compartir su pintura con la clase. Pídeles que expliquen qué emoción están	10 minutos	

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

	representando y por qué eligieron esos colores y formas. Reflexiona juntos sobre cómo el arte puede ser una poderosa forma de comunicar y comprender emociones. Pregunta a los estudiantes si han aprendido algo nuevo sobre sus compañeros a través de esta actividad.		

Tarma 30 de octubre del 2023

Sub Director
Prof. José Luis ROJAS OROSCO

Docente
Lic. Nelly HUANHUAYO GABRIEL

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

SESIÓN 4

- **NOMBRE DE LA SESIÓN** : Rasgando papel me siento mejor
- **PROPÓSITO** : comprende y expresa emociones a través de una actividad artística
- **APRENDIZAJE ESPERADO**

AREA	COMPETENCIA	DESEMPEÑO	CRITERIO	EVIDENCIA
Personal Social	Construye su identidad.	Describe, a través de diversas formas de representación, las emociones básicas (alegría, tristeza, miedo u otras) explica las razones que las originan. Acepta e incorpora en sus acciones algunas normas básicas como limites que le brinda seguridad.	Reconocimiento y expresión adecuada de diferentes emociones básicas.	Expresa sus sentimientos y emociones a través del rasgado en sus presentaciones artísticas.

- **ORGANIZACIÓN**

MOMENTO	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSOS
INICIO	Para comenzar la clase poner una música relajante. Invita a los estudiantes a sentarse en semicírculo. Pregunta a los estudiantes cómo se sienten en ese momento y por qué. Invita a los estudiantes a compartir sus emociones con el grupo. Recuerda el concepto de expresar emociones a través del arte y explica que hoy van a crear una obra de arte de emociones usando papel rasgado.	10 minutos	
DESARROLLO	Proporciona a cada estudiante una hoja de papel o cartulina y los materiales de collage: como revistas o periódicos viejos. Muestra a los estudiantes cómo rasgar el papel de las revistas en pequeños trozos. Esto puede hacerse con las manos o con tijeras, dependiendo de la destreza de los estudiantes. Pide a los estudiantes que elijan una emoción que sientan en ese momento o que hayan experimentado recientemente, feliz, triste, enojado, asustado, etc. Invita a buscar imágenes en las revistas que representen esa emoción y rasgarlas en pequeños trozos. Una vez que hayan rasgado suficientes pedazos de papel, pide que creen una obra de arte en su hoja de papel o cartulina que represente la emoción elegida. Invita a los estudiantes a ser creativos y a utilizar los trozos de papel de manera artística. Mientras trabajan, camina por el aula para brindar ayuda y aliento. Pregunta a los estudiantes sobre lo que están creando y cómo lo relacionan con su emoción.	25 minutos	Hojas de papel de colores. Revistas o periódicos viejos. Tijeras Goma Cartulina Mandiles
CIERRE	Anima a los compañeros de clase a prestar atención y mostrar empatía hacia las emociones que sus	10 minutos	

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

	compañeros están expresando a través de sus collages. Reflexiona juntos sobre cómo el arte puede ser una poderosa forma de comunicar y comprender emociones.		

Tarma 31 de octubre del 2023

Sub director
Mg. José Luis ROJAS OROSCO

Maestrante
Lic. Nelly HUANHUAYO GABRIEL

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

SESIÓN 5

- **NOMBRE DE LA SESIÓN** : Arcillado y calmado
- **PROPÓSITO** : comprende la relación entre la creación artística y la relajación
- **APRENDIZAJE ESPERADO**

AREA	COMPETENCIA	DESEMPEÑO	CRITERIO	EVIDENCIA
Personal Social	Construye su identidad.	Describe, a través de diversas formas de representación, las emociones básicas (alegría, tristeza, miedo u otras) explica las razones que las originan. Acepta e incorpora en sus acciones algunas normas básicas como limites que le brinda seguridad.	Reconocimiento y expresión adecuada de diferentes emociones básicas.	Expresa sus sentimientos y emociones a través del arcillado, representado sentimientos y emociones.

- **ORGANIZACIÓN**

MOMENTO	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSOS
INICIO	Inicia la lección reuniendo a los estudiantes en un círculo. Pregunta a los estudiantes cómo se sienten en ese momento y por qué. Alienta a compartir sus emociones con el grupo. Explica el concepto de la creación artística como una forma de relajación y expresión emocional. Explica que hoy van a trabajar con arcilla para sentirse tranquilos y calmados.	10 minutos	
DESARROLLO	Proporciona a cada estudiante un trozo de arcilla suave y manipulable. Induce a los estudiantes a explorar la arcilla con las manos, a estirarla, aplastarla y amasarla suavemente. Luego, pídeles que cierren los ojos y respiren profundamente varias veces. Invita a inhalar y exhalar lentamente mientras sienten la arcilla en sus manos. Después de esta breve práctica de relajación, invita a los estudiantes a crear algo con su arcilla. No es necesario que sea algo específico; pueden hacer formas, figuras abstractas o lo que les inspire en ese momento. Anima a concentrarse en su creación y a sentir cómo la arcilla se moldea bajo sus manos. Si tienes herramientas de modelado de arcilla, puedes permitir a los estudiantes usarlas para agregar detalles a su creación	25 minutos	Arcilla suave Mandiles Madera para amasar Herramientas de modelado

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

CIERRE	Invita a cada estudiante a compartir lo que ha creado con la arcilla y cómo se sienten ahora en comparación con el inicio de la lección. Reflexiona juntos sobre cómo el trabajo con arcilla les ayudó a sentirse más calmados y concentrados. Pregunta a los estudiantes si notaron alguna emoción específica mientras trabajaban con la arcilla y cómo la expresaron a través de su creación. Pide a los estudiantes a guardar sus creaciones de arcilla con cuidado y respeto	10 minutos	

Tarma 02 de noviembre del 2023

Sub director
Mg. José Luis ROJAS OROSCO

Maestrante
Lic. Nelly HUANHUAYO GABRIEL

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

SESIÓN 6

- **NOMBRE DE LA SESIÓN** : La danza de la calma.
- **PROPÓSITO** : comprende la relación entre la danza y la expresión emocional.

  Promueve la conciencia emocional y la relajación.
- **APRENDIZAJE ESPERADO**

AREA	COMPETENCIA	DESEMPEÑO	CRITERIO	EVIDENCIA
PERSONAL SOCIAL	Construye su identidad.	Autorregula sus emociones en interacción con sus compañeros, con apoyo del docente, al aplicar estrategias básicas de autorregulación (respiración)	Aplica de manera efectiva estrategias básicas de autorregulación, como la respiración.	participación en la danza y expresión de emociones a través de movimientos corporales

- **ORGANIZACIÓN**

MOMENTO	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSOS
INICIO	Reúne a los estudiantes e invítalos a sentarse en círculo. Recuerden las actividades realizadas estos días. pregúntales cómo se sienten en ese momento y por qué. Anima a compartir sus emociones con el grupo. Explica el concepto de la danza como una forma de expresión emocional y de relajación. Explica que hoy van a aprender una "Danza de la Calma".		
DESARROLLO	Explica a los estudiantes que la danza de la calma implica mover el cuerpo de manera suave y tranquila para liberar tensiones y sentirse más relajados. Elije una pieza de música suave y relajante y pon la música para que los estudiantes la escuchen. Comienza a guiar a los estudiantes a través de la danza de la calma. Puedes hacerlo de la siguiente manera: 1. Invita a pararse y a cerrar los ojos y pide que se concentren en su respiración, inhalar y exhalar lentamente. 2. Comienza a moverte lentamente al ritmo de la música, y anima a seguir tus movimientos. Pueden mover los brazos, las manos, las piernas, y girar suavemente. 3. Fomenta la creatividad al permitirles que agreguen sus propios movimientos y gestos suaves. 4. Explica que pueden imaginar que están moviendo sus emociones a través de sus cuerpos y que pueden expresar cómo se sienten en este momento. Continúa la danza de la calma durante varios minutos, asegurándote de que los estudiantes se sientan relajados y en sintonía con la música y sus propios movimientos. Finaliza la danza gradualmente y lleva a los estudiantes de regreso al círculo.		Música relajante Espacio amplio y seguro Ropa cómoda
CIERRE	Invita a los estudiantes a sentarse en círculo nuevamente. Pregunta a los estudiantes cómo se sienten ahora en comparación con el inicio de la lección. Anima a compartir sus experiencias. Reflexiona juntos sobre cómo la danza de la calma puede ayudar a aliviar el estrés y las tensiones, y		

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

	cómo puede ser una forma de expresar emociones de manera positiva. Pide a los estudiantes que compartan lo que más les gustó de la actividad y si les ayudó a sentirse más relajados. Termina la lección recordándoles la importancia de reconocer y manejar sus emociones de manera saludable.		

Tarma 03 de noviembre del 2023

Sub director
Mg. José Luis ROJAS OROSCO

Maestrante
Lic. Nelly HUANHUAYO GABRIEL

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

SESIÓN 7

- **NOMBRE DE LA SESIÓN** : Respiro, respiro
- **PROPÓSITO** : Enseñar a los estudiantes la importancia de la respiración para la relajación y la concentración.

  Practicar la técnica de soplar pintura
- **APRENDIZAJE ESPERADO**

AREA	COMPETENCIA	DESEMPEÑO	CRITERIO	EVIDENCIA
PERSONAL SOCIAL	Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	Utiliza estrategias para manejar sus conflictos en el aula con ayuda de un adulto; de esta manera, propicia el buen trato entre compañeros.	utilizar estrategias de resolución de conflictos de manera efectiva y colaborativa, promoviendo un ambiente de buen trato entre compañeros	Participación activa del estudiante en actividades de resolución de conflictos.

- **ORGANIZACIÓN**

MOMENTO	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSOS
INICIO	Reúne a los estudiantes en un círculo y pídeles que se sienten cómodamente en el suelo o en sillas. Comienza la sesión preguntando a los estudiantes cómo se sienten en ese momento y si saben qué significa estar relajado. Explica que hoy van a aprender una técnica para relajarse y expresar sus emociones a través del arte y la respiración.	10 minutos	
DESARROLLO	Exponles la idea de la respiración consciente. Puedes decir algo como: "Cuando nos sentimos agitados o emocionados, una forma de calmarnos es prestar atención a nuestra respiración". Realiza una breve práctica de respiración con los estudiantes. Pide a todos que cierren los ojos y tomen tres respiraciones profundas y lentas juntos. Pide que sientan cómo el aire entra y sale de sus cuerpos. Luego, muestra cómo se puede soplar aire suavemente utilizando un sorbete (puedes hacerlo sobre tu mano para que vean el efecto). Distribuye a cada estudiante un papel grande y coloca pequeñas manchas de pintura en él. Pide a los estudiantes que, utilizando sorbetes, soplen suavemente sobre la pintura para extenderla por el papel. Invita a los estudiantes a hacerlo de manera relajada y a seguir respirando lentamente mientras lo hacen. Mientras soplan la pintura, pon música suave y relajante de fondo para crear un ambiente tranquilo.	25 minutos	Papel grande Pinturas de diferentes colores Sorbetes de plástico Mandiles Música suave y relajante.
CIERRE	Detén la actividad después de un tiempo y reúne a los estudiantes nuevamente en el círculo. Pregunta a los estudiantes cómo se sintieron al soplar la pintura y si notaron cómo la respiración influyó en su experiencia. Motiva a los estudiantes para que compartan sus obras de arte y a hablar sobre los colores y formas que crearon. Reflexiona sobre cómo la respiración consciente puede ayudarnos a sentirnos más relajados y centrados.	10 minutos	

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

	Termina la sesión recordándoles que pueden utilizar esta técnica de respiración y arte siempre que necesiten relajarse o expresar sus emociones.		

Tarma 08 de noviembre del 2023

Sub director
Mg. José Luis ROJAS OROSCO

Maestrante
Lic. Nelly HUANHUAYO GABRIEL

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

SESIÓN 8

- **NOMBRE DE LA SESIÓN** : Un paso a la vez
- **PROPÓSITO** : Fomentar la importancia de la paciencia y la concentración en el proceso creativo.
- **APRENDIZAJE ESPERADO**

AREA	COMPETENCIA	DESEMPEÑO	CRITERIO	EVIDENCIA
PERSONAL SOCIAL	Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	Utiliza estrategias para manejar sus conflictos en el aula con ayuda de un adulto; de esta manera, propicia el buen trato entre compañeros.	utilizar estrategias de resolución de conflictos de manera efectiva y colaborativa, promoviendo un ambiente de buen trato entre compañeros	Participación activa del estudiante en actividades de resolución de conflictos.

- **ORGANIZACIÓN**

MOMENTO	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSOS
INICIO	Reúne a los estudiantes en un círculo y pídeles que se sienten cómodamente en el suelo o en sillas. Comienza la lección preguntando a los estudiantes si saben qué significa ser pacientes y si alguna vez han tenido que esperar por algo. Explica que hoy van a aprender sobre la importancia de dar "un paso a la vez" y ser pacientes.	10 minutos	
DESARROLLO	Proporciona a cada estudiante una cartulina y colores. Explica que van a crear un dibujo detallado paso a paso. Elegiremos dibujar un árbol. Da las instrucciones para el primer paso del dibujo y pide a los estudiantes que lo realicen en silencio. Como están dibujando un árbol, el primer paso podría ser dibujar el tronco. Después de unos minutos, da las instrucciones para el siguiente paso y permite que los estudiantes lo completen. Continúa de esta manera, dando instrucciones paso a paso, asegurándote de que los estudiantes avancen a su propio ritmo y se centren en cada paso. Una vez que hayan completado el dibujo con colores, da una breve introducción a la pintura. Proporciona pinceles y pinturas de colores variados, y animales a pintar su dibujo con cuidado, un paso a la vez, prestando atención a los detalles.	25 minutos	Cartulina Colores Pinturas Pinceles Vasos de agua Papel toalla Mandiles
CIERRE	Reúne a los estudiantes nuevamente en el círculo.	10 minutos	

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

	Pide a los estudiantes que compartan cómo se sintieron al dar "un paso a la vez" en su dibujo y pintura. Reflexiona sobre la importancia de la paciencia y la concentración en el arte y cómo estas habilidades pueden aplicarse en otras áreas de la vida. Invita a los estudiantes a mostrar y explicar sus obras de arte al grupo. Termina la lección recordándoles la importancia de ser pacientes y disfrutar el proceso creativo.		

Tarma 07 de noviembre del 2023

UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL I.E. Nº 30106 "SAN RAMÓN" SUB DIRECTOR

Sub director
Mg. José Luis ROJAS OROSCO

Maestrante
Lic. Nelly HUANHUAYO GABRIEL

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

SESIÓN 9

- **NOMBRE DE LA SESIÓN** : Embolillando mis emociones
- **PROPÓSITO** : Fomentar la comprensión y expresión de emociones a través del arte.

  Desarrollar habilidades motrices finas a través del arte de bordar.
- **APRENDIZAJE ESPERADO**

AREA	COMPETENCIA	DESEMPEÑO	CRITERIO	EVIDENCIA
PERSONAL SOCIAL	CONSTRUYE SU IDENTIDAD	Autorregula sus emociones en interacción con sus compañeros, con apoyo del docente, al aplicar estrategias básicas de autorregulación (respiración)	Aplica de manera efectiva estrategias básicas de autorregulación, como la respiración.	participación con el embolillado, identificando y representando sus emociones.

- **ORGANIZACIÓN**

MOMENTO	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSOS
INICIO	Reúne a los estudiantes en un círculo y pídeles que se sienten cómodamente en el suelo o en sillas. Comienza la lección preguntando a los estudiantes cómo se sienten en ese momento y por qué. Invita a los estudiantes para que compartan sus emociones con el grupo. Explica el concepto de expresar emociones a través del arte y explica que hoy van a aprender a "embolillar" sus emociones.	10 minutos	
DESARROLLO	Proporciona a cada estudiante una hoja de papel con un dibujo de una emoción (Puedes usar plantillas que hayas preparado de antemano o imprimir imágenes de emociones). Explica cómo usar una aguja de bordar y un hilo para "embolillar" la emoción en el papel. Muestra cómo hacer un punto simple de bordado y cómo pueden seguir el contorno de la emoción en el papel. Anima a los estudiantes a elegir un color de hilo que sientan que representa la emoción que están trabajando. Permíteles bordar la emoción con calma y concentración. Pueden usar puntadas pequeñas y seguir el contorno de la emoción. Si tienes botones, lentejuelas u otros materiales decorativos, puedes permitirles que los agreguen para expresar aún más la emoción.	25 minutos	Hojas de dibujos de las emociones Hilos de colores variados Tijeras Mandiles Botones, lentejuelas Materiales para decorar.
CIERRE	Reúne a los estudiantes nuevamente en el círculo.	10 minutos	

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

	Pide a los estudiantes que compartan cómo se sintieron mientras bordaban su emoción y por qué eligieron esos colores. Reflexiona sobre cómo el proceso de bordar ayudó a los estudiantes a expresar sus emociones y a concentrarse en ellas. Invita a los estudiantes a mostrar y explicar sus obras de arte al grupo, destacando las diferencias entre las emociones representadas. Para terminar, recuerda la importancia de reconocer y expresar sus emociones de manera saludable y creativa.		

Tarma 08 de noviembre del 2023

Sub director
Mg. José Luis ROJAS OROSCO

Maestrante
Lic. Nelly HUANHUAYO GABRIEL

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Sesión 10

- **NOMBRE DE LA SESIÓN** : Modelando lo que siento
- **PROPÓSITO** : Expresar sus emociones y sentimientos a través del arte utilizando la técnica de modelado con plastilina o play do.
- **APRENDIZAJE ESPERADO**

AREA	COMPETENCIA	DESEMPEÑO	CRITERIO	EVIDENCIA
PERSONAL SOCIAL	Construye su identidad.	Describe, a través de diversas formas de representación, las emociones básicas (alegría, tristeza, miedo u otras) explica las razones que las originan. Acepta e incorpora en sus acciones algunas normas básicas como limites que le brinda seguridad.	Es capaz de reconocer y expresar emociones básicas como la alegría, la tristeza y el miedo. También evaluaría su comprensión de las razones que originan estas emociones y su habilidad para seguir normas básicas que les brinden seguridad	Participación activa del estudiante en actividades de resolución de conflictos a través del modelado.

- **ORGANIZACIÓN**

MOMENTO	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSOS
INICIO	Comienza la sesión reuniendo a los estudiantes en un círculo y hablando sobre las emociones. Muestra imágenes o fotos de expresiones faciales que representen diferentes emociones y pide a los estudiantes que las nombren. Explícales que hoy van a aprender a expresar esas emociones a través del arte.	10 minutos	
DESARROLLO	Entrega a cada estudiante una pequeña porción de plastilina o play do. Explícales que van a modelar una cara que exprese una emoción que elijan de la lista que vieron anteriormente. Anima a los estudiantes a trabajar en su modelado, explicando que pueden usar las manos y los dedos para dar forma a la plastilina y crear expresiones faciales. A medida que trabajan en sus modelados, camina alrededor de la clase para brindar apoyo y sugerencias individuales. Puedes preguntarles sobre la emoción que están representando y cómo están logrando expresarla en su creación. Una vez que todos los estudiantes hayan terminado sus modelados, dales tiempo para compartir sus obras con el grupo. Pueden describir la emoción que representan y cómo la expresaron en su modelado.	25 minutos	Plastilina o play do Pinceles y agua Papel y colores Imágenes de expresiones faciales que expresen emociones.

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

CIERRE	Organiza una breve discusión en grupo sobre la experiencia. Pregunta a los estudiantes cómo se sintieron al crear sus modelados y si fue una forma efectiva de expresar emociones. Luego, pide a los estudiantes que dibujen en un papel una escena que representa la misma emoción que modelaron. Pueden usar colores y ser creativos en su dibujo. Al final de la sesión, invita a algunos estudiantes a compartir sus dibujos con el grupo y a explicar cómo representaron la emoción en el dibujo.	10 minutos	

Tarma 09 de noviembre del 2023

Sub director
Mg. José Luis ROJAS OROSCO

Maestrante
Lic. Nelly HUANHUAYO GABRIEL

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

SESIÓN 11

- **NOMBRE DE LA SESIÓN** : Recortando los conflictos
- **PROPÓSITO** : aprende a afrontar conflitos de manera pacífica
- **APRENDIZAJE ESPERADO** : **Manejo de conflicto**

AREA	COMPETENCIA	DESEMPEÑO	CRITERIO	EVIDENCIA
PERSONAL SOCIAL	Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	Utiliza estrategias para manejar sus conflictos en el aula con ayuda de un adulto; de esta manera, propicia el buen trato entre compañeros.	utilizar estrategias de resolución de conflictos de manera efectiva y colaborativa, promoviendo un ambiente de buen trato entre compañeros	Participación activa del estudiante en actividades de resolución de conflictos.

- **ORGANIZACIÓN**

MOMENTO	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSOS
INICIO	Invita a los estudiantes a sentarse en media luna. Presenta algunas imágenes o dibujos de situaciones conflictivas y pide a los estudiantes que observen y describan lo que ven. Puedes usar ejemplos simples como dos niños peleando por un juguete. Pregunta a los estudiantes si saben qué es un conflicto y cómo se sienten cuando tienen uno. Anima a los estudiantes a compartir sus experiencias personales, pero sin entrar en detalles personales. Explica que el día de hoy van a aprender a manejar los conflictos de manera positiva a través del arte.	10 minutos	
DESARROLLO	Luego, explica que vamos a crear una obra de arte que represente cómo podemos resolver los conflictos de manera pacífica. Entrega a cada estudiante una hoja de papel en blanco y materiales de arte. Guía a los estudiantes para que dibujen una situación en la que haya conflicto, pero también una solución pacífica. Por ejemplo, dos niños discutiendo por un balón, pero luego compartiéndolo. Invita a los estudiantes a recortar y pegar las imágenes de las situaciones conflictivas en un lado de su hoja y las soluciones pacíficas en el otro lado. Anima a los estudiantes a agregar detalles y colores a su obra de arte para que sea más expresiva y significativa.	25 minutos	Hojas de papel en blanco Tijeras Colores Goma Imágenes o dibujos de situaciones conflictivas
CIERRE	Reúne a los estudiantes en un círculo y pide a algunos de ellos que compartan su obra de arte y expliquen cómo representaron la resolución pacífica de conflictos.	10 minutos	

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

	Destaca la importancia de resolver los conflictos de manera pacífica y expresar las emociones de manera saludable. Pide a los estudiantes que reflexionen sobre lo que aprendieron hoy y cómo pueden aplicar estas habilidades en su vida diaria.		

Tarma 10 de noviembre del 2023

UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA Nº 30706 "SAN RAMÓN" SUB DIRECCIÓN TARMA

Sub director
Mg. José Luis ROJAS OROSCO

Maestrante
Lic. Nelly HUANHUAYO GABRIEL

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

SESIÓN 12

- **NOMBRE DE LA SESIÓN** : Dibujando arcoíris
- **PROPÓSITO** : fomentamos la creatividad y la expresión individual a través del dibujo.
- **APRENDIZAJE ESPERADO** : **Dibujan el arco iris para expresar sus sentimientos.**

AREA	COMPETENCIA	DESEMPEÑO	CRITERIO	EVIDENCIA
PERSONAL SOCIAL	Construye su identidad.	Describe, a través de diversas formas de representación, las emociones básicas (alegría, tristeza, miedo u otras) explica las razones que las originan. Acepta e incorpora en sus acciones algunas normas básicas como limites que le brinda seguridad.	Es capaz de reconocer y expresar emociones básicas como la alegría, la tristeza y el miedo. También evaluaría su comprensión de las razones que originan estas emociones y su habilidad para seguir normas básicas que les brinden seguridad	Participan explorando sus emociones a través de la actividad de dibujar arcoíris

- **ORGANIZACIÓN**

MOMENTO	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSOS
INICIO	Invita a los estudiantes a sentarse en media luna o un círculo. Muestra una imagen de un arcoíris en un libro o a través de una imagen para que los estudiantes puedan verlo. Dialoga con los estudiantes sobre que sensaciones o emociones les causa el dibujo. Explica a los estudiantes que el día de hoy van a aprender sobre los arcoíris y cómo dibujarlos de manera creativa.	10 minutos	
DESARROLLO	Expresa los colores del arcoíris: rojo, naranja, amarillo, verde, azul, y violeta. Menciona el acrónimo "ROYGBIV" para ayudar a los estudiantes a recordar el orden de los colores. En la pizarra, muestra cómo dibujar un arcoíris con círculos semitransparentes que se superponen. Dibuja el arcoíris, segmento por segmento, explicando qué color corresponde a cada parte. Entrega una hoja de papel en blanco y lápices de colores, crayones o marcadores a cada estudiante. Anima a los estudiantes a dibujar su propio arcoíris en sus hojas de papel.	25 minutos	Hojas bond Colores Plumones Pizarra

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

	Puedes recordarles el orden de los colores y cómo deben superponer los círculos. Fomenta la creatividad al permitirles elegir el grosor y la forma de sus arcoíris, así como agregar detalles como nubes, sol, o paisajes.		
CIERRE	Reúne a los estudiantes y pide a algunos de ellos que muestren sus dibujos de arcoíris. Pregunta a los estudiantes qué colores eligieron y por qué. Anima la discusión sobre cómo los colores pueden influir en sus emociones y cómo el arte puede ser una forma de expresión. Elogia el esfuerzo y la creatividad de cada estudiante y destaca la importancia de la práctica en el desarrollo de habilidades artísticas.	10 minutos	

Tarma 13 de noviembre del 2023

Sub director
Mg. José Luis ROJAS OROSCO

Maestrante
Lic. Nelly HUANHUAYO GABRIEL

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

SESIÓN 13

- **NOMBRE DE LA SESIÓN** : **Plasmando mi alegría**
- **PROPÓSITO** : Los estudiantes serán capaces de expresar y representar sus sentimientos de alegría a través de una obra de arte, desarrollando sus habilidades artísticas y emocionales.
- **APRENDIZAJE ESPERADO**

AREA	COMPETENCIA	DESEMPEÑO	CRITERIO	EVIDENCIA
PERSONAL SOCIAL	Construye su identidad.	Describe, a través de diversas formas de representación, las emociones básicas (alegría, tristeza, miedo u otras) explica las razones que las originan. Acepta e incorpora en sus acciones algunas normas básicas como limites que le brinda seguridad.	Es capaz de reconocer y expresar emociones básicas como la alegría, la tristeza y el miedo. También evaluaría su comprensión de las razones que originan estas emociones y su habilidad para seguir normas básicas que les brinden seguridad	Participan de actividades donde los estudiantes expresen su alegría a través de dibujos, manualidades o incluso representaciones teatrales, etc.

- **ORGANIZACIÓN**

MOMENTO	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSOS
INICIO	Comienza la sesión explicando que hoy van a aprender a expresar su alegría a través del arte. Pregunta a los estudiantes qué cosas los hacen sentir felices y por qué. Explica la idea de que el arte es una forma de expresión y que pueden usar colores y formas para mostrar sus sentimientos.		
DESARROLLO	Muestra algunas imágenes o dibujos que representen la alegría, como niños riendo, flores brillantes o un sol radiante. Pide a los estudiantes que observen estas imágenes y compartan qué sienten al verlas. Entrega una hoja de papel en blanco y lápices de colores, crayones o marcadores a cada estudiante. Pide a los estudiantes que dibujen una imagen que represente su propia alegría. Pueden dibujar lo que los hace sentir felices, como jugar con amigos, su mascota, su comida favorita, etc. Anima a los estudiantes a usar colores brillantes y formas que reflejen la alegría que sienten.		Hojas bond Colores Plumones Imágenes que representen alegría

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

	Da tiempo a los estudiantes para completar sus dibujos y disfrutar del proceso de creación.		
CIERRE	Reúne a los estudiantes y pide a algunos de ellos que muestren sus dibujos de alegría. Pregunta a los estudiantes qué colores eligieron y por qué creen que esos colores representan la alegría. Fomenta la discusión sobre cómo el arte puede ayudarnos a expresar emociones y compartir nuestras alegrías con los demás. Elogia el esfuerzo y la creatividad de cada estudiante y destaca la importancia de expresar emociones de manera saludable.		

Tarma 14 de noviembre del 2023

UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL I.E. N° 30796 "SAN RAMON" SUB DIRECCIÓN TARMA

Sub director
Mg. José Luis ROJAS OROSCO

Maestrante
Lic. Nelly HUANHUAYO GABRIEL

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

SESIÓN 14

- **NOMBRE DE LA SESIÓN** : **Bailando entre amigos**
- **PROPÓSITO** : Comprender la importancia de la danza como forma de expresión artística y social.

  Desarrollar habilidades motoras y coordinación a través de la danza.
- **APRENDIZAJE ESPERADO** :

AREA	COMPETENCIA	DESEMPEÑO	CRITERIO	EVIDENCIA
PERSONAL SOCIAL	Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	Utiliza estrategias para manejar sus conflictos en el aula con ayuda de un adulto; de esta manera, propicia el buen trato entre compañeros.	utilizar estrategias de resolución de conflictos de manera efectiva y colaborativa, promoviendo un ambiente de buen trato entre compañeros	Participación activa del estudiante al participar de la danza expresando sus emociones.

- **ORGANIZACIÓN**

MOMENTO	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSOS
INICIO	Comienza la sesión saludando a los estudiantes y preguntándoles cómo se sienten hoy. Explica a los niños que hoy van a aprender sobre la danza y cómo pueden bailar entre amigos. Pregunta a los estudiantes si les gusta bailar y si alguna vez han bailado con amigos. Anima a compartir anécdotas o experiencias.	10 minutos	
DESARROLLO	Inicia con un calentamiento simple para preparar sus cuerpos para bailar. Puedes hacer ejercicios de estiramiento o movimientos simples al ritmo de la música. Enséñales movimientos de baile simples como saltar, girar, mover los brazos, etc. Puedes usar tarjetas con nombres de movimientos para hacerlo más interactivo. Pide a los estudiantes que formen grupos pequeños y les asignen un espacio para bailar. Invita a los grupos a practicar los movimientos de baile que les enseñaste. Desafía a los grupos a crear una coreografía corta (de unos 2 minutos) utilizando los movimientos que aprendieron. Anima a los estudiantes a ser creativos y a trabajar juntos. Cada grupo presenta su coreografía ante el resto de la clase. Pregunta a los estudiantes cómo se sintieron al bailar en grupo y qué les pareció más divertido o interesante.	25 minutos	Música adecuada para bailar (preferiblemente una canción con un ritmo claro). Espacio amplio para moverse. Tarjetas con nombres de diferentes movimientos de baile

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

CIERRE	Pregunta a los estudiantes qué aprendieron sobre la danza y cómo se sintieron al bailar entre amigos. Agradece a los estudiantes por su participación y entusiasmo. Motiva a los estudiantes a seguir explorando la danza en casa o con amigos	10 minutos	

Tarma 15 de noviembre del 2023

UNIDAD DE GESTION EDUCATIVA LOCAL N° 10106 "SAN RAMON" SUB DIRECCIÓN TARMA

Sub director
Mg. José Luis ROJAS OROSCO

Maestrante
Lic. Nelly HUANHUAYO GABRIEL

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

SESIÓN 15

- **NOMBRE DE LA SESIÓN** : **Un mural de emociones**
- **PROPÓSITO** : comprender y expresar las emociones a través del arte
  Fomentar la creatividad y la imaginación de los estudiantes
- **APRENDIZAJE ESPERADO**

AREA	COMPETENCIA	DESEMPEÑO	CRITERIO	EVIDENCIA
PERSONAL SOCIAL	Construye su identidad.	Describe, a través de diversas formas de representación, las emociones básicas (alegría, tristeza, miedo u otras) explica las razones que las originan. Acepta e incorpora en sus acciones algunas normas básicas como límites que le brinda seguridad.	Es capaz de reconocer y expresar emociones básicas como la alegría, la tristeza y el miedo. También evaluaría su comprensión de las razones que originan estas emociones y su habilidad para seguir normas básicas que les brinden seguridad	Participan elaborando el mural de las emociones a través de diferentes técnicas, dibujo, pintura, recorte, etc.

- **ORGANIZACIÓN**

MOMENTO	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSOS
INICIO	Invita a los estudiantes a sentarse en media luna, Dialoga con los estudiantes sobre cómo se sienten hoy. Recuerda todas las actividades realizadas todos estos días y que emociones florecen al recordar. Comentar que el día de hoy termina el programa y por ello van a crear un "Mural de Emociones" en el que representarán diferentes emociones a través del arte. Puedes pedir que mencionen las emociones.	10 minutos	
DESARROLLO	Muestra imágenes o tarjetas con expresiones faciales que representen diferentes emociones y explícales a los estudiantes qué emoción representa cada una. Divide la cartulina grande en secciones o áreas, una para cada emoción (por ejemplo, una sección para la felicidad, otra para la tristeza, etc.). Invita a los estudiantes a elegir una emoción y representarla en la sección correspondiente del mural utilizando pinturas, plumones, colores, goma, recortes de revistas, etc. Motiva a los estudiantes a que usen su creatividad y a utilizar colores y formas para expresar la emoción. Fomenta la colaboración entre los estudiantes, permitiéndoles trabajar juntos en las secciones del mural o	25 minutos	Cartulinas Pinceles témperas Revistas viejas Tijeras Gomas Plumones Colores Tarjetas con expresiones faciales de las emociones

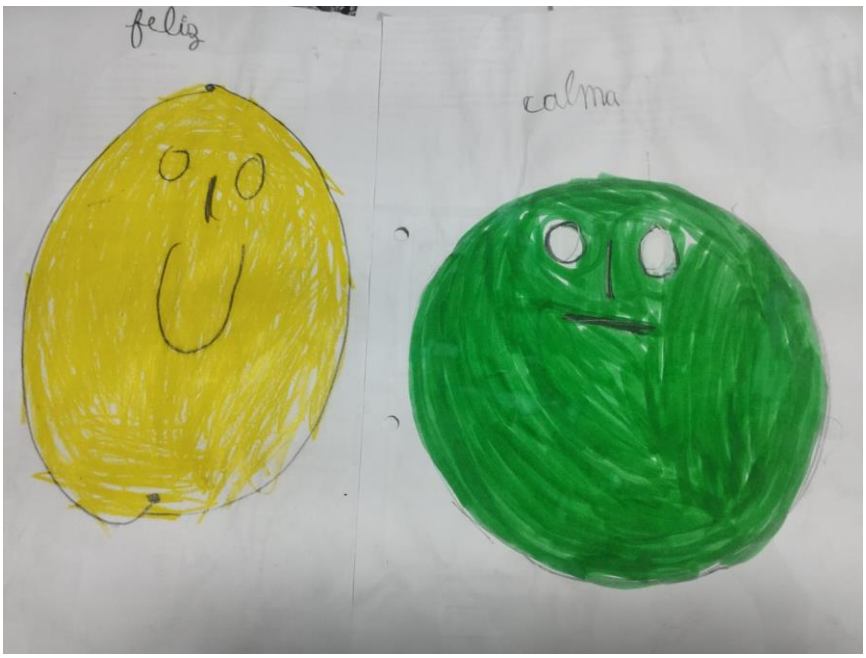
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

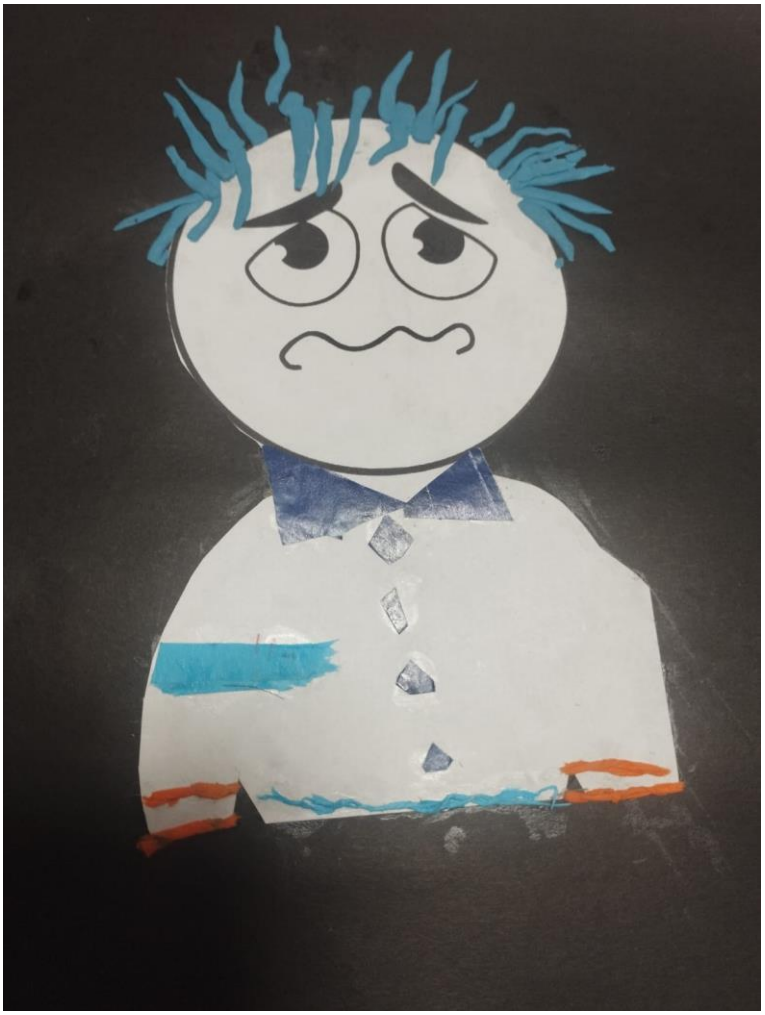
	compartir ideas sobre cómo representar las emociones. Después de completar el mural, pide a cada estudiante que explique por qué eligieron esa emoción y cómo la representaron en su sección.		
CIERRE	Pregunta a los estudiantes cómo se sintieron al crear el Mural de Emociones y qué emociones representaron en su sección. Agradece a los estudiantes por su participación y creatividad. Anima a los estudiantes a pensar en cómo pueden aplicar lo que aprendieron sobre las emociones en su vida diaria y cómo pueden mostrar empatía hacia los demás.	10 minutos	

Tarma 16 de noviembre del 2023

Sub director
Mg. José Luis ROJAS OROSCO

Maestrante
Lic. Nelly HUANHUAYO GABRIEL


feliz
calma




DESCANSE
BIEN

Confiabilidad del instrumento de regulación emocional

studiant	It 1	It 2	It 3	It 4	It 5	It 6	It 7	It 8	It 9	It 10	It 11	It 12	It 13	It 14	It 15	It 16	It 17	It 18	It 19	It 20	It 21	It 22	It 23	It 24	It 25	It 26	It 27	It 28	Suma
1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	7
2	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	12
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	19
4	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	19
5	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	17
6	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	16
7	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	8
8	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	15
9	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	28
11	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	7
12	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	9
13	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	5
14	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	7
15	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	5
Suma	9	9	11	11	6	7	10	7	5	2	4	4	6	3	5	4	3	3	5	5	7	3	4	4	6	9	11	12	
p	0.60	0.60	0.73	0.73	0.40	0.47	0.67	0.47	0.33	0.13	0.27	0.27	0.40	0.20	0.33	0.27	0.20	0.20	0.33	0.33	0.47	0.20	0.27	0.27	0.40	0.60	0.73	0.80	51.52
q	0.40	0.40	0.27	0.27	0.60	0.53	0.33	0.53	0.67	0.87	0.73	0.73	0.60	0.80	0.67	0.73	0.80	0.80	0.67	0.67	0.53	0.80	0.73	0.73	0.60	0.40	0.27	0.20	
pq	0.24	0.24	0.20	0.20	0.24	0.25	0.22	0.25	0.22	0.12	0.20	0.20	0.24	0.16	0.22	0.20	0.16	0.16	0.22	0.22	0.25	0.16	0.20	0.20	0.24	0.24	0.20	0.16	5.78

ero de estudiantes = 20

Número de items = 20

0.935

Procesamiento de datos

Excel de la variable regulación emocional: Pretest control

	Variable: Regulación emocional																																		
	D1: Expresión emocional apropiada												D2: Regulación de emociones y sentimientos										3. Habilidades de afrontamient					generación de emociones						
items	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11		p12	p13	p14	p15	p16	p17	p18	p19	p20		p21	p22	p23	p24		p25	p26	p27	p28			VD	D2
1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3		
2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	4	5	V.máx 28x1=28	Vmáx=9x1=9
3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2	2	Vmin 28x0=0	Vmin 9x0= 0
4	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	4	diferencia= 28-0 = 28	diferencia 9-0 = 9
5	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	3	6	28/3= 9 Residuo=1	9/3=3
6	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3		
7	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	4		INICIO=0-2
8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	INICIO=0-9	PROCESO 3-5
9	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	3	PROCESO 10-18	LOGRADO 6-9
10	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	4	0	0	0	0	1	0	1	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6	LOGRADO 19-28	
11	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	5		D3
12	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	D1	
13	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	2	1	0	1	1	3	10	Vmáx 11x1=11	Vmáx 4x1=4
14	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	3	8	Vmín 11x0=0	Vmin 4x0=0
15	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	Diferencia 11-0=11	Diferencia 4-0= 4
16	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	4	1	1	0	0	0	0	1	1	1	5	0	0	1	1	2	0	0	0	0	0	11	11/3= 3 Residuo 2	4/3=1 Residuo 1
17	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2		
18	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	Iniclo= 0-3	INICIO 0-1
19	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	Proceso 4-7	PROCESO 2-3
20	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	Logrado 8-11	LOGRADO 4-5
21	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	5	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6		
22	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6	D4	
23	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	4	0	1	0	0	0	1	0	0	0	2	0	0	0	1	1	1	0	1	1	3	10	Vmáx 4x1=4	
24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	1	1	1	0	1	1	0	1	1	7	1	0	1	0	2	1	0	1	1	3	23	Vmin 4x0=0	
25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	1	1	1	0	1	1	1	0	1	7	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	26	Diferencia 4-0= 4	
																																		4/3=1 Residuo 1	
																																		Inicio 0-1	
																																		Proceso 2-3	
																																		Logrado 4-5	

Excel de la variable regulación emocional: Pretest experimental

Variable: Regulación emocional																																	
D1: Expresión emocional apropiada												D2: Regulación de emociones y sentimientos										D3. Habilidades de afrontamiento					togeneración de emociones po					
p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11		p12	p13	p14	p15	p16	p17	p18	p19	p20		p21	p22	p23	p24		p25	p26	p27	p28		
0	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4
0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	3
0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2
0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	4	6
1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	5
1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	5
1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4
0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2	0	1	0	1	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	5
1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	2	0	0	0	0	0	6
0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	3	4
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1
1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	9	1	1	1	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	13
1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	5
1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	3
1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	10	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	11
1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	1	1	1	1	1	1	1	0	0	7	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	26
1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	3
1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6
1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	5
1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	5
1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	9
1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	3
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	1	1	1	1	1	0	1	1	1	8	0	1	1	1	3	1	1	1	1	4	26

Excel de la variable regulación emocional: Postest control

P	Variable: Regulación emocional																																
	D1: Expresión emocional apropiada												D2: Regulación de emociones y sentimientos										D3. Habilidades de afrontamiento					togeneración de emociones p					
items	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11		p12	p13	p14	p15	p16	p17	p18	p19	p20		p21	p22	p23	p24		p25	p26	p27	p28		
1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	4	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	7
2	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	4	7
3	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	3	6
4	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	3	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	2	0	1	0	1	2	8
5	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	3	0	1	0	1	0	0	0	0	0	2	0	1	0	1	2	1	0	1	1	3	10
6	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	1	0	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4
7	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	1	0	0	1	0	0	0	2	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	6
8	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3
9	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	1	0	0	1	0	0	2	0	0	1	0	1	0	0	1	1	2	7
10	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	4	0	0	0	0	1	0	1	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6
11	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	4	0	0	0	1	0	0	1	0	0	2	0	0	1	0	1	0	1	1	0	2	9
12	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4
13	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	5	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	2	1	0	1	1	3	11
14	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	2	1	1	0	1	3	10
15	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3
16	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	5	1	1	0	0	0	1	1	1	1	6	0	0	1	1	2	0	1	1	0	2	15
17	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	1	0	0	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4
18	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	1	0	0	1	0	2	1	0	0	0	1	1	0	0	1	2	7
19	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	2	0	0	1	0	0	0	1	0	1	3	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	6
20	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	4	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	6
21	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	5	0	1	0	0	0	0	0	1	0	2	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	8
22	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	5	0	0	0	0	0	0	1	1	0	2	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	9
23	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	5	0	1	0	0	0	1	0	0	0	2	0	0	0	1	1	1	0	1	1	3	11
24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	1	1	1	0	1	1	0	1	1	7	1	0	1	0	2	1	0	1	1	3	23
25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	1	1	1	0	1	1	1	0	1	7	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	26

Excel de la variable regulación emocional: Postest experimental

P	Variable: Regulación emocional																																
	D1: Expresión emocional apropiada												D2: Regulación de emociones y sentimientos										D3. Habilidades de afrontamiento					cogeneración de emociones po					
items	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11		p12	p13	p14	p15	p16	p17	p18	p19	p20		p21	p22	p23	p24		p25	p26	p27	p28		
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	0	1	1	1	0	0	0	0	1	4	1	1	0	0	2	1	1	1	1	4	21
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	1	1	0	1	1	1	1	1	1	8	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	27
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	0	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	27
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	0	0	1	1	1	1	1	1	1	7	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	26
5	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	10	0	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	26
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	1	1	1	1	0	1	1	1	1	8	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	27
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	10	0	1	0	1	0	1	1	1	1	6	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	24
8	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	8	1	1	0	1	1	1	1	1	0	7	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	23
9	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	10	1	1	1	1	1	0	1	1	1	8	0	1	1	1	3	1	1	1	1	4	25
10	1	1	1	1	1	1	o	1	1	1	1	10	1	0	1	1	1	0	1	1	1	7	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	25
11	1	1	1	1	1	1	o	1	1	1	1	10	0	0	0	1	0	1	1	1	0	4	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	22
12	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	8	1	1	1	1	0	0	1	0	0	5	0	0	0	1	1	1	1	1	1	4	18
13	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	7	1	1	1	1	0	0	1	1	1	7	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	22
14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	1	1	1	1	1	0	1	0	1	7	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	26
15	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	8	0	0	0	1	0	1	1	1	1	5	0	0	0	0	0	0	1	1	1	3	16
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	1	1	1	1	0	1	1	1	1	8	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	27
17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	1	1	1	1	0	1	0	0	0	5	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	24
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	28
19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	9	0	1	0	1	0	0	0	0	0	2	0	0	0	1	1	1	1	1	1	4	16
20	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	1	1	1	1	4	0	0	1	1	2	26
21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	28
22	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	1	1	1	1	1	0	1	0	1	7	0	0	0	1	1	1	1	1	1	4	23
23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	1	1	1	1	1	0	1	1	1	8	0	0	1	1	2	1	1	1	1	4	25
24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	10	0	1	1	1	0	0	0	1	1	5	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	23
25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	28

Resultados-figuras

Figura 1

Niveles entre pre-test y post-test del grupo control y experimental de la regulación emocional.

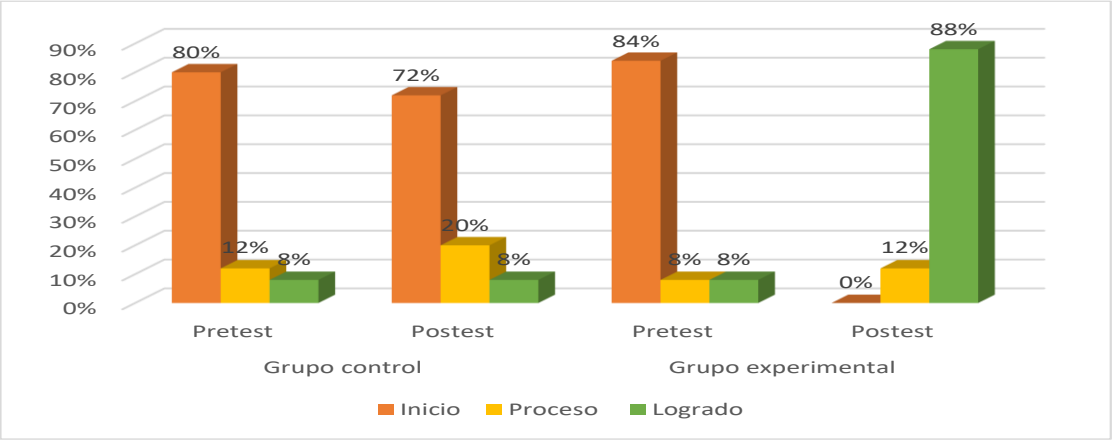


Figura 2

Niveles entre pre-test y post-test del grupo control y experimental de la expresión apropiada

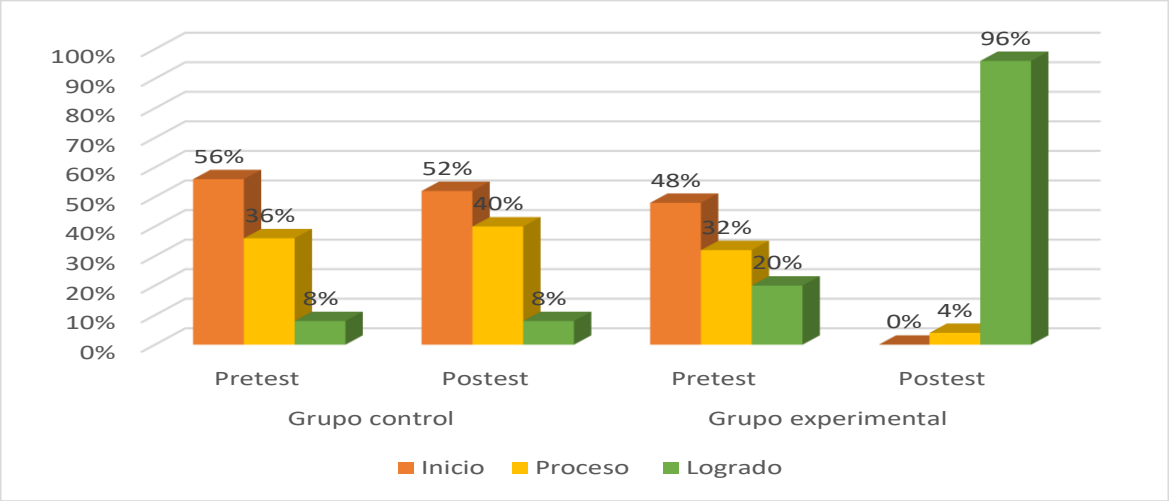


Figura 3

Niveles entre pre-test y post-test del grupo control y experimental de la regulación de emociones y sentimientos

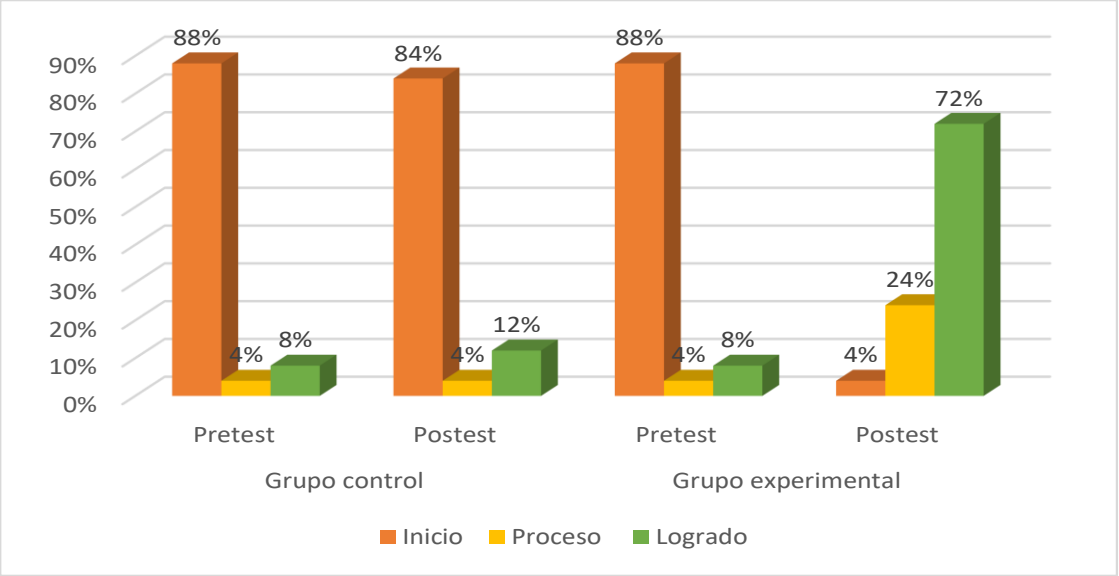


Figura 4

Niveles entre pre-test y post-test del grupo control y experimental de las habilidades de afrontamiento.

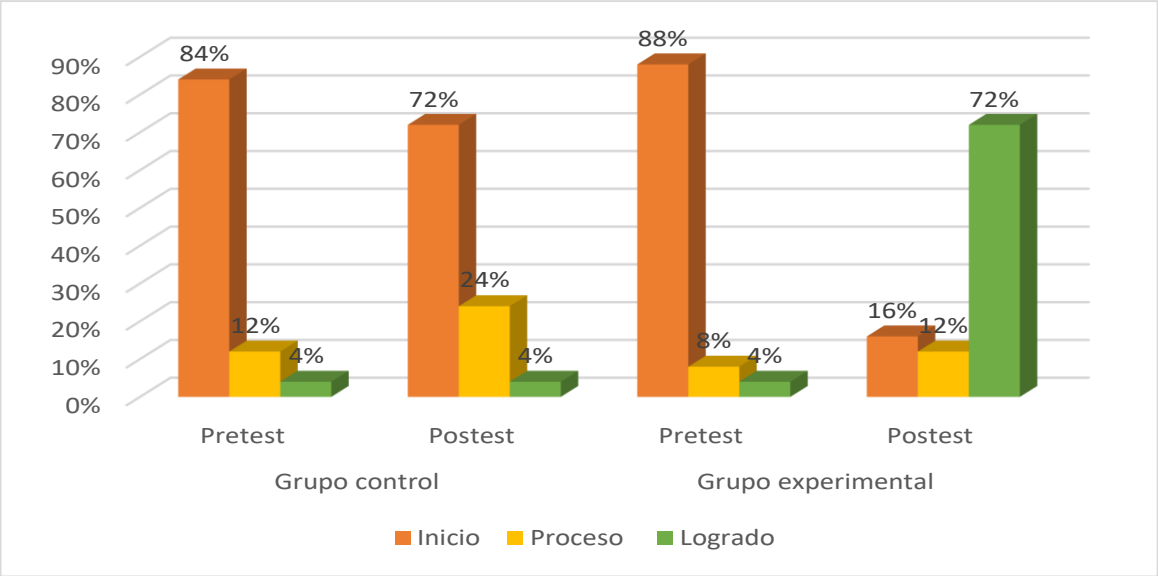
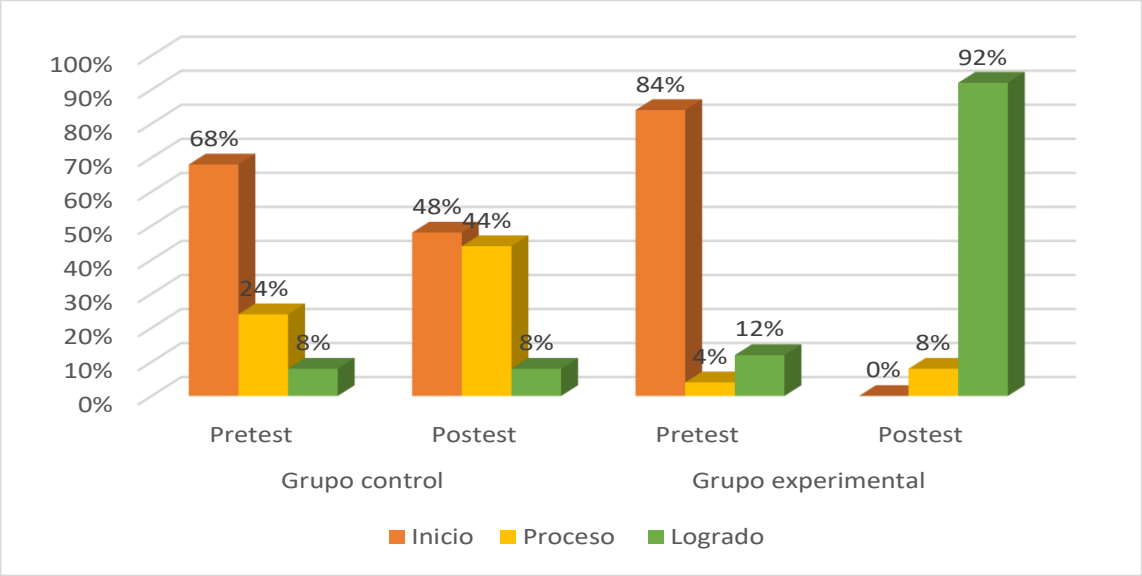


Figura 5

Niveles entre pre-test y post-test del grupo control y experimental de autogenerar emociones positivas



Prueba de normalidad

Tabla 14

Prueba de normalidad según Shapiro – Wilk para regulación emocional y sus dimensiones

	Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.
Regulación emocional	.874	25	.005
Expresión emocional apropiada	.720	25	<.001
Regulación de emociones y sentimientos	.895	25	.015
Habilidades de afrontamiento	.618	25	<.001
Autogenerar emociones positivas	.307	25	<.001

De acuerdo con los resultados del test de Shapiro-Wilk, se obtuvieron valores estadísticamente significativos, lo que llevó al rechazo de la hipótesis nula para ambos puntajes. En consecuencia, se concluyó que estos puntajes no siguen una distribución normal y se considera que la naturaleza no es paramétrica.