



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
PROGRAMA DE MAESTRÍA Y DOCTORADO EN PSICOLOGÍA  
RESIDENCIA EN PSICOLOGÍA ESCOLAR  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**PROMOCIÓN DE ESTRATEGIAS DE REGULACIÓN EMOCIONAL  
PARA NIÑOS PREESCOLARES; PROGRAMA PARA PADRES Y  
MAESTROS**

REPORTE DE EXPERIENCIA PROFESIONAL  
QUE PARA OPTAR POR EL GRADO DE:  
MAESTRA EN PSICOLOGÍA

**PRESENTA**  
**MÓNICA PATRICIA PERDOMO OROZCO**  
**TUTORA PRINCIPAL:**

DRA. LIZBETH OBDULIA VEGA PÉREZ

FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM

MIEMBROS DEL COMITÉ TUTOR:

DRA. YUNUÉN GUZMÁN CEDILLO  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM

DRA. MARIA FAYNE ESQUIVEL Y ANCONA  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM

MTRA. MARÍA FERNANDA PONCELIS RAYGOZA  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM

DRA. BLANCA ESTELA HUITRÓN VÁZQUEZ  
FES IZTACALA, UNAM

CIUDAD UNIVERSITARIA, CIUDAD DE MÉXICO, JUNIO 2023



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## DEDICATORIA

A mi mamá, por creer en mí antes de que yo lo hiciera. Por ser un ejemplo de fortaleza y por continuar demostrándome día a día tu amor.

A mi papá, por tu apoyo diario, gracias por continuar siendo un pilar para nosotros en todo momento.

A mi hermano, gracias por tus consejos y por las largas platicas de madrugada.

A Chivis, por tu hermandad y apoyo; por ayudarme a levantar cada que sentí que el mundo se caía.

A cada uno de los pequeños con los que trabaje y por quienes elegí seguir preparándome en esta área de la psicología.

**“Para enseñar se necesita saber, pero  
para educar se necesita ser”**

**Quino**

## AGRADECIMIENTOS

A mi tutora, la doctora Lizbeth, quien a través de cada seminario me apoyó y otorgó herramientas para desarrollar un programa de calidad. Pero sobre todo, gracias por ser un modelo de resiliencia y fortaleza.

A la maestra Fernanda, por su paciencia y apoyo durante cada seminario, asesoría y día de asueto.

A la maestra Rosa María Nashiki porque además de sus enseñanzas, me brindó su apoyo y confianza.

A las doctoras, Yunuén, Fayne y Blanca Estela por su retroalimentación y guía para enriquecer este proyecto.

## ÍNDICE

|  |    |
|--|----|
| RESUMEN.....   | 7  |
| INTRODUCCIÓN.....  | 8  |
| MARCO TEÓRICO  |    |
| El niño preescolar y sus emociones .....                               | 10 |
| Qué son las emociones .....  | 10 |
| Regulación Emocional (RE) .....  | 12 |
| Desarrollo de la regulación Emocional .....                            | 14 |
| Desregulación emocional .....  | 14 |
| Modelos de Regulación Emocional .....                                  | 15 |
| Modelo modal de Regulación emocional .....                             | 16 |
| Modelo procesual de Regulación emocional .....                         | 18 |
| Características de la RE del modelo procesual .....                    | 19 |
| Estrategias de Regulación Emocional .....                              | 19 |
| Estrategias de Identificación Emocional .....                          | 23 |
| Programas dirigidos a padres y maestros .....                          | 23 |
| Técnicas de modificación conductual .....                              | 26 |
| Modelamiento .....   | 27 |
| Instrucción directa .....  | 29 |
| Reforzamiento .....  | 30 |
| Retroalimentación .....  | 32 |
| Educación en línea (e-Learning) y educación híbrida (b-Learning) ..... | 33 |
| Planteamiento del problema .....                                       | 34 |
| MÉTODO (Padres) .....  | 37 |
| Objetivo general .....   | 37 |
| Objetivos específicos .....  | 37 |
| Definición de variables .....  | 37 |
| Participantes .....  | 39 |
| Diseño .....   | 41 |
| Escenario .....  | 42 |
| Materiales .....   | 42 |
| Instrumentos .....   | 43 |
| PROCEDIMIENTO (Padres) .....   | 44 |

|   |     |
|---|-----|
| RESULTADOS (Padres) .....                                     | 47  |
| Análisis estadístico .....                                    | 64  |
| ADAPTACIÓN DEL PROGRAMA PARA SU APLICACIÓN CON MAESTROS ..... | 65  |
| MÉTODO (Maestros) .....                                       | 67  |
| Objetivo general .....  | 67  |
| Objetivos específicos .....                                   | 67  |
| Definición de variables .....                                 | 67  |
| Participantes .....   | 69  |
| Diseño .....  | 71  |
| Escenario .....   | 72  |
| Materiales .....  | 72  |
| Instrumentos .....  | 73  |
| PROCEDIMIENTO (Maestros) .....                                | 74  |
| RESULTADOS (Maestros) .....                                   | 76  |
| Análisis estadístico.....                                     | 92  |
| DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES .....                                | 94  |
| REFERENCIAS .....   | 103 |
| ANEXOS  |     |

## RESUMEN

La regulación emocional (RE) es la base del funcionamiento del ser humano en diversas áreas. Padres y maestros intervienen en el desarrollo de la misma. Este estudio tuvo como objetivo evaluar el efecto del programa “pequEmoción” sobre el uso de técnicas de modificación conductual para promover estrategias de regulación emocional (ERE). Los participantes fueron 5 padres y 21 maestros de niños de preescolares. Se utilizó un diseño de cambio de criterio y el análisis estadístico mostró un resultado estadísticamente significativo haciendo referencia al programa para padres en el uso del modelamiento ( $p=0.020$ ) e instrucción directa ( $0.008$ ) y en el dirigido a maestros en el uso de la instrucción directa ( $p=0.003$ ) y la retroalimentación ( $p=0.003$ ). Haciendo uso de estas técnicas de modificación conductual, padres y maestros incrementaron la promoción de ERE y los niños las utilizaron con mayor frecuencia con apoyo de sus padres y maestros y de manera autónoma. Los objetivos de ambos programas se cumplieron satisfactoriamente.

**PALABRAS CLAVE:** Regulación emocional, niños preescolares, técnicas de modificación conductual, modelo procesual.



## INTRODUCCIÓN

En el ciclo escolar comprendido entre los años 2018 y 2019, la Secretaría de Educación Pública, del gobierno de México (SEP) apostó por una reforma educativa para toda la educación básica denominada “Aprendizajes Clave para la Educación Integral”, cuya principal primicia fue integrar la asignatura “Educación socioemocional” con la finalidad de educar sobre las emociones en la escuela (Secretaría de Educación Pública, 2021)

La educación socioemocional, tiene como objetivo principal el reconocimiento de las emociones, su gestión asertiva y la autorregulación de las mismas, lo que a lo largo de la vida favorecerá las relaciones sociales e interpersonales y la colaboración con los demás miembros del grupo social al que se pertenece (Álvarez, 2020).

Específicamente se busca que tanto en casa como en el aula, los niños y adolescentes trabajen e integren a su vida conceptos, valores, actitudes y habilidades que les permitan comprender y manejar sus emociones, construir una identidad personal, mostrar atención y cuidado hacia los demás, colaborar, establecer relaciones positivas, tomar decisiones responsables y aprender a manejar situaciones retadoras de manera constructiva y ética (VOCA Editorial, 2023).

Una de las principales habilidades socioemocionales a trabajar es la regulación emocional, la cual permite a las personas modular sus emociones y comportamiento derivado de ellas para alcanzar metas; es un factor crítico que además, favorece el rendimiento académico (Treviño, González, Montemayor, 2020).

Y si bien, la educación socioemocional y la regulación emocional no son conceptos nuevos a desarrollar en México, la Secretaría de Educación Pública (2021) reconoce los conflictos y eventos desfavorables a los que los estudiantes tuvieron que enfrentarse, durante la pandemia por COVID-19, y resalta la necesidad preexistente de crear estrategias socioemocionales que además permitan a los niños y adolescentes desarrollar habilidades y actitudes post-pandemia para lograr un bienestar emocional que beneficie el desempeño académico.

Y uno de los principales niveles escolares en los cuales se debe intervenir, es el preescolar ya que es aquí donde el niño comenzará a convivir con iguales por primera vez (Villanueva, 2012). Por ello, el presente proyecto asumió como objetivo evaluar un programa para

padres y un programa para maestros sobre el uso de técnicas de modificación conductual para promover estrategias de regulación emocional con niños preescolares.

## MARCO TEÓRICO

### **El niño preescolar y sus emociones**

La educación preescolar tiene como principal objetivo contribuir con el desarrollo de los niños mediante una atención integral en un ambiente de calidad que favorezca el crecimiento y desarrollo a nivel físico, cognoscitivo y socioemocional considerando al niño como un ser único (Gil y Sánchez, 2004).

Hasta hace algunos años en este nivel, las emociones no eran consideradas una prioridad, sin embargo, actualmente se reconoce que son el cimiento de los altibajos experimentados por los niños que se manifiestan en arranques de risa durante el juego, conductas violentas ante el ataque de un compañero o llanto después de una caída; las emociones son antecedentes del desarrollo de nuevas capacidades y competencias en los niños o por el contrario, pueden contribuir negativamente en su desarrollo socioemocional (Secretaría de Educación Pública, 2004).

Así pues, es en la etapa preescolar cuando el niño comienza a convivir con iguales y para que esta interacción sea exitosa, es necesario guiarlo para que adquiera mejores habilidades para manejar sus emociones y conductas derivadas de ellas (Villanueva, 2012) pues a diferencia de las emociones de un recién nacido que se encuentran relacionadas con sus necesidades fisiológicas como lo son el hambre y el sueño, las emociones de un niño preescolar dependen en gran medida de la interpretación que hacen de sus experiencias (Sánchez, 2008).

### ***¿Qué son las emociones?***

Las emociones aparecen como respuestas a acontecimientos externos o internos y se experimentan de forma individual, esto quiere decir, que lo que se siente y la forma de reaccionar es distinto entre los individuos, Gross (2014) afirma que las emociones se pueden presentar en una asombrosa variedad de respuestas, desde “suaves” hasta “intensas” y desde “breves” hasta “extensas”.

Su expresión puede explicarse por su origen innato, lo que quiere decir que al nacer el ser humano ya cuenta con un repertorio básico de emociones que tienen como función permitirle “sobrevivir”, éstas lo orientan a dirigir la atención a las características clave del medio ambiente, optimizar la ingesta sensorial, enfocar la toma de decisiones, facilitar las

interacciones sociales y mejorar la memoria episódica (Gross, 2014). También pueden explicarse por el contexto en el que vive y crece un niño, es decir, en función de la cultura y época en la que ha nacido y dado que es un ser social y como tal suele vivir en grupo, las emociones también pueden interpretarse de manera negativa, en especial cuando su intensidad o duración son calificadas como socialmente incorrectas (Acosta, 2008).

Las emociones son clasificadas en dos categorías, estas son:

1. Emociones básicas o primarias, las cuáles se reconocen porque los eventos que las anteceden, sus signos, su presencia en otros primates y la coherencia de sus respuestas son universales, (Reyes 2015).
2. Emociones secundarias, son el resultado de la combinación de las anteriores (ej. La nostalgia es una combinación de alegría y tristeza) (García, 2019).

Calderón (2012) plantea que las emociones que los niños y las niñas de preescolar experimentan con considerable frecuencia son:

- Enojo o Ira. Es una reacción de irritación o furia que se genera cuando se tiene la sensación de haber sido dañado.
- Miedo. Se experimenta ante la percepción de estar en peligro real o inminente, es activado por la amenaza al bienestar físico o psíquico.
- Tristeza. Es desencadenada por una pérdida significativa, se asocia con el llanto, la pérdida de placer e interés, desmotivación y la reducción de actividades.
- Alegría. Hace referencia a un estado de bienestar, gozo, felicidad y disfrute.

Conviene subrayar que una de las características centrales de las emociones tiene que ver con su naturaleza multifacética ya que son fenómenos que involucran cambios en todo el cuerpo, que han sido determinados previamente por la experiencia subjetiva del sujeto (Mauss, Levenson, McCarter, Wilhelm y Gross, 2005).

Yépez (s.f.) define a las emociones como el conjunto de reacciones fisiológicas (ej. dolor de estómago), cognoscitivas (ej. pensamientos que se presentan frente a una situación estresante) o conductuales (ej. reacciones físicas que te llevan a actuar de una u otra forma) que no pueden clasificarse como “buenas” o “malas” sino como “necesarias” para adaptarse a una situación, persona u objeto.

Las emociones surgen cuando un individuo evalúa una situación como “importante” para cumplir una meta, los objetivos que subyacen a esta evaluación pueden ser duraderos como mantenerse vivo o transitorios como querer otro pedazo de pastel; pueden ser compartidos como el deseo de tener amigos cercanos, o altamente idiosincrásico como encontrar una nueva forma de atarse los zapatos. Cualquiera que sea el objetivo, el significado de la situación es el que da lugar a la emoción, a medida que este significado cambia la emoción también cambia (Gross, 2014).

Las palabras "emoción" y "sentimiento" constantemente se utilizan indistintamente, pero las emociones también nos inclinan a actuar (Frijda, 1986, citada en Gross, 2014). El comportamiento derivado de las emociones es asociado a respuestas automáticas y neuroendocrinas previas que proporcionan apoyo metabólico para la acción (Gross, 2014).

El preescolar es el primer espacio en el cuál se busca que el menor viva experiencias que contribuyan en su proceso de desarrollo y aprendizaje mediante la convivencia con sus iguales (Secretaría de Educación Pública) por lo que el comportamiento derivado de sus emociones puede ser percibido como inadecuado en este contexto en el que deben adquirir valores y principios indispensables para la convivencia, Flores (2017) afirma que la regulación emocional es una habilidad fundamental y de gran impacto en el ámbito educativo.

### **Regulación Emocional**

La regulación de las emociones se ocupa de cómo se regulan las emociones mismas (regulación de las emociones) en lugar de cómo las emociones regulan otra cosa (regulación por emociones). Se refiere a la capacidad de iniciar, mantener e inhibir la expresión de emociones y conductas de acuerdo al contexto o la situación (Gross, 1998; citado por Olaya, 2019) de esta manera el individuo es capaz de ejercer influencia sobre sus emociones sobre cuándo las experimenta, cómo las experimenta y sobre cómo las expresa e incluye el afrontamiento de emociones consideradas socialmente tanto “positivas” como “negativas” que pueden ser percibidas como “apropiadas” o “inapropiadas” (Peñafiel y Serrano, 2010; Olaya, 2019). Se concreta mediante un sistema complejo de respuestas fisiológicas, cognoscitivas y conductuales (Shearin y Linehan, 1994; Vargas y Muñoz-Martínez, 2013).

Para Mercè (2004) hace referencia al control de los estados, impulsos y recursos internos, mediante la identificación de lo que se siente y comprende:

- El control de las emociones e impulsos destructivos
- Autodominio para resistir durante largos periodos de inestabilidad emocional
- Capacidad para tranquilizarse y auto consolarse
- Capacidad para aplazar las recompensas
- Capacidad para canalizar de forma adaptativa las emociones y sentimientos

Por otro lado, González del Hierro (2015, citado por Olaya, 2019) afirma que la regulación emocional es conformada por un conjunto de procesos extrínsecos e intrínsecos que identifican, monitorean, evalúan, supervisan y alteran las reacciones emocionales en su intensidad y rasgos temporales con el objetivo de alcanzar metas, lo que quiere decir que el ser humano es capaz de tomar la decisión de activar o no procesos de regulación emocional con base a una necesidad o meta (Hervás y Moral, 2017).

La regulación emocional es una herramienta que ayuda a los niños a guiar su conducta y de esta manera contribuye a su habilidad para relacionarse de forma adecuada con otros, esta conlleva un esfuerzo voluntario por controlar las emociones que puede ser predicho por el temperamento del menor pero también aumenta con la edad; los niños con un elevado control pueden contener el impulso de mostrar sus emociones en momentos que resultan “inapropiados” (Papalia, Duskin y Martorell, 2012) aunque si a menudo se evitan las emociones, se pierde la oportunidad de beneficiarse de su valor informativo, lo que significa que la modulación de una emoción puede ser efectiva o no dependiendo del contexto (Cicchetti, Ackerman e Izard, 1995, citado por Vargas y Muñoz Martínez, 2013).

Existen una serie de factores internos y externos que producen variaciones en la capacidad de regulación de los niños, entre los que podemos mencionar la maduración neurofisiológica, el esfuerzo de control, las funciones ejecutivas, la maduración de las redes atencionales y el temperamento como factores intrínsecos que jugarán un papel fundamental en como el niño regule lo que experimenta (Eisenberg y Sulik, 2012).

Entre los factores externos destacan, los estilos de crianza de los padres y la observación/modelamiento de la regulación emocional (Whitebread y Basilio, 2012).

## ***Desarrollo de la Regulación Emocional***

La regulación emocional es un proceso que comienza en los primeros años de vida (Gross, 2014). El recién nacido depende por completo de sus cuidadores para modular sus estados emocionales y adaptarse a su nuevo entorno, los cuidadores ayudan a los bebés a regular sus emociones modulando su exposición a eventos estimulantes y actuando para aliviar la angustia, la frustración o el miedo de los bebés con diferentes técnicas como la distracción (Whitebread y Basilio, 2012) y más adelante, en la edad preescolar el niño será capaz de regular sus emociones por sí mismo, haciendo uso de diversas estrategias para iniciar, mantener e inhibir la expresión de sus propias emociones y conductas (Gross, 1998, citado por Olaya, 2019, Eisenberg y Sulik, 2012) definido como “regulación emocional intrínseca”.

Y a lo largo del desarrollo del hombre estarán presentes también la “regulación emocional extrínseca” que se refiere a todas las acciones realizadas con el objeto de influir en el estado emocional de otra persona con la finalidad de aumentar o disminuir su expresión emocional (Nozaki y Mikolajczak 2020) y la “co-regulación emocional” definida como la secuencia comunicativa que construyen los padres y los hijos al regular uno la conducta del otro en función de las acciones en curso y anticipadas, dónde el cuidador y el niño van ajustando estas con base en las expectativas mutuas en un sistema de comunicación relacional (Evans y Porter, 2009, Fogel, 1993 citado por, Esquivel, 2014).

Esquivel (2014) afirma que los estilos de regulación materna aunque están presentes durante toda la infancia, disminuyen su frecuencia entre los 18 y 30 meses de edad, más no desaparecen.

## **Desregulación Emocional**

Cuando el niño presenta un control pobre sobre la intensidad de sus emociones, la comprensión de las mismas, una reacción negativa hacia el estado emocional propio o respuestas de manejo emocional inadecuadas, entonces, hablamos de niños desregulados emocionalmente (Shields & Cicchetti, 2001). La desregulación emocional se refiere a la dificultad de regular o modular una emoción (Vargas y Muñoz-Martínez, 2013).

Turk y Carmin (2004: citado por Vargas y Muñoz-Martínez, 2013) desarrollaron un modelo de desregulación emocional en el que esbozan que esta se ve reflejada en cuatro aspectos:

- 1- Alta intensidad de emociones

- 2- Pobre comprensión de las emociones
- 3- Reacción negativa al estado emocional propio (ej. miedo a las emociones propias)
- 4- Respuestas de manejo emocional inadecuadas

No obstante, Saarni (1999) afirma que la desregulación emocional puede tener su origen en el poco conocimiento por parte del niño de las reglas sociales o en la dificultad para modular la reacción emocional a las demandas del contexto.

Los problemas de regulación emocional pueden ser divididos en dos categorías, las dificultades en la modulación de la experiencia emocional y su expresión que incrementa el riesgo de presentar problemas externalizados como algunos problemas de conducta o agresividad; y los intentos frecuentes o automáticos de control o supresión de la experiencia emocional o su expresión que incrementa el riesgo de experimentar problemas internalizados como ansiedad o depresión (Vargas y Muñoz-Martínez, 2013).

Los niños que durante la primera infancia muestran comportamientos disruptivos a causa de sus emociones, tienen mayor probabilidad de presentar desordenes de conducta en la infancia media y en la adolescencia, así como el riesgo de desarrollar un patrón de conducta antisocial en la adultez. Hoffman y Pearson (2020) define a los adolescentes bajo la influencia de emociones fuertes y que no cuentan con las herramientas para regularlas como “peligrosos” y afirma que eventos negativos como tiroteos escolares o suicidio tiene una relación directa con problemas emocionales y déficits regulatorios que impiden a los jóvenes crear relaciones profundas con sus compañeros, maestros, negociar su mundo social y tener éxito académico.

### **Modelos de Regulación Emocional**

Existen diversos modelos para explicar la regulación emocional; en el presente capítulo únicamente se describen, el modelo modal de regulación emocional de Gross y Gotman (1999) que es la base del modelo procesual de regulación emocional (Gross, 2001) en el cual se basó el programa pequEmoción y ambos se detallan a continuación:

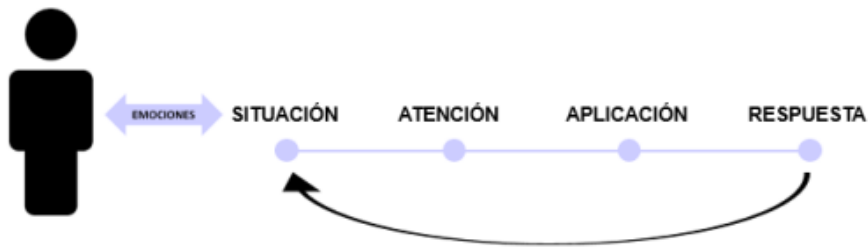


### **Modelo Modal de Regulación Emocional de Gross (1999)**

Según este modelo, las emociones involucran transacciones persona-situación que llaman la atención: las emociones tienen significado según los objetivos del individuo y dan lugar a respuestas multisistémicas coordinadas pero flexibles que modifican la transacción en curso persona-situación, como se puede observar en el siguiente diagrama.

**Figura 1**

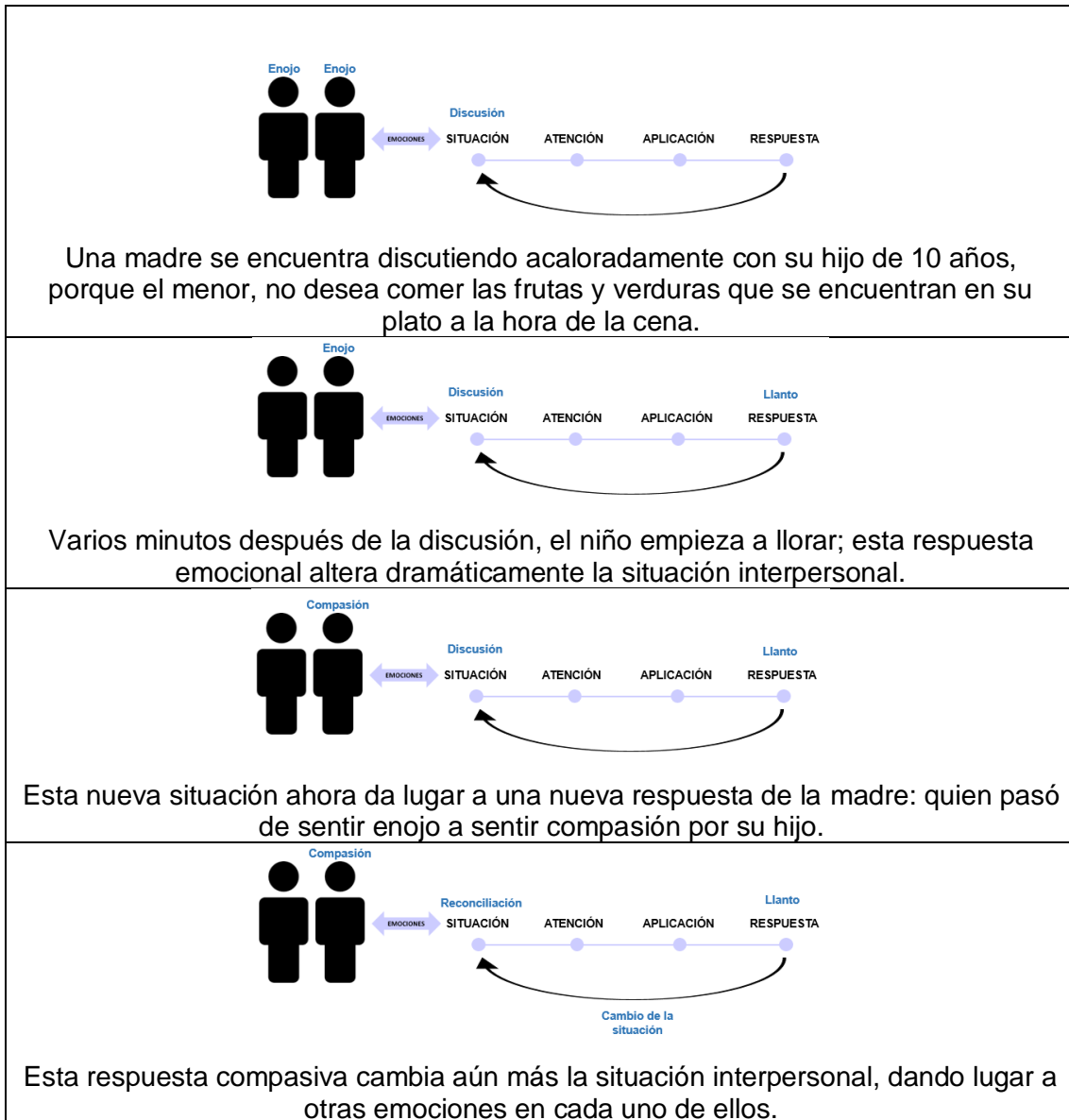
*Secuencia del modelo modal de regulación Emocional de Gross (1999)*



La secuencia comienza con una situación psicológicamente relevante que puede especificarse según las características del entorno (Ej. ver una serpiente deslizándose en el piso), sin embargo, las "situaciones" psicológicamente relevantes también pueden ser internas (Ej. la sospecha furtiva de que nunca se logrará nada). Las respuestas emocionales generadas por estas, implican cambios en los sistemas de respuesta experiencial, conductual y neurobiológica, como muchas otras respuestas que damos, las emocionales a menudo cambian la situación que dio lugar a la respuesta en el primer lugar, es decir, las respuestas a menudo conducen a cambios en el entorno que alteran la probabilidad de instancias posteriores de esa y otras emociones.

**Figura 2**

*Ejemplo de la secuencia del modelo modal de regulación Emocional de Gross (1999)*



Las respuestas multifacéticas que comprenden las emociones a menudo (pero no siempre) son útiles ayudando a alcanzar las metas que dieron lugar a las emociones en primer lugar (Levenson, 1999, citado por Gross, 2014). Este primer modelo fue el punto de partida del modelo que más tarde establecieron Barret y Gross, el cual fue la base del presente proyecto y se detalla a continuación.

### ***Modelo Procesual de Regulación Emocional de Barret y Gross (2001)***

Este modelo describe cada paso del proceso de generación de emociones como objetivo potencial para la regulación (Gross, 2014), los autores proponen que la regulación emocional puede estudiarse en función del momento en el que la estrategia de regulación se produce dentro del proceso de generación de la emoción, el cual se divide en 4 partes la situación, atención, interpretación y respuesta, es decir, una situación particular es seleccionada, modificada, atendida, evaluada y produce un conjunto de respuestas emocionales, que retroalimentan la situación.

La situación y la respuesta emocional son observables, sin embargo, la atención al estímulo y su evaluación son mecanismos internos, la respuesta tiene un impacto en la situación produciendo así una nueva situación (Company, 2016).

**Figura 3**

*Momentos del uso de las estrategias de Regulación Emocional*



Nota: Una situación particular es seleccionada, modificada, atendida, evaluada y produce un conjunto de respuestas emocionales, que retroalimentan la situación, este último momento propuesto por el autor "Respuesta" hace referencia a una tendencia de respuestas como resultados de experimentar una emoción que previamente fue provocada por una situación específica (Gross, 2014).

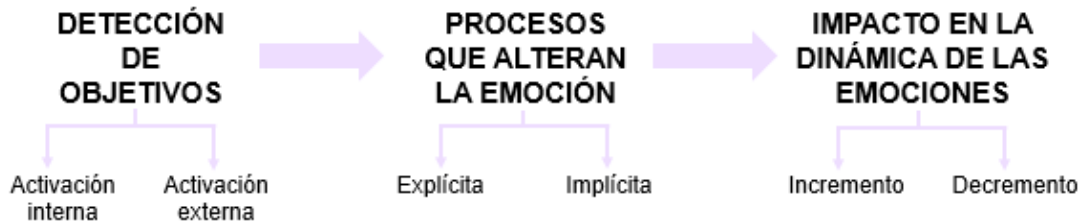
### **Características de la Regulación Emocional en el modelo procesual de RE**

Gross (2014) asevera que existen tres características principales de la regulación emocional, las cuales se describen a continuación:

1. En primer lugar la “activación de un objetivo para modificar el proceso generador de una emoción” este objetivo puede ser activado por uno mismo o por alguien externo.
2. La segunda característica se refiere al “compromiso de los procesos que son responsables de alterar la trayectoria de la emoción” estos procesos varían considerablemente en el grado en que pueden ser explícitos y conscientes (Ej. alguien se esfuerza por parecer tranquilo a pesar de estar muy ansioso ante una charla) o implícitos e inconscientes (Ej. alguien que se esfuerza por ocultar el afecto que siente por alguien más por miedo a ser rechazado).
3. Por último la tercer característica hace referencia al “impacto en la dinámica de la emoción” en su latencia, duración y compensación de respuestas experienciales, conductuales o fisiológicas.

**Figura 4**

*Características de la Regulación Emocional*



### **Estrategias de Regulación Emocional**

Comencemos definiendo las estrategias de regulación emocional, que son una serie de comportamientos dirigidos a controlar, modular e inhibir las emociones positivas o negativas para cumplir metas, existiendo un sinnúmero de actividades que pueden fungir como reguladoras de las emociones, por ejemplo golpear una almohada cuando se está enojado, imaginar a

una audiencia desnuda cuando se está nervioso ante un exposición, llamar a un amigo cuando se está triste, decirle a un niño que está actuando como un bebé para calmar una rabieta, etc. (Gross, 2014).

Las estrategias que el niño utiliza para influir en su experiencia emocional son clasificadas por Gross según el momento en que se emplean y pueden ser divididas en dos tipos, las estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional y las estrategias centradas en la respuesta emocional (Hervás y Vázquez, 2006), ambas se detallan a continuación.

### ***Estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional***

- 1- Selección de la situación (influir en la exposición, es decir, elegir o evitar las situaciones que podrían generar emociones deseables o indeseables) donde es necesario que el niño evalúe que tipo de emociones le generan las situaciones, lugares o encuentros futuros. Los niños son capaces de elegir o no exponerse a ciertas situaciones cuando éstas les han generado emociones positivas o negativas previamente y se ha logrado un aprendizaje (Hervás y Moral, 2017).

Ejemplo 1: Un pequeño a quien le dan miedo las alturas y previamente ha asistido a un parque de diversiones, podrá expresar a sus padres su deseo de no regresar para así evitar experimentar la emoción que le generan los juegos mecánicos, que es el miedo.

Ejemplo 2: Un pequeño que previamente ha asistido a fiestas infantiles podrá elegir asistir a una de ellas para experimentar la emoción positiva que esta le genera, que es alegría.

- 2- Modificación de la situación (alterar una situación para modificar su impacto emocional) cuando no es posible evitar la situación o no se ha contemplado el hacerlo, dando la posibilidad a que el niño intente cambiar algunos elementos de dicha situación en una dirección u otra (Hervás y Moral, 2017).

Ejemplo 1: Un niño que experimenta miedo al dormir en una habitación oscura puede modificar la situación si enciende una lámpara de noche, lo que disminuirá o desaparecerá la emoción.

Ejemplo 2: Un niño que se encuentra alegre porque ha llegado Santa Claus a casa, pero en cuyo hogar se encuentran tristes por la pérdida de un familiar cercano y le solicitan guarde silencio, podrá tapar o mover sus regalos con la finalidad de regular su comportamiento derivado de la emoción.

- 3- Despliegue de la atención (dirigir la atención hacia o lejos de una situación emocional) tomando en cuenta que cualquier situación está compuesta por múltiples componentes, aspectos o detalles, por lo que, si no es posible modificarla, entonces, el menor podrá dirigir su atención a algunos elementos de ella. La atención también puede centrarse de manera interna, por ejemplo, en los propios pensamientos. Esta estrategia es una de las primeras que utilizamos los seres humanos (Hervás y Moral, 2017).

Ejemplo1: un bebé de 6 meses al ver a un extraño que le genera miedo puede centrar su atención en los aretes de su madre.

Como parte de esta estrategia Gross y John (2003, citado por Barros, Goes y Pereira, 2015) proponen:

- a) Distracción. Desviar la atención de un estímulo emocional hacia otro contenido (Ej. Un niño que está en casa y se encuentra enojado porque su hermano juega con la única computadora que tienen, elige ayudar a mamá con la comida distrayendo así su atención de la situación que genera la emoción).
- b) Concentración en aspectos ajenos a los que producen el estado emocional (Ej. Un niño que está en el parque y se encuentra enojado porque su hermano juega con la única pelota que llevaron, elige concentrarse en la forma de las nubes buscando la silueta de algún animal conocido).
- c) Rumiado. El individuo centra su atención en sobre sus emociones y consecuencias.

- 4- Cambio cognoscitivo (cambiar la evaluación de una situación a influir en su impacto emocional) es posible que la realidad se juzgue a partir de ciertos patrones de pensamiento por lo que es importante detectar la emociones y los pensamientos que las generan para de esa manera intentar modificarlos a otros más realistas y objetivos (Martínez, 2019). Ej. Un niño que experimenta miedo al ser dejado en el preescolar porque piensa que sus padres lo van a abandonar ahí para siempre, podrá modificar su emoción si modifica su pensamiento, esta vez afirmando que estará 4 horas jugando en la escuela mientras mamá realiza la comida y puede regresar por él.

Como parte de esta estrategia Gross y John (2003, citado en Barros, Goes y Pereira, 2015) proponen:

- a) Reevaluación. Se refiere a la reinterpretación que el menor hace de un evento y que altera su impacto emocional.
- b) Distanciamiento. Asumir una perspectiva independiente y en tercera persona al evaluar un evento emocional lo que facilita el procesar los estímulos negativos y reduce la activación emocional.
- c) Humor. Facilita la regulación de las emociones negativas.

### ***Estrategias Centradas en la respuesta emocional***

- 1- Modulación de la respuesta (es decir, participar en un comportamiento para influir en algún aspecto de una emoción generada). Es posible influir sobre los componentes generados por la emoción, intentando decrementarlos.

Ejemplo1: Un niño se encuentra enojado porque no se le ha permitido hacer equipo con su mejor amiga en una actividad escolar empieza a gritar, sudar y llorar, al observarlo la maestra se acerca y juntos realizan respiraciones profundas que logran regular su conducta.

Delgado y Contreras (2008) afirman que los niños menores de 6 años son capaces de utilizar la distracción como una estrategia que les permite contrarrestar la emoción y la reinterpretación que exige considerar un problema desde distintas perspectivas, si bien, las reinterpretaciones de un niño preescolar suelen ser poco realistas es un recurso útil para

controlar emociones negativas, en especial, las desencadenadas por factores incontrolables.

### ***Estrategias de Identificación Emocional***

Una de las principales limitaciones del modelo “procesual” de Gross y Thomson es que el reconocimiento de las emociones queda implícito, este último forma parte de lo que Calderón (2012) llama “conciencia emocional” la cual es la base sobre la que se construyen y desarrollan otras habilidades, que es la capacidad de tomar conciencia de las emociones propias y de los demás y que implica: percibir, identificar y etiquetar las emociones propias; dar nombre a las emociones haciendo uso de un vocabulario adecuado respecto a lo que se experimenta lo que concluye en la comprensión de las emociones de los demás y la toma de consciencia de la interacción entre cognición, emoción y conducta; el primer paso para desarrollar las habilidades de regulación emocional es ser consciente de las emociones (Dongil y Cano, 2014).

### **Programas dirigidos a padres y maestros**

En general los programas dirigidos a padres de familia y maestros han mostrado resultados positivos en el desarrollo de los niños, concretamente Robles y Romero (2011) realizaron una revisión de programas de entrenamiento a padres de niños con problemas de conducta; analizaron artículos publicados entre el año 1989 y el 2009 e identificaron que estos programas han demostrado ser efectivos en la disminución de problemas de conducta, dando además otros cambios positivos, algunos de ellos se presentan en las siguientes líneas:

- Mejora la relación entre padres e hijos
- Incremento en las habilidades parentales
- Mejora la comunicación en la familia
- Reducción en conflictos familiares
- Disminución del castigo físico
- Mayor implicación por parte de los padres en la escuela a la que asisten los niños

Por su parte los programas dirigidos a maestros también han demostrado generar cambios positivos, tales como una mayor confianza de parte de los maestros para crear nuevas



actividades y favorecer nuevos aprendizajes, la creación de espacios de aprendizaje y mejoras en el rendimiento académico (Triana y Velásquez, 2014; Arredondo, 2020)

En lo que respecta a la regulación emocional, se han realizado diversos estudios cuyos objetivos van desde identificar los factores que influyen en su desarrollo hasta detectar las correlaciones entre el desarrollo de la regulación emocional y el contexto en el que crecen los niños; en los últimos años diversos psicólogos de distintas áreas han mostrado interés en el estudio del desarrollo de esta, debido a que es la base del funcionamiento de las personas en diferentes contextos (Vargas y Milena, 2013).

Por su parte el psicólogo escolar busca ampliar habilidades académicas y socioemocionales que contribuyan al éxito de los menores, esta intervención es de gran valor para el desarrollo de iniciativas preventivas y de promoción; no interviene únicamente con los niños, sino que enseña estrategias a padres y maestros y cómo utilizarlas en casa y en la escuela (Darling-Hammond, 1997).

En lo que respecta al desarrollo de la regulación emocional los estudios con niños y adolescentes han demostrado que el contexto sociocultural y en especial el entorno familiar son factores clave (Sabatier, Restrepo, Moreno, Hoyos y Palacio, 2017).

Esto se confirma con lo ya mencionado en el apartado sobre el desarrollo de la regulación emocional, en dónde se especifica que los niños aprenden a regular sus emociones en un proceso gradual y continuo que se inicia desde los primeros meses de vida con una dependencia total de sus padres y cuidadores (Sabatier, Restrepo, Moreno, Hoyos y Palacio, 2017) quienes juegan un papel crucial en cómo los niños adquieren habilidades de RE.

Rodríguez (2007: citado por Cuervo, 2010) afirma que la familia elige el estilo de crianza para educar a los menores dependiendo de sus características, su dinámica, los factores contextuales, sus recursos y el apoyo con el que cuentan; los padres son el primer contacto entre el niño y la sociedad a la que pertenece, son ellos quienes les enseñan las normas, los valores y modelos de comportamiento

Caycedo, Gutiérrez, Ascencio, y Delgado (2005) buscaron identificar los factores que influyen en la adquisición de habilidades de regulación emocional y solución de problemas en niños de entre 5 y 6 años de edad, para ello analizaron 4 programas de entrenamiento (PATHS “Promoting Alternative Thinking Strategies” de 1994; SECOND STEP de 1991; DINO DINOSAURIO de 1997 y ICPS “ I Can Problem Solve” de 1992) en los cuales

reconocieron la necesidad de preparar a los padres en estrategias para modelar y moldear habilidades de regulación emocional y solución de problemas en los niños. Además, los autores destacan la importancia de las habilidades de regulación emocional en el desarrollo socio emocional de los menores y debido a las características tan variables de los niños que conforman un grupo, realizan una invitación a realizar programas de promoción y prevención.

Por su parte, Cuervo (2010) realizó una revisión con la finalidad de identificar la relación entre los estilos de crianza y el desarrollo socioafectivo en la infancia así como la importancia del papel de la familia para facilitar el desarrollo de conductas pro sociales y la autorregulación emocional y para la prevención de problemas de salud mental en la infancia como depresión, agresividad, baja autoestima y ansiedad, donde es posible apreciar que la sensibilidad de los padres y cuidadores es transcendental para facilitar la autorregulación emocional y para generar conductas pro sociales en la infancia.

Pese a que el papel de los padres se reconoce como un factor fundamental en la creación de programas que tienen como fin el desarrollo de la RE, Ballen y Sandoval (2012) identificaron que para los padres de niños en edad preescolar, no es importante centrarse en el desarrollo emocional de sus hijos ya que los consideran “muy pequeños” y prefieren centrarse entonces en el cuidado de otros comportamientos; los autores realizaron un programa de regulación emocional en niños dirigida a padres mediante un folleto impreso y sesiones presenciales en los que de forma sencilla y paso a paso se desarrolló: qué es la autorregulación emocional, qué son las estrategias de autorregulación emocional y la importancia de la educación emocional en la familia.

Por su parte, Morris et al. (2022, citado por Thümmeler, y Bartz, 2022) crearon el modelo tripartito, que se centra en los procesos familiares con respecto al desarrollo de la regulación emocional de los niños mediante ciertos mecanismos que considera los más significativos, estos son: primero, las prácticas de crianza relacionadas con las emociones, es decir, como responden los padres ante las reacciones positivas o negativas de sus hijos; segundo, el clima emocional que se ha creado dentro de la familia y el estilo de crianza que aplican los padres; tercero, la forma en la que los padres regulan las emociones de sus hijos a partir de su propia experiencia regulando sus emociones; finalmente, el aprendizaje por observación, ya que los padres son modelos a seguir para los niños quienes observan como sus papás expresan y se comportan al experimentar sus emociones.

Por otro lado, Ríos (2011) afirma que además de los padres, los maestros también son guías para que los niños en edad preescolar aprendan a expresar sus emociones con la finalidad de reconocerlas e ir las regulando paulatinamente, por lo que propone la implementación de talleres en los que participen padres de familia, docentes y niños con el fin de resolver los problemas asociados a la falta de regulación emocional y su impacto en el aula y en el hogar.

Así pues, Merino (2017) propone promover la educación emocional con padres y maestros en la escuela desarrollando además de la RE, la conciencia emocional y la autonomía emocional, para tal fin, el autor desarrolló 28 actividades que están pensadas para ser llevadas a cabo a través de una metodología activa en el aula.

En cuanto a la situación actual de nuestro País por la contingencia por la COVID-19, la Secretaría de Educación Pública (SEP) en coordinación con el Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE) publicaron en el año 2021 la “guía de actividades de desarrollo socioemocional para el contexto escolar” en la cual presentan diversas herramientas que les permiten a los maestros acompañar a sus alumnos y alumnas; se proponen actividades diarias para trabajar con los niños en conjunto con sus familias y se centra en el fortalecimiento de habilidades como el autocuidado y soporte emocional, dentro del cual se llevan a cabo acciones concretas para la regulación y gestión emocional.

Es posible observar la importancia de enseñar herramientas a padres y maestros para enseñar a sus hijos y alumnos a gestionar sus emociones y conducta; en el presente proyecto se utilizaron algunas técnicas de modificación conductual, las cuales se especifican a continuación.

### **Técnicas de modificación conductual**

Las técnicas de modificación conductual han demostrado ser eficaces a lo largo del tiempo como estrategias científicas de intervención, su base teórica se asienta en la psicología del aprendizaje donde destacan el enfoque conductista y el cognoscitivista, estas técnicas son útiles para promover conductas nuevas que aún no forman parte del repertorio conductual

del niño, así mismo, permite incrementar conductas deseables y reducir las indeseables (Granado, 2002).

En el ámbito de la psicología educativa, la modificación de la conducta demostró una amplia gama de posibilidades en el tratamiento de diversos problemas mediante la intervención con los niños, sus padres y sus maestros (Barraca, 2014).

Además, Mohamad (2018) menciona que las técnicas funcionan en cualquier situación y en comparación con otros tipos de estrategias, una de sus principales ventajas es que se pueden enseñar y aprender en un tiempo relativamente corto, así mismo, son sencillas y fáciles de entender y aprender para padres y maestros.

Las técnicas de modificación conductual más efectivas para la promoción de la regulación emocional son el modelamiento, la instrucción directa, el reforzamiento y la retroalimentación; Monjas (2002) afirma que es a través de estas cuatro técnicas que se desarrolla la regulación emocional de la siguiente manera:

- 1) Por observación, como resultado de la exposición a modelos significativos
- 2) A través de interacciones lingüísticas en forma de instrucciones
- 3) Por experiencia directa, en función de las consecuencias reforzantes o aversivas
- 4) Y por retroalimentación (feedback) interpersonal, en donde alguno de los individuos involucrados brinda información al otro sobre su comportamiento.

La retroalimentación positiva también puede ser considerada como un reforzador (social) mientras que la negativa brinda información al niño sobre su comportamiento con la finalidad de que realice ajustes en el comportamiento.

Estas técnicas se describen a continuación:

### ***Modelamiento***

El modelamiento (también llamado aprendizaje observacional, imitación o aprendizaje vicario) plantea que muchas conductas se aprenden por imitación de modelos, observando lo que otros hacen o dicen (Bandura, 1987, citado por Olivares y Méndez, 2014). Consiste en utilizar un modelo que ejecute conductas verbales y motoras exactas que se esperan del niño, mientras éste observa y escucha; este modelaje puede ser en vivo o por medio de

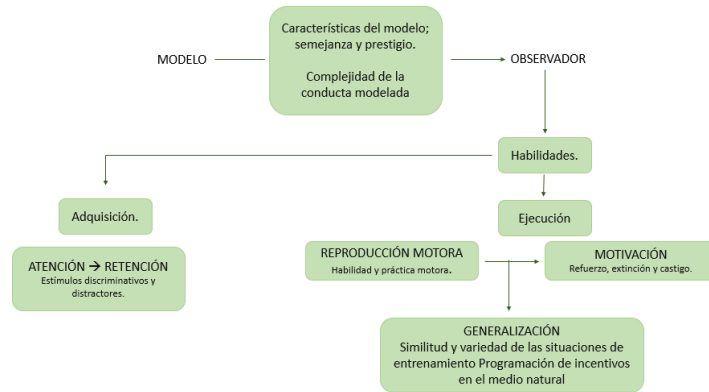
filmaciones (modelaje simbólico) pero el modelo debe ser una persona o personaje significativo para el menor (Gimeno, 2006).

El procedimiento general de esta técnica consiste en que el sujeto imite la conducta a fin de adquirir nuevos patrones de respuesta, fortalecer o debilitar respuestas o facilitar la ejecución de respuestas ya existentes en su repertorio conductual (Olivares y Méndez, 2014). El niño debe copiar la conducta que presenta el modelo inmediatamente o tras un intervalo de tiempo muy breve (Albert, 2017).

Al observar no solo a una persona, sino, las consecuencias que recibe, un individuo puede aprender una conducta que no sabía hacer, aumentar una conducta que ya estaba en su repertorio o desinhibir una conducta que había sido previamente castigada (Bados y García 2011, Olivares y Méndez, 2014) .

Arancibia, Herrera y Strasser (2008) afirman que para utilizar la técnica del modelamiento se deben tener en cuenta las siguientes consideraciones:

- El modelo debe ser alguien significativo para el niño.
- La complejidad de la conducta debe ser apta para el niño.
- El niño debe prestar atención y observar al modelo, la exposición del sujeto a un modelo por sí sola no es suficiente, es necesario que el observador atienda y perciba los aspectos relevantes de la conducta del modelo y/o de la situación de modelado.
- El niño debe memorizar la conducta, ya que una vez observada la conducta, el niño debe ser capaz de reproducirla sin la presencia continua del modelo.
- El niño debe replicar la conducta, cuando no es posible por resultar demasiado compleja para el niño, entonces se le puede dar retroalimentación para que tenga la oportunidad de practicar para su correcta ejecución.



Nota: Fuente: Olivares y Méndez (2014)

Por su parte Bados y García (2011) afirman que también se debe:

- Utilizar más de un modelo
- Las situaciones modeladas deben de ser lo más realistas posibles
- El modelado puede combinarse con instrucciones
- Otorgar algún reforzador cuando la conducta se lleve a cabo
- Se debe desvanecer el modelamiento para que la conducta pase a ser controlada por estímulos naturales que no sean el modelo

### ***Instrucción directa***

Consiste en el empleo del lenguaje oral o escrito con la finalidad de modificar la conducta, se describe lo que se debe realizar paso a paso mediante instrucciones claras y precisas que proporcionen información suficiente al menor para que ejecute la conducta esperada (Barraca, 2014).

Además, Bados y García (2011) afirman que éstas no solo describen de forma verbal o escrita la conducta a realizar, sino que, incluyen explícita o implícitamente las consecuencias que seguirán; se emplean para dar pautas sobre las conductas a realizar (por ejemplo cómo iniciar, mantener y concluir una conversación) y los efectos conseguidos mediante este procedimiento son temporales a menos que se apoyen con técnicas como el reforzamiento.

Los pasos para emplear la técnica son los siguientes (Rosenshine, 2015):

- La persona a quien van dirigidas las instrucciones debe prestar atención a quien las brinda
- Las instrucciones deben ser sencillas, claras y breves
- Las instrucciones deben especificar la conducta que el niño debe realizar
- Las instrucciones complejas deben ser descompuestas en pasos sencillos
- Las instrucciones se deben descomponer en pasos graduales de los más sencillos a los más complejos
- No deben darse distintas instrucciones para ser cumplidas simultáneamente
- Cuando se ha adquirido la conducta deben eliminarse gradualmente las instrucciones

### **Reforzamiento**

El reforzamiento se refiere a la entrega de una consecuencia inmediata que aumenta la probabilidad de que una conducta ocurra de nuevo después de que ya ha ocurrido (Vijayalakshmi, 2019). Existen los reforzadores negativos y los reforzadores positivos, estos últimos se emplearon en el presente programa y se describen a continuación.

El reforzamiento positivo, también llamado aprendizaje por recompensas está asociado a emociones gratificantes, suele identificarse con lo que comúnmente llamamos “recompensa o premio” (Barraca, 2014). Es un estímulo que sigue a una respuesta de modo inmediato, aumentando la probabilidad de emisión de dicha respuesta o el mantenimiento de la misma (Rodríguez y Párraga, 1991).

Bados y García (2011) Afirman que se han distinguido diversos tipos de reforzadores positivos, entre los cuales se pueden mencionar:

- Reforzadores primarios o condicionados: son aquellos que no requieren experiencia previa de aprendizaje para funcionar como recompensas, como la comida o las bebidas.
- Reforzadores secundarios o condicionados: son los que funcionan como reforzadores mediante la asociación con otros reforzadores primarios, secundarios o mediante la asociación con la retirada de estímulos aversivos.

- Reforzadores generalizados: son reforzadores condicionados asociados con diferentes reforzadores primarios o secundarios, como el dinero.
- Reforzadores naturales: son empleados habitualmente en el medio de la persona para reforzar la conducta en cuestión, por ejemplo, premiar la conducta de estudio con buenas calificaciones.
- Reforzadores artificiales: son los que normalmente no se emplean en el medio de la persona para premiarlo, por ejemplo, premiar la conducta de estudio con salidas al parque.
- Reforzadores materiales: en este grupo se encuentra los alimentos, las bebidas, los juguetes y algunos reforzadores generalizados como el dinero o fichas que pueden canjearse por otras cosas.
- Reforzadores sociales: en este grupo se encuentran la atención, los elogios y la aprobación. Pueden distinguirse las expresiones orales de aprobación como:

¡Buen trabajo!

¡Genial!

¡Lo hiciste muy bien!

¡Estoy muy orgulloso de ti!

Rodríguez y Párraga (1991) reconocen que para utilizar esta técnica se debe:

- Establecer un criterio previo definiendo la conducta que será seguida del reforzador
- Individualizar los reforzadores, lo que para un individuo puede ser una recompensa para otra persona puede carecer de valor, es decir, una misma consecuencia puede producir efectos diferentes en dos sujetos.
- Proporcionar el reforzador únicamente cuando sucede el comportamiento esperado, ya que de lo contrario pierde valor para el individuo.

Por su parte Barraca (2014) incluye:

- Informar a la persona de la contingencia  
Situación → Conducta → Reforzador
- Entregar el reforzador siempre que el niño lo haya ganado
- Cuando se entregue el reforzador mencionar el comportamiento adecuado
- Utilizar el reforzamiento de forma continua siempre que se dé la conducta, pero utilizarlo de forma intermitente cuando se quiera mantener el comportamiento



- No se deben añadir comentarios negativos junto con los reforzadores positivos

### ***Retroalimentación***

La retroalimentación consiste en proporcionar información al niño acerca de su comportamiento, especificado lo que hizo de manera correcta y lo que no en relación a lo que se espera de él, esta técnica tiene como rasgo distintivo que la información proporcionada debe tener un efecto en la distancia entre lo que se realizó y la conducta esperada (Ramaprasad, 1983, citado por: Fóster, 2017) específicamente reduciendo esa distancia.

Ramsden (2003) afirma que la retroalimentación juega un papel relevante en el proceso de aprendizaje, ya que los niños aprenden más rápido cuando tiene una idea clara de lo que están haciendo, cómo lo están haciendo y lo que necesitan para mejorar esto, lo que incrementa la probabilidad de aprender de manera efectiva.

Además, la retroalimentación debe ser comprensible, oportuna y orientar al niño a la acción (Fóster, 2017), por su parte, Moreno y Martin (2011) afirman que lo más conveniente es comenzar la retroalimentación positiva para posteriormente comentar los aspectos mejorables.

Los pasos para emplear la retroalimentación según Muñoz, Crespi y Angrehs (2011) son:

- Identificar la conducta que se espera que el niño lleve a cabo
- Ser específicos con la meta que se espera y comunicársela al niño
- Reconocer algo positivo de la acción o comportamiento que llevo a cabo
- Reconocer algo a mejorar de la acción o comportamiento
- Proporcionarse inmediatamente después de observar el comportamiento
- Comenzar brindando los aspectos positivos
- La retroalimentación debe ser clara, concreta y aplicable

Debido al éxito que han mostrado estas técnicas en la modificación de conductas, se han introducido en diferentes programas aplicados en hospitales, instituciones que trabajan con poblaciones específicas y en la escuela, actualmente estas técnicas también se han aplicado a un rango muy amplio de áreas relacionadas con la paternidad y la crianza de los

niños; el entrenamiento con padres consiste en enseñarles a utilizar diferentes técnicas como el modelamiento, el reforzamiento positivo o el tiempo fuera para incrementar conductas deseadas y disminuir las indeseadas, por lo que es recomendable poner en práctica lo aprendido tanto en casa como en la escuela para modificar el comportamiento de los niños (Kazdin, 2000).

### **Educación en línea (e-Learning) y educación híbrida (b-Learning)**

El término “Educación en línea” se refiere a la educación a distancia que es mediada por las nuevas tecnologías de la información (computadora, impresora, teléfonos, tabletas, etc.) y de la comunicación (radio, televisión, telefonía convencional) las cuales se perciben no solo como un instrumento, sino, como un apoyo a la generación de un nuevo espacio social y educativo (Echeverría, 2011).

Por otro lado, el uso de la educación en línea se ha integrado y equilibrado con los métodos presenciales dando como resultado el “aprendizaje semipresencial/combinado” o la educación híbrida; modelo comúnmente conocido como “aprendizaje híbrido” y que tiene como objetivos principales: la creación de una escuela que puede acercarse a cada individuo y apoyar en su aprendizaje; continuar comprometidos con la innovación y finalmente la incorporación de padres como apoyo para la tarea educativa (Osorio, 2012).

Este modelo de aprendizaje, reconoce 6 canales principales mediante los que se imparte la educación, estos son: “rotación de estación”, los alumnos permanecen en un aula en las que se establecen “estaciones” que incluyen actividades en línea, colaborativas o clases con un maestro, los niños y niñas van rotando; “rotación de laboratorios” es idéntico al ya mencionado, pero se realiza en un laboratorio de cómputo; “aula invertida” donde el menor aprende conceptos nuevos en casa mediante material (lecturas, videos, ejercicios) y aplica su conocimiento realizando proyectos bajo la supervisión de un instructor; “Flexible” los docentes proveen apoyo e instrucciones a los alumnos en un horario flexible y bajo la demanda de los niños y niñas; “a la carta” el alumno autorregula su carga de trabajo en línea y presencial (Fuerte, 2017).

El aprendizaje híbrido ha sido previamente empleado con diversos estudiantes, dando como resultado el incremento en el desarrollo del aprendizaje y un alto grado de satisfacción

en el alumnado con la metodología observándose una mayor participación activa en el proceso enseñanza-aprendizaje, en consecuencia ha demostrado ventajas tales como el acercamiento de personas interesadas en un tema con expertos de grandes ciudades e instituciones educativas, la distribución de material de calidad y el incremento en el nivel de las estrategias de aprendizaje activo, cara a cara y centradas en el estudiante (González, 2020).

### **Planteamiento del problema**

Durante el primer trimestre del año 2020 el mundo comenzó su tránsito por una pandemia por el coronavirus SARS-COV2, motivo por el cual en cuestión de días llevó a líderes en diversas áreas en nuestro país a tomar medidas drásticas como la restricción del tráfico comercial en la frontera, la cancelación de eventos masivos, el aislamiento voluntario y por consiguiente la suspensión de clases en todos los niveles.

Ante estos cambios tan repentinos los menores permanecieron por un largo periodo en sus hogares encargándose de sus labores escolares apoyados por la campaña “Aprende en Casa” elaborada diseñada y dirigida por la Secretaría de Educación Pública que también solicitó que se continuara con el plan educativo en línea; los docentes utilizaron aquellos recursos digitales con los cuales tenían contacto previo como WhatsApp, Facebook, Twitter, etc. y aquellos con los que tenían un acceso mucho menos directo como Google Classroom, Zoom, etc.

Haciendo uso de los medios ya mencionados, algunas instituciones no solo se centraron en el aprendizaje de historia, matemáticas u otras materias escolares, también hicieron énfasis en las modificaciones a nivel social por la pandemia, como el confinamiento obligatorio que generó cambios emocionales en todos los integrantes de la familia, incluidos los pequeños menores de 6 años (UNICEF, 2021).

La directora del departamento de Pedagogía en Educación Diferencial Advance de la Universidad de San Sebastián, Carol Hewstone, aseveró que era necesario estar al tanto de las emociones de los niños y cuidar de ellas pues se encontraban expuestos a toda la

información sobre la pandemia, además de ello, observaban a sus padres, quienes podían mostrarse preocupados ante la idea de contraer el virus, por sus familiares ya contagiados o porque se encontraban luchando contra la enfermedad, aunado al estrés y el cansancio laboral (Universidad San Sebastián, 2020). Por su parte Arroyo, García y Miranda (2020) afirman que ante la pandemia los niños se encontraban experimentando emociones intensas similares a las de los adultos como irritabilidad e ira.

La Universidad San Sebastián (2020) realizó una cordial invitación a los padres a que enseñaran a los niños a identificar lo que sienten y lo que sienten los demás, que hablaran con ellos de sus propias emociones, que fueran congruentes con su lenguaje verbal y no verbal y finalmente que utilizaran material didáctico como cuentos para ayudar a los pequeños a identificar sus emociones. En esta difícil situación es relevante que los padres y cuidadores sean modelos para que los niños aprendan a identificar y regular sus emociones (Arroyo, García y Miranda, 2020).

Ante lo ya mencionado, otras instituciones como el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia UNICEF (2021) recomendaban que los padres y/o cuidadores mantuvieran charlas con los pequeños y con el uso de palabras sencillas les explicaran las medidas elegidas para cuidar de su salud y los tranquilizaran respecto a su seguridad y la de sus seres queridos, además de apoyar el desarrollo de la regulación emocional validando sus sentimientos y animándolos a participar en actividades como el ejercicio físico, la respiración profunda y actividades de atención plena o meditación para ayudarlos a manejar sus reacciones.

Así mismo, la Organización Mundial de la Salud OMS (2020) realizó un cuento para niños en el que se les explica de forma clara y sencilla qué es el coronavirus y su efecto en las personas con la finalidad de apoyar a los padres en la tarea de ayudar a los niños a identificar lo que sienten ante tal situación y posteriormente regularlo.

Cabe mencionar que la necesidad de promover diferentes estrategias, para enseñar a los niños preescolares a identificar y regular sus emociones, no es propia del periodo de confinamiento por la pandemia, pero si resaltó la oportunidad de trabajar con sus maestros y padres o cuidadores haciendo uso de las nuevas tecnologías de la información y de la comunicación.

Así mismo, en el programa en línea: autorregulación en niños preescolares que formó parte de las prácticas de la sede Desarrollo Integral de Niños Preescolares (del Programa de Residencia en Psicología Escolar de la Maestría en Psicología UNAM) en el periodo comprendido entre el año 2020 y 2022, los padres de familia expresaron la fuerte necesidad de formar parte de un programa en el cual pudieran aprender únicamente estrategias de regulación emocional, dado que identificaron la falta del uso de estrategias por parte de sus hijos para gestionar sus emociones y observaron que los niños tendían a imitar el comportamiento que ellos mostraban al experimentar una emoción intensa.

Por todo lo anterior, surge la necesidad de crear un programa híbrido dirigido a padres y maestros de niños preescolares con la finalidad de promover estrategias de regulación emocional, la metodología de dicho programa (pequEmoción) se muestran en el siguiente apartado.

## MÉTODO

### (Padres)

#### Objetivos

##### ***Objetivo general***

Evaluar el efecto de un programa para padres sobre el uso de técnicas de modificación conductual para promover estrategias de regulación emocional con niños preescolares.

##### ***Objetivos específicos***

Que los padres:

- a) Reconozcan qué es la regulación emocional y cómo se desarrolla en niños preescolares.
- b) Reconozcan las técnicas de modificación conductual para promover las estrategias de regulación emocional, su importancia y cómo se llevan a cabo.
- c) Utilicen las técnicas de modificación conductual para promover una estrategia de identificación emocional con sus hijos.
- d) Utilicen las técnicas de modificación conductual para promover las estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional.
- e) Utilicen las técnicas de modificación conductual para promover las estrategias centradas en el estado emocional.

Que los niños:

- a) Utilicen estrategias de regulación emocional con apoyo de sus padres.

#### Variables

##### ***Variable independiente. Programa para padres***

###### **Definición conceptual**

Un programa híbrido acerca de cuatro técnicas de modificación conductual para la promoción de estrategias de regulación emocional con niños preescolares dirigido a padres, que se realizó mediante un escenario online (donde el material se colocó en un espacio

virtual para ser consultado el día y horario deseado) y un escenario donde se interactuó cara a cara.

### **Definición operacional**

Un programa de 9 sesiones de las cuales 4 se realizaron cara a cara en un espacio virtual (zoom) y 5 se llevaron a cabo mediante la red social “Facebook”, donde se agregó el contenido de la sesión los días lunes para que los padres lo consultaran en el momento y horario que desearan. En dichas sesiones los padres identificaron los conceptos teóricos de la regulación emocional y de las técnicas de modificación conductual para a través de su uso promover las estrategias de regulación emocional. Dado que el diseño elegido fue “cambio de criterio” se contemplaron 3 sesiones extras para reforzar el contenido que fuese necesario en caso de no cumplirse el objetivo.

### ***Variable dependiente (Padres). Técnicas de modificación conductual***

#### **Definición conceptual**

Conjunto de procedimientos que han demostrado ser eficaces a lo largo del tiempo como herramientas científicas de intervención, estas técnicas son útiles para promover conductas nuevas que aún no forman parte del repertorio conductual del niño, así mismo, permite incrementar conductas deseables y reducir las indeseables (Granado, 2002).

*Modelamiento.* Consiste en utilizar un modelo que ejecute conductas verbales y motoras exactas que se esperan del niño, mientras éste observa y escucha; este modelaje puede ser en vivo o por medio de filmaciones (modelaje simbólico) y el modelo debe ser una persona significativa para él. Quien observa debe copiar la conducta que presenta el modelo inmediatamente o tras un intervalo de tiempo muy breve (Albert, 2017).

*Instrucción directa.* Consiste en el empleo del lenguaje oral o escrito con la finalidad de dirigir la conducta, (aumentarla, mantenerla, reducirla o eliminarla). Las instrucciones describen la conducta a realizar paso a paso (Bados y García, 2011).

*Reforzamiento.* Consiste en la entrega de algún estímulo que sigue a una respuesta de modo inmediato, aumentando así la probabilidad de emisión de dicha respuesta o el mantenimiento de la misma” (Rodríguez y Párraga, 1991).

*Retroalimentación.* Consiste en proporcionar información al niño acerca de su comportamiento, especificando lo que hizo de manera correcta y lo que no en relación a lo que se espera de él (Ramaprasad, 1983, citado por, Fóster, 2017).

### **Definición operacional**

Porcentaje obtenido mediante la lista de cotejo “Estrategias de regulación emocional para padres (ERE-P)”

### ***Variable dependiente (Niños). Estrategias de Regulación Emocional***

#### **Definición conceptual**

Serie de conductas que promueven que la experiencia emocional se ajuste a metas (Peñañiel y Serrano, 2010), logrando iniciar, controlar, modular o inhibir emociones que se perciben como contextualmente inapropiadas o esperadas (Yerro, 2015).

#### **Definición operacional**

Porcentaje obtenido mediante la “Lista de cotejo de regulación emocional de los niños dirigida a los padres”.

### **Participantes**

Se trabajó con los padres de 5 niños (4 niñas y 1 niño) en edad preescolar, pertenecientes a un preescolar ubicado en el Estado de México. Se eligieron a través de un muestreo no probabilístico intencional. En la tabla 1 se muestran los datos generales de los participantes.

**Tabla 1**

*Datos demográficos de los participantes del programa para padres*

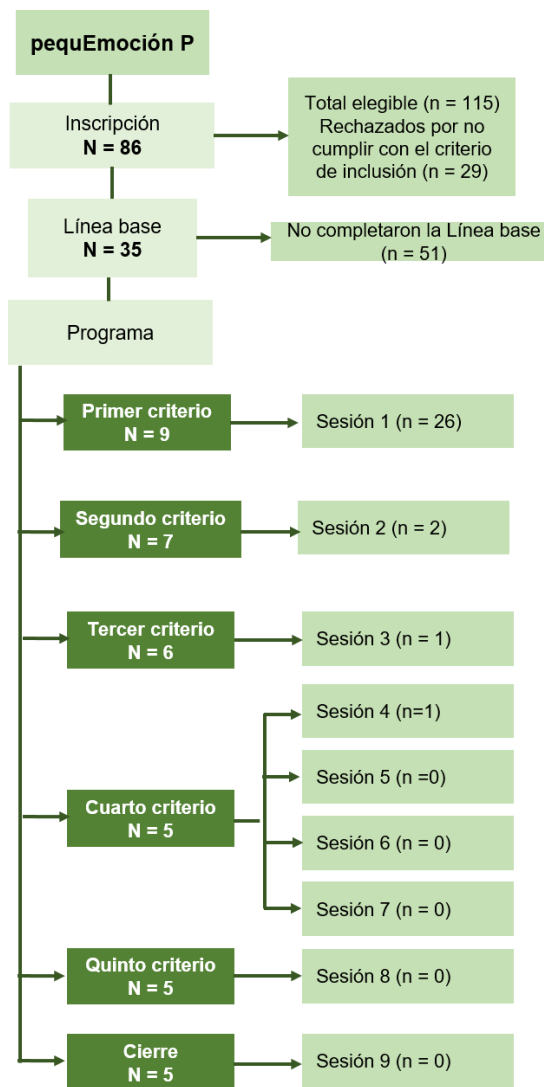
| <b>Padre</b> | <b>Sexo del padre</b> | <b>Edad del padre</b> | <b>Sexo del niño</b> | <b>Edad del niño (meses)</b> | <b>Media de edad de los niños</b> |
|--------------|-----------------------|-----------------------|----------------------|------------------------------|-----------------------------------|
| <b>1</b>     | Masculino             | 24                    | Masculino            | 63                           | 4 años 3 meses                    |
| <b>2</b>     | Femenino              | 32                    | Femenino             | 48                           |                                   |



|          |           |    |          |    |   |
|----------|-----------|----|----------|----|---|
| <b>3</b> | Femenino  | 23 | Femenino | 60 | <b>Media de edad de los padres</b><br><br>25 años |
| <b>4</b> | Femenino  | 22 | Femenino | 48 |   |
| <b>5</b> | Masculino | 24 | Femenino | 50 |   |

**Figura 6**

*Flujo de participantes por etapa del programa pequEmoción dirigido a padres*



## Diseño

*Diseño (Intra serie) de cambio de criterio (Núñez, 2020).*

El experimentador cambia sucesivamente el criterio para la obtención de la conducta en pasos graduados y sus fases son:

### **A1 – B1 – B2 – B3- B4- B5**

**A1 Línea base:** se registró la ocurrencia de la conducta a estudiar; esta fase tuvo como objetivo una función descriptiva (describe el nivel de existencia del comportamiento) y una función predictiva, estos datos fueron la base para predecir el nivel del comportamiento a corto plazo si no se proporcionaba la intervención.

Se utilizó la lista de cotejo ERE-P para medir el uso técnicas de modificación conductual para promover estrategias de regulación emocional con niños preescolares; se resolvió en 3 momentos distintos de la semana.

**(B1, B2, B3, B4 y B5) Fases sucesivas:** se introdujo el tratamiento en función del nivel de ejecución del sujeto en la fase anterior. Una vez alcanzado el criterio en una fase, se administró de nuevo el tratamiento y se estableció un nuevo criterio. En la siguiente tabla se muestran los 5 criterios determinados con los padres.

**Tabla 2**

*Criterios del programa dirigido a padres*

| <i>Programa para padres</i> |   |                      |
|-----------------------------|---|----------------------|
|                             | <b>Criterio</b>   | <b>No. Sesiones</b>  |
| <b>B1</b>                   | Los padres identificarán las características de la regulación emocional del niño preescolar.  | Sesión 1             |
| <b>B2</b>                   | Los padres reconocerán las características y pasos de las técnicas de modificación conductual.  | Sesión 2             |
| <b>B3</b>                   | Los padres emplearán por lo menos el 80% de los pasos de una técnica de modificación conductual para promover una estrategia de identificación emocional. | Sesión 3             |
| <b>B4</b>                   | El 80% de los padres emplearán mínimo el 80% de los pasos de por lo menos dos técnicas de modificación conductual para promover el uso de                 | Sesión 4<br>Sesión 5 |

|           |  |                      |
|-----------|--|----------------------|
|           | por lo menos dos de las cuatro estrategias de regulación emocional centradas en la modificación de los antecedentes por lo menos una vez cada una durante el programa.   | Sesión 6<br>Sesión 7 |
| <b>B5</b> | Los padres emplearán mínimo el 80% de los pasos de dos técnicas de modificación conductual para promover el uso de la estrategia de regulación emocional centrada en el estado emocional por lo menos una vez durante el programa. | Sesión 8             |

## Escenarios

Dado que se trabajó mediante un modelo híbrido, se hizo uso de dos escenarios; para el trabajo cara a cara, presencial o sincrónico se hizo uso de la aplicación “zoom” en sesiones de entre 60 y 90 minutos de duración. Este servicio es conocido principalmente por su sistema de video llamadas y reuniones virtuales disponible para computadoras, teléfonos inteligentes y tabletas (Zoom solutions, s.f.).

Para el trabajo asincrónico u online se utilizó la red social “Facebook”, la cual permite crear grupos de personas con intereses en común y compartir material tal como fotos, videos, enlaces, etc. e intercambiar opiniones respecto a ello (tu manual de Facebook, s.f.).

## Materiales

- *Programa para padres “pequEmoción”*. Los temas, objetivos y evaluación de cada sesión se puede observar en la carta descriptiva general (ver en Anexo 1)
- *Videos*. Se realizó un video de “bienvenida”, un video tutorial para enseñar a los padres a utilizar Facebook y Zoom, y un video descriptivo por sesión (asincrónica) en el cual se incluyó la información teórica de la sesión y las instrucciones para llevar a cabo la estrategia con los niños, este último se acompañó de una video historieta para ejemplificar el uso de las técnicas de modificación conductual para promover la regulación emocional en casa.
- *Folleto e infografías*. Se les brindo un folleto o infografía por sesión con la información de la semana sintetizada con la finalidad de tenerlo a la mano si se les presentaba alguna duda durante la práctica en casa (Ver anexo 2).


- *Cuentos*. En la tercera sesión se utilizaron cuentos para promover en el niño la identificación de sus emociones, estos se les proporcionaron a los padres en formato PDF.
- *Invitaciones*. Se les envió a los padres una invitación de manera grupal para asistir a las sesiones sincrónicas (zoom) una semana antes de la reunión (Ver anexo 3).
- *Consentimiento informado*. Se les brindó un consentimiento informado acerca del manejo de sus datos personales, en el que además se les solicitó su consentimiento para llevar a cabo grabaciones de las sesiones sincrónicas (vía zoom) (Ver anexo 4).
- *Cartel promocional e invitaciones para captación participantes*. Se le envió una invitación a la directora para compartirla con los padres y que de esta manera pudieran asistir a la sesión informativa, así mismo, se realizó un cartel promocional para quienes no pudieron asistir a dicha sesión informativa donde se les brindó la información sintetizada invitándolos a participar al programa.

## **Instrumentos**

- Lista de cotejo “Estrategias de regulación emocional para padres (ERE-P)” la cual estaba conformada por seis situaciones hipotéticas con condiciones similares, que los padres debían responder en tres momentos distintos de la semana, cada situación tenía ocho opciones de respuesta en las cuales los padres debían responder cómo es que sus hijos actuarían y cómo lo harían ellos (Ver anexo 5).
- Lista de cotejo por sesión practica en la cual los padres debían reportar el número de pasos empleados de cada técnica de modificación conductual empleada para promover las estrategias de regulación emocional en los niños (Ver anexo 6).
- Cuestionario de 5 preguntas de opción múltiple para evaluar el conocimiento teórico de los padres (sesión 1 “Qué es la regulación emocional”; sesión 2 “Técnicas para promover la estrategias de regulación emocional”; sesión 3 “Estrategias de identificación emocional”; sesión 4 “Estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional” y sesión 9 “Estrategias centradas en el estado emocional”) (Ver anexo 7).

- Ficha de datos generales, en la que se recabaron los datos personales necesarios para el registro de información e inscripción al programa, entre los datos solicitados están la edad, grado y grupo del niño, entre otros.
- Lista de cotejo de regulación emocional de los niños dirigida a los padres, en la que los padres reportaron las estrategias que los niños empleaban de manera autónoma previa al programa, por ejemplo, estrategias de identificación emocional.
- Cuestionario de evaluación del taller, en el cual los padres calificaron el material del programa, las plataformas empleadas y servicio brindado por parte de la psicóloga.

## PROCEDIMIENTO



### Captación de participantes

#### \*Captación de participantes\*

Se realizó una plática informativa con la supervisora de zona y las directoras de tres escuelas ubicadas en el Estado de México, se les expusieron 3 programas entre los que se incluía “pequEmoción”, al finalizar se les envió el link de un formulario en el que debían elegir únicamente uno de los tres programas expuestos de la sede “Desarrollo integral de niños preescolares”, posteriormente se planeó una plática vía zoom con los padres de la escuela que eligió “pequEmoción” y para quienes no asistieron se envió una invitación con la misma información expuesta (tema del programa, duración, estructura de una sesión típica, etc.)



### Línea Base

#### \*Línea Base\*

Se realizó la evaluación de las técnicas de modificación conductual que utilizan los padres con sus hijos en edad preescolar para promover las estrategias de regulación emocional mediante la lista de cotejo ERE-P, la cual se resolvió en tres momentos distintos de la semana mediante 3 formularios de Google.

Asimismo, respondieron una ficha de datos generales, y una lista de cotejo de regulación emocional de los niños dirigida a los padres. También aceptaron el

consentimiento informado y al finalizar se les envió el link del grupo de Facebook para ingresar al programa.



#### \*Intervención\*

Se realizaron 9 sesiones de las cuales 4 se llevaron a cabo de manera sincrónica por medio de la plataforma zoom y 5 de manera asincrónica que se habilitaron los días lunes en la red social Facebook, esta red social se empleó de la siguiente manera:

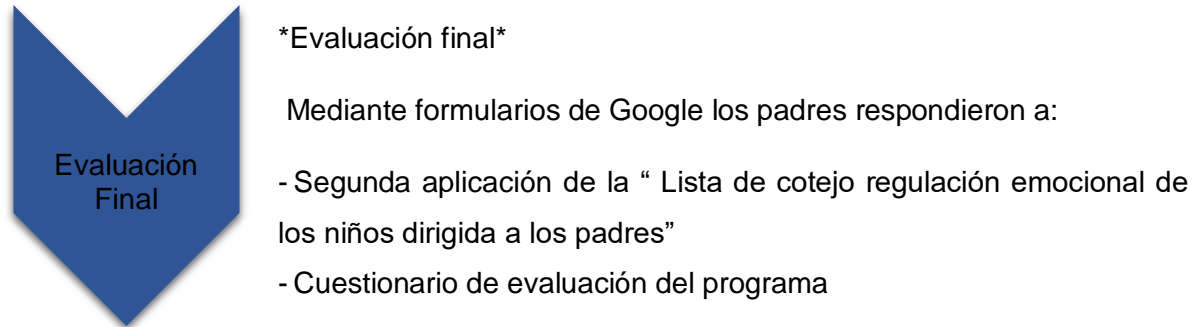
- Se creó un grupo privado donde se publicó el material correspondiente a la sesión.
- Para acceder al grupo privado los padres debían responder dos preguntas (¿Cuál es su nombre? y ¿Cuál es el nombre de su hijo(a)?)
- Las publicaciones fueron controladas por la investigadora, de ser “adecuadas” se autorizaban, por el contrario, si el contenido era considerado “poco adecuado” o “grosero” para el grupo o para algún participante, o simplemente no tenía relación con el contenido del programa, entonces no fue autorizado y se retroalimentaba de manera personal.
- Cuando se requería en la sesión, se utilizaron publicaciones sobre las cuales los padres podían compartir sus experiencias y dudas. Al responder de manera pública el resto de los participantes podían conocer su identidad (esto se puntualizó en el consentimiento informado recalcando que al responder aceptaban que el resto del grupo podía observar su nombre, foto de perfil y el resto de su red social) y se les especificó que como alternativa tenían la oportunidad de utilizar la opción de responder de manera privada mediante un mensaje directo a la investigadora.

La organización de las 9 sesiones se desglosa a continuación:

- ❖ Sesión 1 (sincrónica) “¿Qué es la regulación emocional?”
- ❖ Sesión 2 (sincrónica) técnicas de modificación conductual para promover las estrategias de regulación emocional
- ❖ Sesión 3 (asincrónica) “Estrategias de identificación emocional”; sesiones 4, 5, 6 y 7 (asincrónicas) “estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional”
- ❖ Sesión 8 (sincrónica) “estrategias centradas en el estado emocional”.

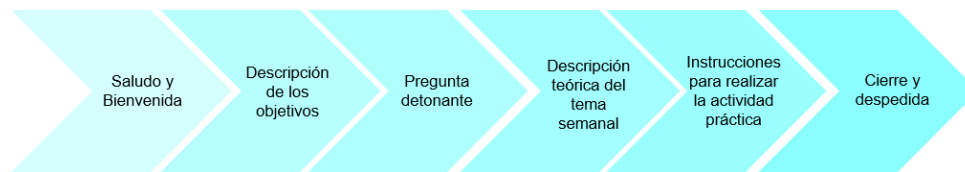
❖ Sesión 9 (sincrónica) Cierre del programa

En la figura 7 se observa la estructura típica de una sesión asincrónica y en el anexo 8 se muestra una carta descriptiva de una sesión sincrónica del programa.



**Figura 7**

*Estructura de una sesión típica del programa para padres*



## **RESULTADOS**

### **(Padres)**

Los resultados se presentan en el siguiente orden:

- I. Resultados generales sobre el uso de técnicas de modificación conductual por parte de los padres presentados por técnica
- II. Resultados alcanzados por los padres por criterio; B1, B2, B3, B4 y B5
- III. Número de ocasiones que los padres promovieron la estrategia de regulación emocional mediante técnicas de modificación conductual durante la semana de práctica
- IV. Comentarios de los padres sobre el uso de técnicas y estrategias de regulación emocional
- V. Resultados de dos aplicaciones del instrumento de evaluación sobre el uso de estrategias de regulación emocional por parte de los niños dirigido a padres
- VI. Resultados obtenidos en el cuestionario de evaluación del programa
- VII. Análisis estadístico

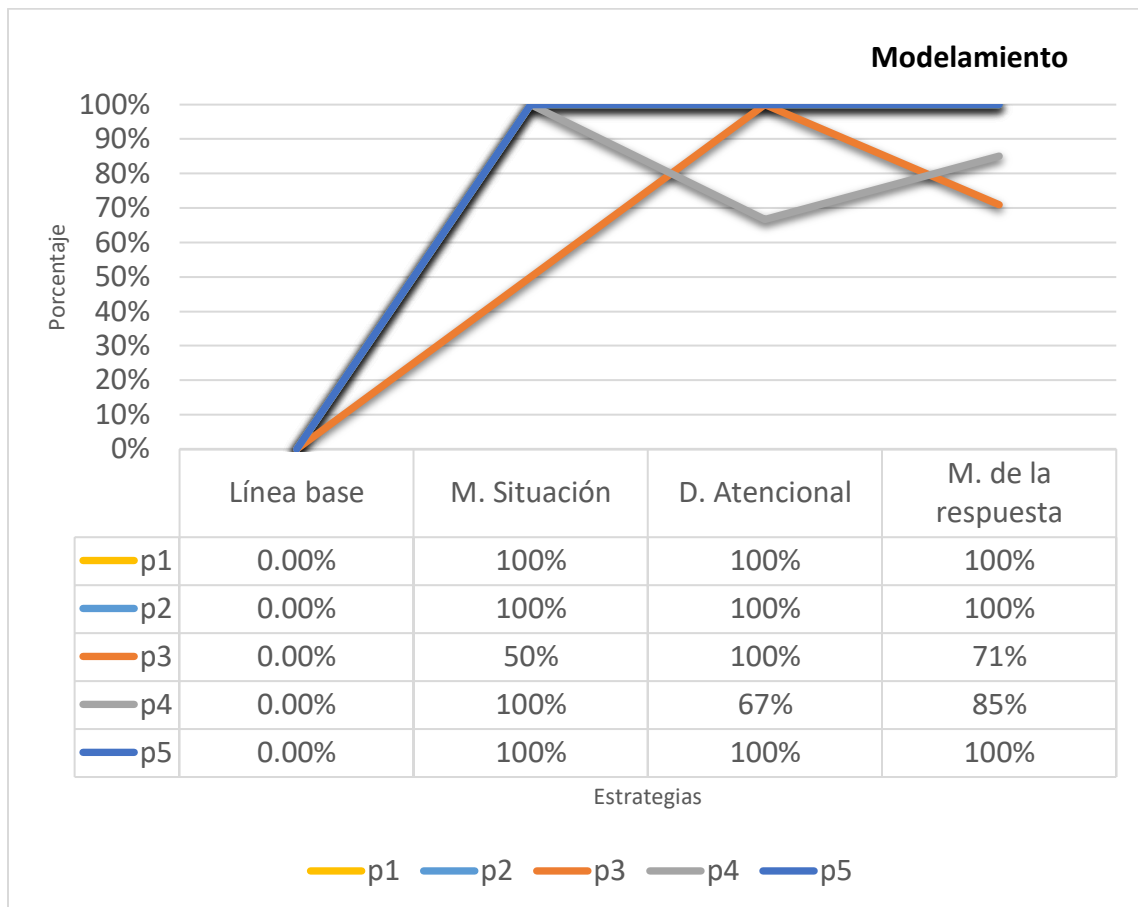


**I. Resultados generales sobre el uso de técnicas de modificación conductual por parte de los padres presentados por técnica**

En las figuras 8, 9, 10 y 11 se pueden observar los porcentajes obtenidos por los padres sobre el uso de técnicas de modificación conductual en la línea base y en las sesiones posteriores; se emplearon 2 técnicas por estrategia de regulación emocional.

**Figura 8**

*Porcentaje del uso del modelamiento en línea base y promoción de las estrategias de regulación emocional por padre*

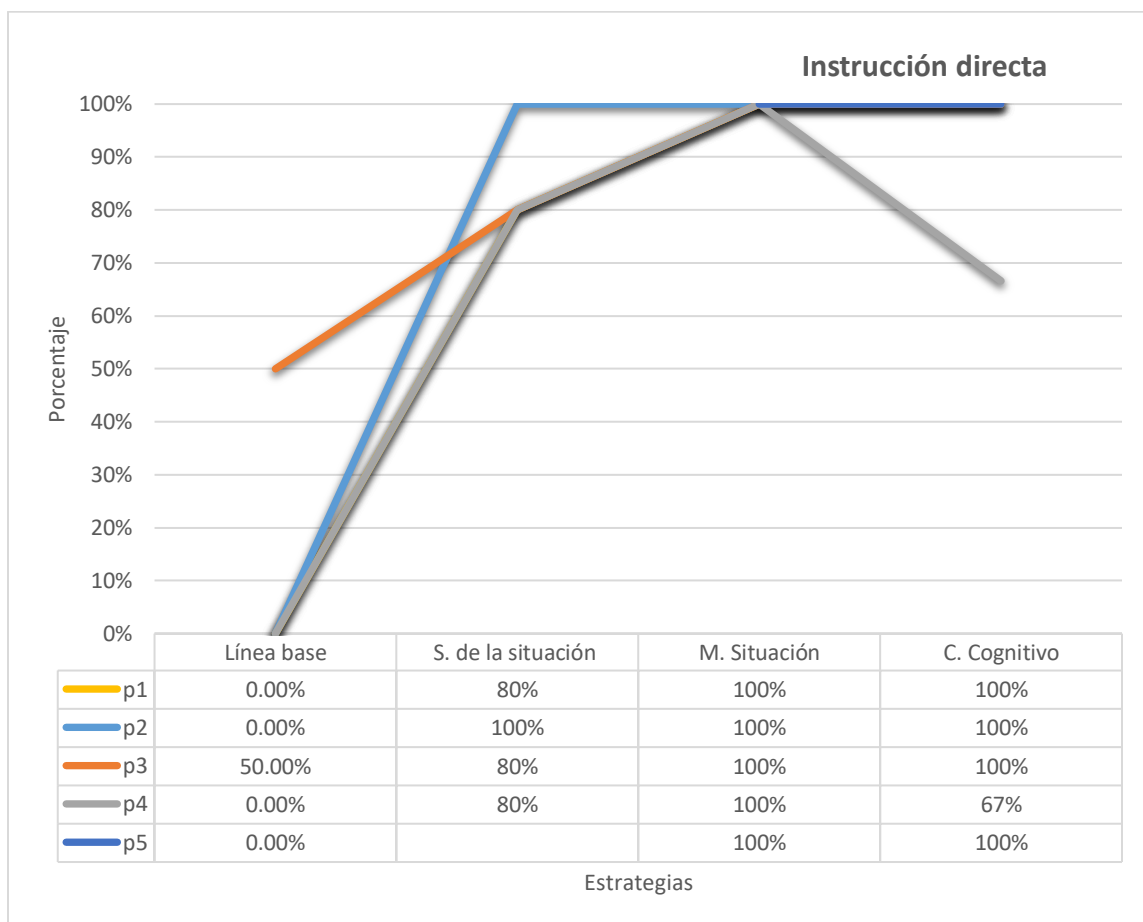


En la figura 8 se observa un incremento en el uso del modelamiento por parte de los padres en la promoción de las estrategias de regulación emocional en comparación con la línea base, sin embargo, es claro que se presentó un decremento por parte del padre 4 en la

estrategia “despliegue atencional” y por parte del padre 3 en la promoción de la “modulación de la respuesta”.

**Figura 9**

*Porcentaje del uso de la instrucción directa en línea base y promoción de las estrategias de regulación emocional por padre*

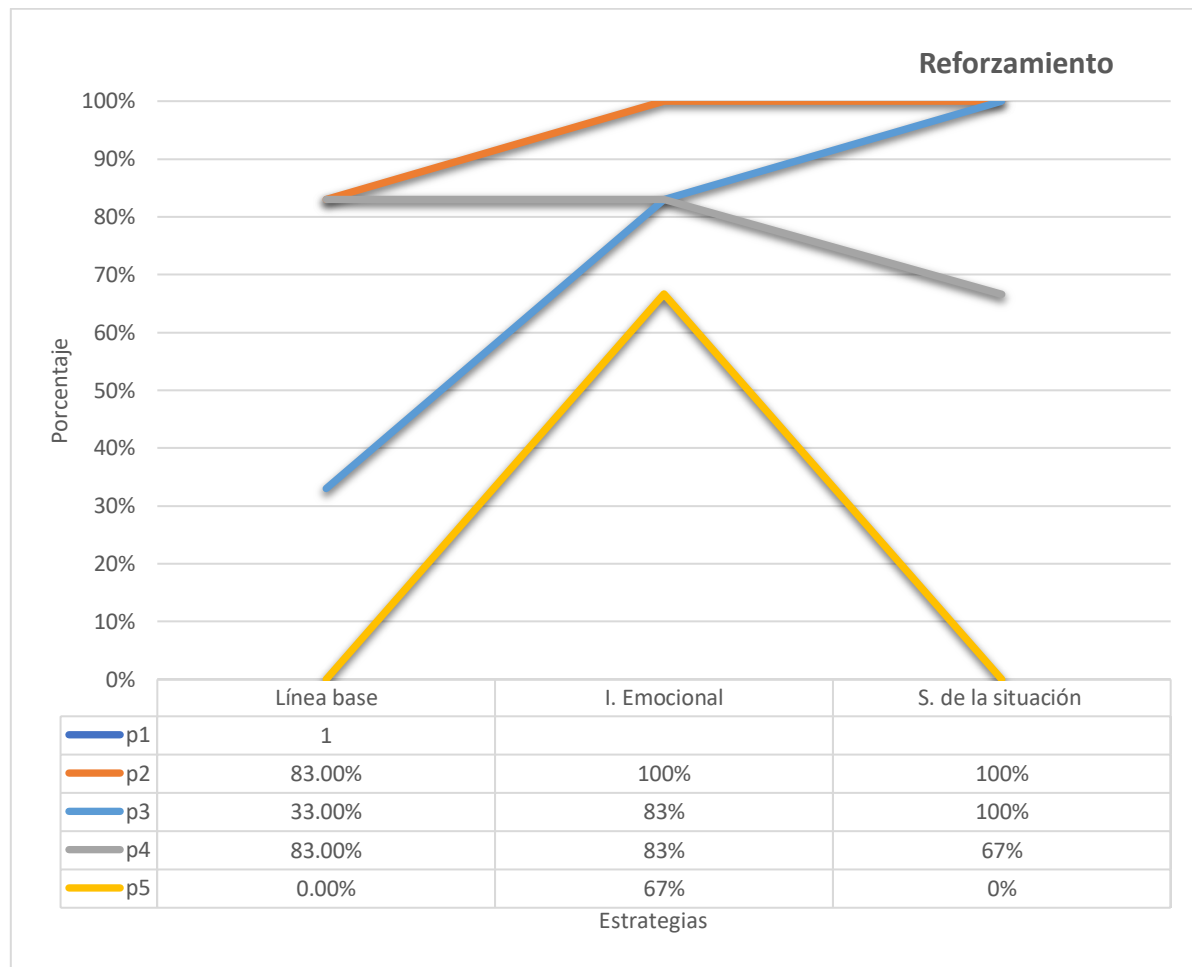


En la figura 9 se observa un incremento en el uso de la instrucción directa por parte de los padres en la promoción de las estrategias de regulación emocional en comparación con la línea base, únicamente el padre 4 mostró un decremento en el uso de la técnica para

promover el “cambio cognitivo”. El padre 5 no pudo asistir a la sesión debido a un problema personal ajeno a su voluntad.

**Figura 10**

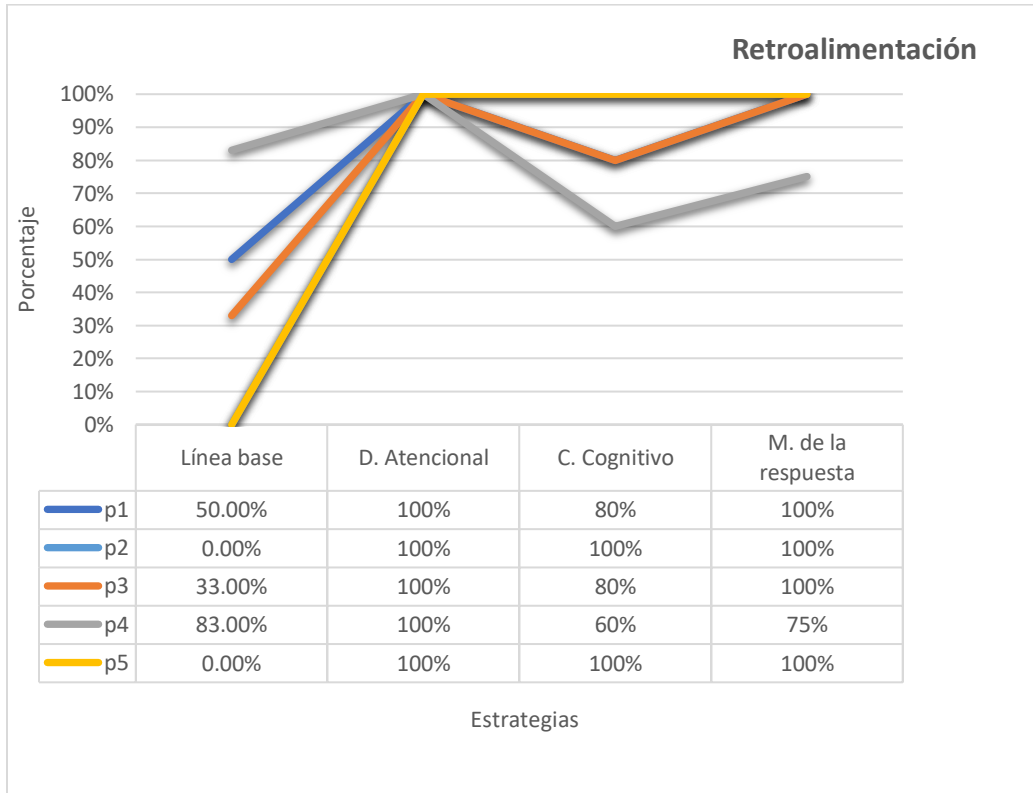
*Porcentaje del uso del reforzamiento en línea base y promoción de las estrategias de regulación emocional por padre*



En la figura 10 se observa un incremento en el uso del reforzamiento por parte de los padres en la promoción de las estrategias de regulación emocional en comparación con la línea base, el padre 4 mostró un decremento del uso de la técnica en la promoción de la “selección de la situación” incluso en relación con la línea base.

**Figura 11**

*Porcentaje del uso de la retroalimentación en línea base y promoción de las estrategias de regulación emocional por padre*



En la figura 11 se observa un incremento en el uso de la retroalimentación por parte de los padres en la promoción de las estrategias de regulación emocional en comparación con la línea base, sin embargo, los padres 1, 3 y 4 mostraron una baja en este porcentaje para la promoción de la estrategia “cambio cognitivo”. Los padres 1 y 3 aumentaron el porcentaje sobre el uso de la técnica en la promoción de la “modulación de la respuesta” alcanzando el 100% mientras que el padre 4 alcanzo solo el 75%.

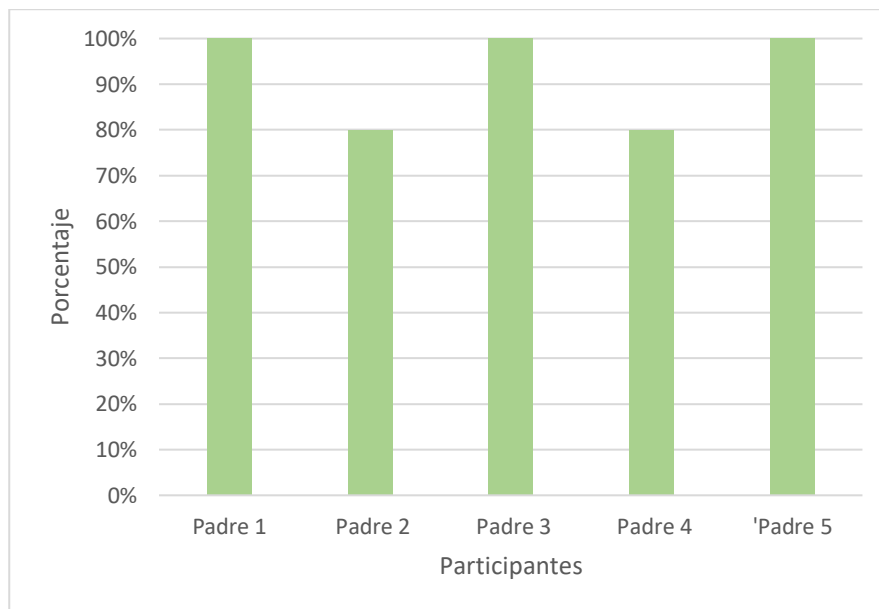
## II. Resultados alcanzados por los padres por criterio; B1, B2, B3, B4 y B5

Debido a que el diseño del programa es de “criterio cambiante” al finalizar la línea base se comenzó con el establecimiento y cumplimiento de criterios; los resultados se presentan a continuación divididos según los criterios de cambio:

- *B1 El 100% de los padres identificarán las características de la Regulación Emocional del niño preescolar*

**Figura 12**

*Porcentaje de respuestas correctas por padre al instrumento de evaluación de la sesión 1*

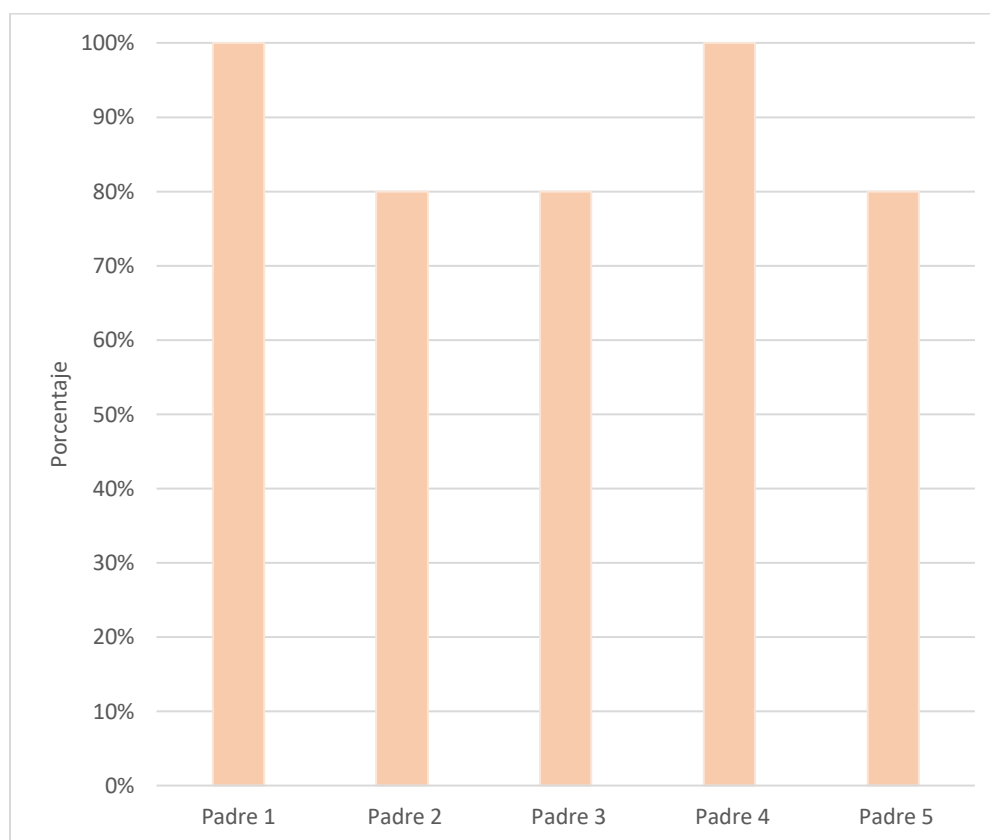


En la figura 12 se puede observar que los padres 1, 3 y 5 alcanzaron el puntaje máximo en el instrumento de evaluación de la primera sesión, así mismo, los padres 2 y 4 lograron un 80% de respuestas correctas. En total, el grupo logró en promedio un 92% de respuestas correctas.

- *B2 El 100% de los padres reconocerán las características y pasos de las técnicas de modificación conductual (modelamiento, instrucción directa, reforzamiento y retroalimentación)*

**Figura 13**

*Porcentaje de respuestas correctas por padre al instrumento de evaluación de la sesión 2*

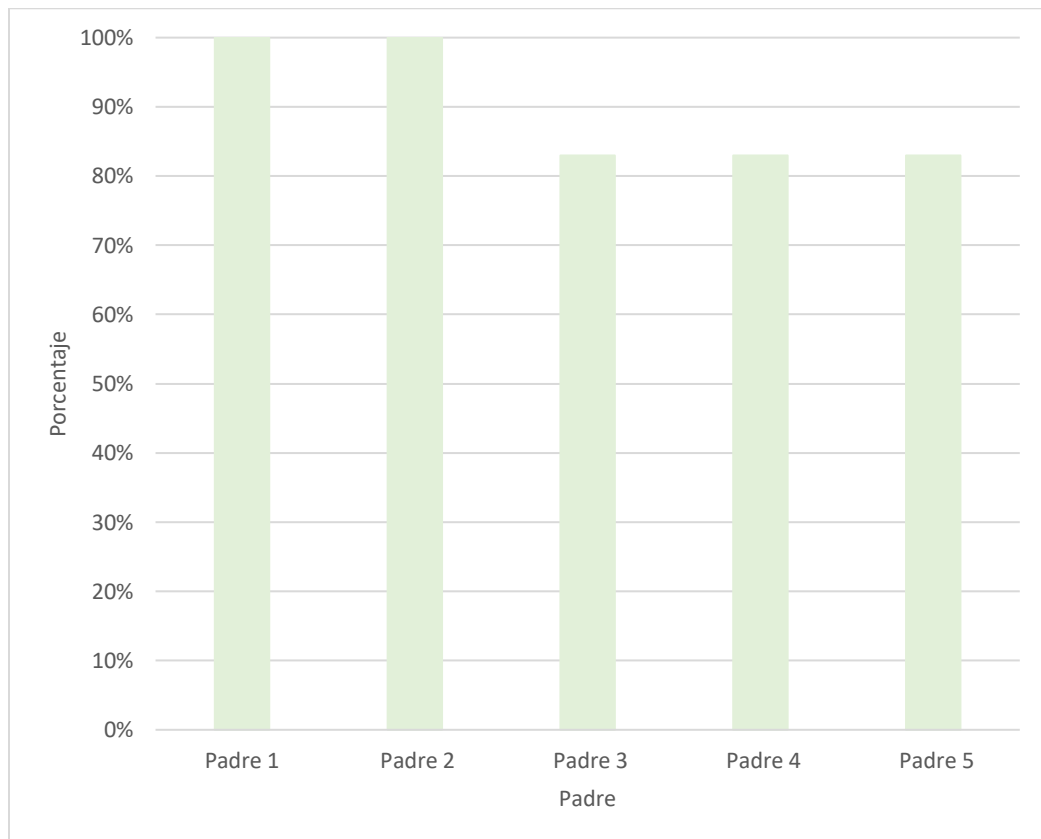


Los padres 1 y 4 alcanzaron el porcentaje máximo de respuestas correctas mientras que los padres 2, 3 y 5 solamente obtuvieron un 80% por lo que se retroalimentaron sus respuestas para aclarar dudas sobre el tema. En total el grupo completo obtuvo un 88% de respuestas correctas al instrumento.

- *B3 El 100% de los padres emplearán por lo menos el 80% de los pasos de una técnica de modificación conductual para promover una estrategia de identificación emocional*

**Figura 14**

*Porcentaje pasos utilizados por los padres para promover una estrategia de identificación emocional*

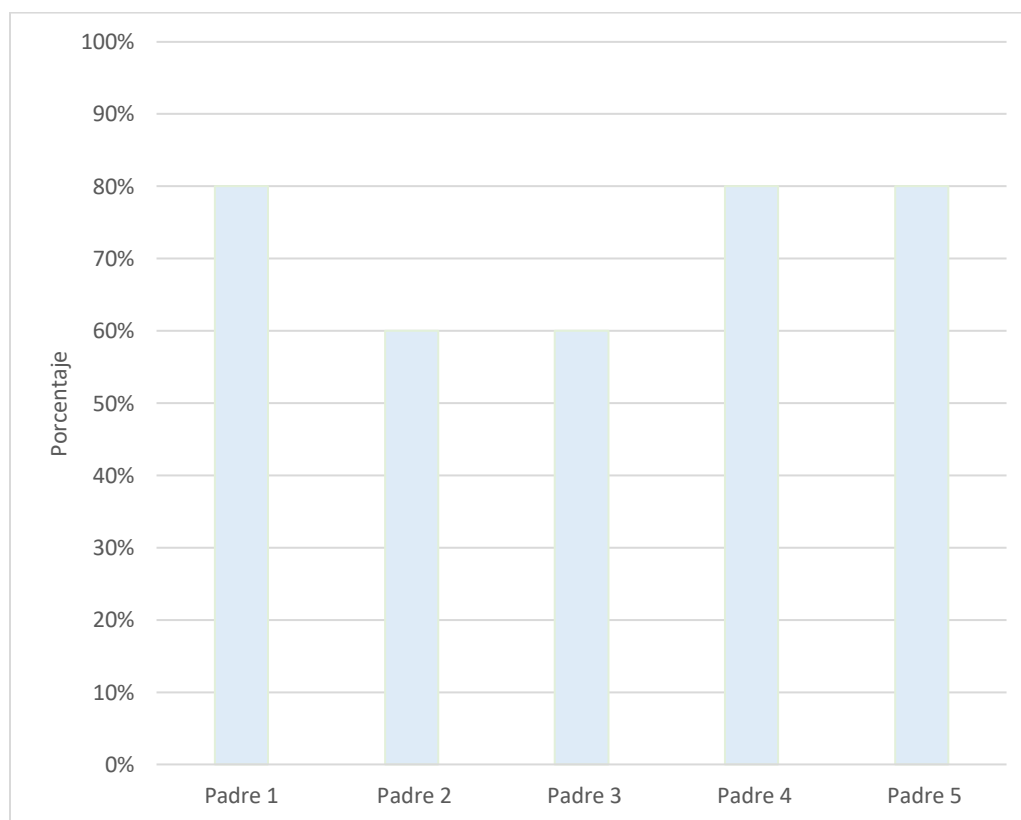


Los padres 3, 4 y 5 únicamente utilizaron el 83% de los pasos de la técnica de modificación conductual (reforzamiento) para promover la estrategia de identificación emocional, omitiendo “informarle al niño sobre lo que puede suceder” por ello se les retroalimentó sobre la importancia del este paso, mientras que los padres 1 y 2 llevaron a cabo el 100% de los pasos.

- *B4 El 100% de los padres emplearán mínimo el 80% de los pasos de por lo menos dos técnicas de modificación conductual para promover el uso de por lo menos dos de las cuatro estrategias de regulación emocional centradas en la modificación de los antecedentes por lo menos una vez cada una*

**Figura 15**

*Porcentaje de respuestas correctas por padre al instrumento de evaluación de la sesión 4*



Los padres 2 y 3 únicamente respondieron de manera correcta al 60% del instrumento que evaluó el contenido teórico de la sesión, mientras que los padres 4 y 5 respondieron de manera correcta al 80% del instrumento, argumentando que se puede respirar como parte de las estrategias centradas en los antecedentes mientras que los primeros además argumentaron que estas estrategias se utilizan mientras el niño se encuentra experimentando una emoción intensa. El grupo obtuvo un 72% de respuestas correctas al instrumento. Dado que únicamente se evaluó el contenido teórico de la sesión las repuestas fueron retroalimentadas y se procedió a la promoción de estrategias con los niños



**Tabla 3**

*Porcentaje por padre de los pasos empleados de las técnicas de modificación conductual para promover las estrategias de regulación emocional centradas en los antecedentes*

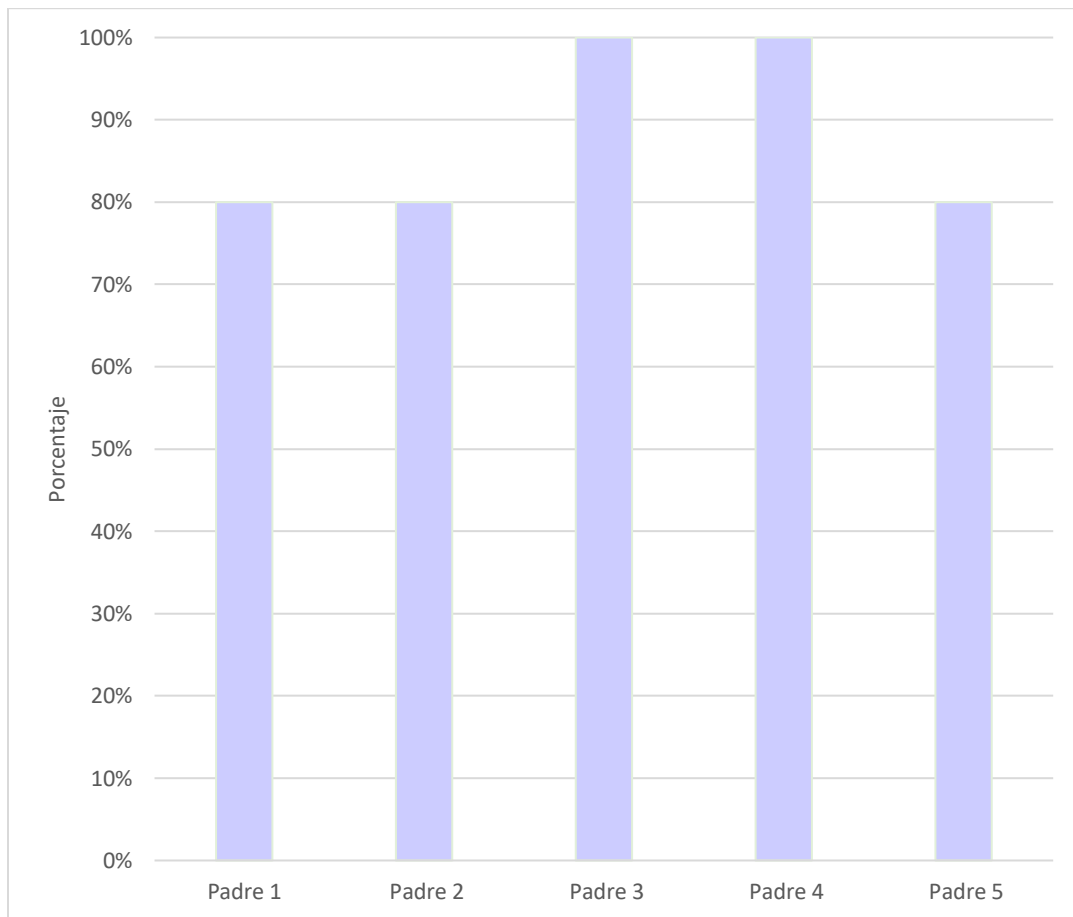
| <b>Padre</b>             | <b>Selección situación</b> | <b>Modificación situación</b> | <b>Despliegue Atencional</b> | <b>Cambio Cognitivo</b> | <b>Total</b> |
|--------------------------|----------------------------|-------------------------------|------------------------------|-------------------------|--------------|
| <b>1</b>                 | 73%                        | 100%                          | 100%                         | 90%                     | <b>91%</b>   |
| <b>2</b>                 | 100%                       | 100%                          | 100%                         | 100%                    | <b>100%</b>  |
| <b>3</b>                 | 90%                        | 75%                           | 100%                         | 90%                     | <b>89%</b>   |
| <b>4</b>                 | 73%                        | 100%                          | 83%                          | 63%                     | <b>80%</b>   |
| <b>5</b>                 |                            | 100%                          | 100%                         | 100%                    | <b>75%</b>   |
| <b>Porcentaje Grupal</b> | <b>84%</b>                 | <b>94%</b>                    | <b>96%</b>                   | <b>86%</b>              | <b>90%</b>   |

En la tabla 3 se puede observar el porcentaje de los pasos usados por los padres de las técnicas de modificación conductual para promover las estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional, es posible apreciar que los padres cumplieron con el criterio de cambio.

- *B5 El 100% de los padres emplearán por lo menos el 80% de los pasos de dos técnicas de modificación conductual para promover el uso de la estrategia de regulación emocional centrada en el estado emocional por lo menos una vez*

**Figura 16**

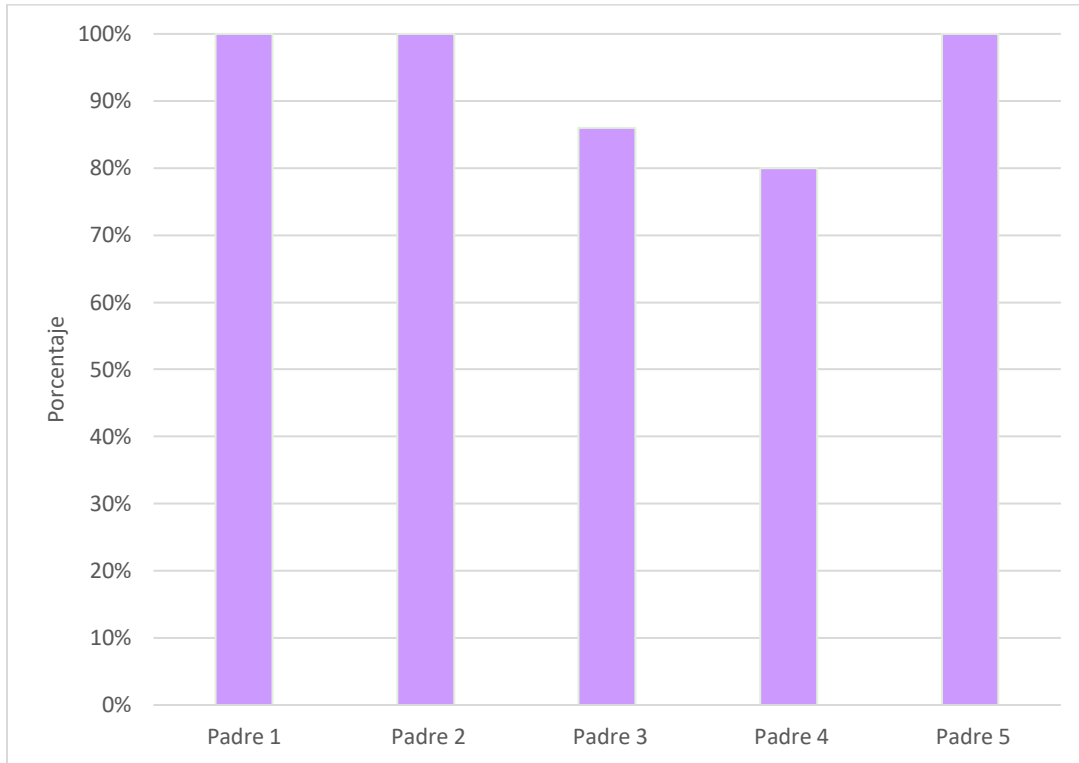
*Porcentaje de respuestas correctas por padre al instrumento de evaluación de la sesión 8*



Los padres 3 y 4 respondieron de manera correcta al 100% del instrumento que evalúa el contenido teórico de la sesión, mientras que los padres 1, 2 y 5 respondieron de manera correcta al 80% de instrumento. El grupo alcanzó el 88% de respuestas correctas.

**Figura 17**

*Porcentaje por padre de los pasos empleados de las técnicas de modificación conductual para promover la estrategia centrada en el estado emocional*



Los padres 1, 2 y 5 utilizaron el 100% de los pasos de las técnicas para promover la modulación de la respuesta mientras que el padre 3 únicamente utilizó el 86% de los pasos, finalmente el padre 4 únicamente utilizó el 80% de los pasos.

**III. Número de ocasiones que los padres promovieron la estrategia de regulación emocional mediante técnicas de modificación conductual durante la semana de práctica**

**Tabla 4**

*Número de ocasiones que los padres utilizaron la estrategia durante la semana*

| <b>Padre</b>        | <b>Selección situación</b> | <b>Modificación situación</b> | <b>Despliegue Atencional</b> | <b>Cambio Cognitivo</b> | <b>Total</b> |
|---------------------|----------------------------|-------------------------------|------------------------------|-------------------------|--------------|
| <b>1</b>            | 1                          | 5                             | 3                            | 1                       | <b>10</b>    |
| <b>2</b>            | 1                          | 2                             | 3                            | 1                       | <b>7</b>     |
| <b>3</b>            | 1                          | 3                             | 3                            | 1                       | <b>8</b>     |
| <b>4</b>            | 2                          | 2                             | 1                            | 1                       | <b>6</b>     |
| <b>5</b>            | 0                          | 1                             | 1                            | 1                       | <b>4</b>     |
| <b>Total Grupal</b> | <b>5</b>                   | <b>13</b>                     | <b>11</b>                    | <b>5</b>                | <b>34</b>    |

Como se puede observar los padres promovieron por lo menos en una ocasión durante la semana la estrategia de regulación emocional siendo las estrategias "modificación de la situación" y "despliegue atencional" las más empleadas.

**IV. Comentarios de los padres sobre el uso de técnicas y estrategias de regulación emocional**

En la siguiente tabla se muestran algunas de las experiencias de los padres al promover las estrategias de regulación emocional haciendo uso de las técnicas de modificación conductual.

**Tabla 5**

*Comentarios de los padres sobre la promoción de estrategias de regulación emocional y técnicas de modificación conductual*

| <b>Padre</b> | <b>Experiencia</b>   | <b>Estrategia</b>                   | <b>Técnicas empleadas</b>                              |
|--------------|--|-------------------------------------|--|
| 4            | “Ella quería salir a jugar a la calle con ropa muy ligera, hacía mucho frío y no quería ponerse la chamarra, buscamos una chamarra que tenía orejitas en el gorro para hacerlo más divertido la felicite por ponerse su chamarra y se sintió feliz”  | <b>Modificación de la situación</b> | <b>Reforzamiento</b>                                   |
| 2            | “Al imitar y decir, que para no sentir frío podría ser mediada el agua y poder ser vestido en el baño”   | <b>Modificación de la situación</b> | <b>Modelamiento</b>                                    |
| 3            | “Bueno a mi hija le cuesta algo de trabajo acomodar sus juguetes ya que está mal acostumbrada de que sus hermanos mayores lo hacen, y le dije de una forma clara y sencilla que ella tiene que recoger lo que desordena y volverlo a ordenar así como si fuera un juego y a ella le agrado y ahora sí ya lo hace sola” | <b>Cambio Cognitivo</b>             | <b>Instrucción directa</b>                             |
| 4            | “Por lo regular casi nunca se quiere bañar 😊, decidimos que algunos días se bañara en la tina y al final le daré unos minutos para que juegue con sus juguetes dentro de la tina con agua”   | <b>Modificación de la situación</b> | <b>Reforzamiento</b>                                   |
| 1            | “Mi hija está aprendiendo a saltar la cuerda y le cuesta y para eso yo le pongo la estrategia y le doy el ejemplo con la estrategia para que ella lo haga y si le funciona, y cuando no puede la retroalimentación ...”  |                                     | <b>Instrucción directa</b><br><b>Retroalimentación</b> |
| 2            | “En esta semana se enfermó y tenía que tomar medicamentos que saben mal, al principio ella no quería tomarlas y se pone necia, después le expliqué que la  | <b>Cambio cognitivo</b>             |  |

|   |  |  |  |
|---|--|--|--|
|   | <p>medicina le va a ayudar para que ya no se sienta mal y pueda respirar bien, ya que cuando se morma le molesta demasiado, no accedió del todo pero vamos avanzando”</p>  |  |  |
| 3 | <p>“Al explicarle que el dentista no debe de tener miedo, y hay veces que se puede sentir asco por que (sic.) en cierto procedimiento lleva ciertos pasos que tiene que hacer el dentista”</p>   |  |  |
| 4 | <p>“Bueno para llevarla al dentista, ella le tiene mucho miedo y le expliqué que es necesario, para cuidar sus dientes y le tienen que revisar y e explique que no debe de tener miedo que yo voy a estar allí con ella y no hay nada que temer sino solo verme a mí y pensar en mí, al final me cancelaron mi cita, pero ella ya pensaba en cómo le iba a ir”</p> | <p><b>Despliegue atencional</b></p>      | <p><b>Instrucción directa</b></p>                              |
| 2 | <p>“Él (sic) sábado fui a una fiesta y le dio pena subir al trampolín, y empezó a llorar y use el ejercicio de la tortuga y le dije como hacerlo y sirvió la retroalimente (sic) y subió al trampolín”</p>   | <p><b>Modulación de la respuesta</b></p> | <p><b>Instrucción directa</b><br/><b>Retroalimentación</b></p> |
| 3 | <p>“Mi hija es muy enojona, ahora utilizo con ella la estrategia de la modulación de la respuesta, instrucción directa y el reforzamiento. Ahora cuando yo me enojo ella me da instrucciones de como modular mi respuesta emocional”</p>   | <p><b>Modulación de la respuesta</b></p> | <p><b>Instrucción directa</b><br/><b>Reforzamiento</b></p>     |
| 4 | <p>“Usamos la técnica de la tortuga varias veces cuando hacía un berrinche, al principio no lo quería hacer, pero le expliqué varias veces y al fin lo hizo, le gustó y en ocasiones cuando yo me enojaba, ella me recordaba la técnica de la tortuga”</p>   | <p><b>Modulación de la respuesta</b></p> | <p><b>Instrucción directa</b></p>                              |

**V. Resultados de dos aplicaciones del instrumento de evaluación sobre el uso de estrategias de regulación emocional por parte de los niños dirigido a padres**

Para evaluar el uso de estrategias de regulación emocional por parte de los niños se empleó el instrumento “ERE-niños dirigido a padres” antes de iniciar el programa (primera aplicación) y al final (segunda aplicación). Dicho instrumento es una escala Likert cuyo puntaje máximo es de 16 (4 por ítem) y mínimo de 4 (1 por ítem) por cada niño.

En la tabla 6 se muestra una comparación de los puntajes obtenidos por cada ítem y en total de ambas aplicaciones.

**Tabla 6**

*Puntajes obtenidos en dos aplicaciones del instrumento ERE-niños*

| Aplicación | R1<br>(Identificación emocional) |                | R2<br>(Selección/modificación de la situación) |                | R3<br>(Cambio cognitivo) |                | R4<br>(Modulación de la respuesta) |                | Puntaje total obtenido en el instrumento |                |
|------------|----------------------------------|----------------|--|----------------|--------------------------|----------------|------------------------------------|----------------|--|----------------|
|            | 1ra Aplicación                   | 2da Aplicación | 1ra Aplicación                                 | 2da Aplicación | 1ra Aplicación           | 2da Aplicación | 1ra Aplicación                     | 2da Aplicación | 1ra Aplicación                           | 2da Aplicación |
| Niño 1     | 2                                | 3              | 2  | 3              | 1                        | 1              | 1                                  | 2              | 6  | 9              |
| Niño 2     | 2                                | 3              | 1  | 2              | 1                        | 1              | 1                                  | 2              | 5  | 8              |
| Niño 3     | 3                                | 3              | 2  | 3              | 1                        | 1              | 1                                  | 2              | 7  | 9              |
| Niño 4     | 2                                | 3              | 1  | 2              | 0                        | 0              | 0                                  | 2              | 3  | 7              |
| Niño 5     | 3                                | 2              | 3  | 2              | 0                        | 3              | 0                                  | 3              | 6  | 10             |
|            |                                  |                |  |                |                          |                |                                    | <b>Media</b>   | <b>5.4</b>                               | <b>8.6</b>     |

En la tabla comparativa es posible observar un incremento en el puntaje en cuanto al uso de estrategias de identificación emocional (R1), a excepción del tercer sujeto, quien previamente había obtenido el mismo puntaje, en cuanto a la estrategia selección/modificación de la situación (R2) los sujetos 1, 2, 3 y 4 reportaron un incremento en el puntaje, al igual que en la estrategia modulación de la respuesta (R4) donde se sumó

además el sujeto 5, finalmente en la estrategia cambio cognitivo (R3) los sujetos 1, 2 y 3 reportaron puntajes idénticos mientras que el sujeto 5 obtuvo un puntaje superior al obtenido en la evaluación inicial. El sujeto 5 mostró un decremento en los puntajes obtenidos en R1 y R2.

## **VI. Resultados obtenidos en el cuestionario de evaluación del programa**

Se realizó un cuestionario de evaluación del programa, el cual estaba formado por 16 preguntas que valoraron el material y contenido del programa así como la atención brindada por parte de la psicóloga. Fue una escala Likert con 4 opciones de respuesta (“completamente en desacuerdo (0)”, “en desacuerdo (1)”, “de acuerdo (2)”, “completamente de acuerdo (3)”) el puntaje máximo que podía reportar cada padre era de 48 y el mínimo de 0.

Se obtuvo una media de 44 del total de padres y una moda de 3, como es posible observar en la siguiente tabla.

**Tabla 7**

*Resultados obtenidos en el cuestionario de evaluación del programa*

| <b>Cuestionario evaluación del programa</b> |      |         |      |           |
|---|------|---------|------|-----------|
| Min.  | Max. | Mediana | Moda | Media     |
| 41  | 47   | 3       | 3    | <b>44</b> |



## Análisis estadístico

Los datos obtenidos en el instrumento ERE-P se analizaron mediante el análisis de varianza bifactorial por rangos de Friedman, dado que es una prueba no paramétrica para muestras relacionadas.

Se comparó la medición obtenida en la línea base y en la promoción de las estrategias de regulación emocional, las cuales se muestran a continuación por técnica de modificación conductual.

### Modelamiento

| Rangos |      | Estadísticos de prueba a |             |
|--------|------|--------------------------|-------------|
| MLB    | 1,00 | N                        | 4           |
| MMS    | 2,50 | Chi-cuadrado             | 9,882       |
| MDA    | 3,50 | gl                       | 3           |
| MMR    | 3,00 | Sig. asintótica          | <b>,020</b> |

### Instrucción directa

| Rangos |      | Estadísticos de prueba a |             |
|--------|------|--------------------------|-------------|
| MLB    | 1,00 | N                        | 5           |
| MMS    | 3,00 | Chi-cuadrado             | 11,842      |
| MDA    | 3,00 | gl                       | 3           |
| MMR    | 3,00 | Sig. asintótica          | <b>,008</b> |

En cuanto al instrumento ERE-niños, se analizó mediante la prueba Wilcoxon dado que la misma muestra fue observada únicamente en dos ocasiones, el resultado de la prueba se muestra a continuación (Kerlinger y Lee, 2002).

|                                | LCN2 - LCN1 |
|--------------------------------|-------------|
| Z                              | -2,041 b    |
| Sig. Asintótica<br>(bilateral) | <b>,041</b> |

## **Adaptación del programa pequEmoción para su aplicación con maestros**

Cuando un niño nace, sus padres son en su mayoría sus cuidadores más importantes, pese a ello, alrededor de los 3 años el menor ingresa a preescolar y otras personas también se convierten en importantes cuidadores, en especial sus maestros, quienes juegan un papel especial, apoyándolos y monitoreándolos gran parte del día.

Sin embargo, existe una gran diferencia entre el comportamiento de los padres y el de los maestros; los padres en su mayoría interactúan de forma intuitiva mientras que los maestros interactúan en función de sus conocimientos y habilidades, que se considera son interacciones diseñadas profesionalmente (Thümmeler y Bartz, 2022).

Por ejemplo, en nuestro país los maestros de preescolar son capacitados para establecer ambientes que despierten el interés de los alumnos y que así se involucren en actividades que les permitan avanzar en el desarrollo de sus competencias, las cuales se han organizado en seis campos formativos, uno de ellos, es “Desarrollo Personal y Social” en el cual se busca que el niño preescolar comprenda y regule sus emociones (Secretaría de Educación Pública, 2020).

En consecuencia de lo anterior, el programa pequEmoción originalmente dirigido a padres, se adaptó para su aplicación con maestros, realizando algunos cambios los cuales se resumen a continuación:

Se utilizó un enfoque de capacitación docente y se atendieron los elementos propuestos por Cruickshank y Metcalf (1990, citados por Hoffman y Pearson, 2000) para una capacitación efectiva, los cuales se resumen en los siguientes puntos:

- a) Se colocó un mayor énfasis en el análisis de la evaluación para determinar el nivel de habilidad actual con el que contaban los maestros en relación a la promoción de estrategias de regulación emocional y se buscó aprovechar su nivel durante el programa.
- b) Se establecieron metas claras de desempeño y se comunicaron en los objetivos generales y por sesión.
- c) Se aseguró una comprensión conceptual básica y esencial de la regulación emocional y las estrategias para promoverla en las primeras tres sesiones teóricas.

- d) Se brindó un espacio en tiempo real mediante la aplicación zoom en el cual los maestros pudieron ejemplificar y discutir el uso de las estrategias de regulación emocional que llevaron a cabo en el aula, dando diversas muestras del uso de estrategias y la variedad de alumnos con los que cuentan y situaciones a las que se enfrentan día a día.
- e) Se les permitió llevar a cabo la promoción de estrategias de regulación emocional como parte de su práctica diaria en el aula y se les brindó retroalimentación de su experiencia en este entorno.

Además, Turbill (2003) menciona que a menudo los docentes son observadores del aprendizaje pero no saben utilizar estas observaciones en su propio desempeño, por lo que a través de las actividades semanales se promovió la reflexión sobre su práctica, permitiéndoles analizar, reflexionar y evaluar su desempeño para posteriormente mejorarlo; así mismo, mediante los foros de discusión tuvieron la oportunidad de discutir con otros profesionales acerca del tema en cuestión.

Se acompañó a los maestros desde un enfoque técnico asesorándolos de manera continua, planificada y contextualizada y acompañados a través del intercambio de experiencias, de la comunicación constante mediante la plataforma Google Classroom, la cual permite tener un mayor orden de las actividades semanales, y de la retroalimentación de sus actividades, basándonos en sus necesidades (Bromley, 2017).

Todo lo anterior permitía a los maestros ofrecer a los niños un espacio de desarrollo donde las emociones podían ser experimentadas y discutidas, también se podía aprovechar este espacio, para enseñar de manera individual o grupal la estrategia de regulación emocional que el maestro considerara la más conveniente según el contexto.

El acceso a la plataforma y la participación en la sesión en línea le permitió a los maestros identificar su papel como promotores de estrategias de regulación emocional con los preescolares.

Finalmente, también se realizaron algunos cambios en la metodología, los cuales se pueden observar en el siguiente apartado.

## **MÉTODO**

### **(Maestros)**

#### ***Objetivo general***

Evaluar el efecto de un programa para maestras sobre el uso de técnicas de modificación conductual para promover estrategias de regulación emocional con niños preescolares.

#### ***Objetivos específicos***

Que las maestras:

- a) Definan qué es la Regulación Emocional del niño preescolar
- b) Identifiquen las técnicas de modificación conductual para promover las estrategias de regulación emocional y sus características
- c) Empleen al menos dos técnicas de modificación conductual para promover una estrategia de identificación emocional en el aula al menos una vez durante la semana
- d) Utilicen dos técnicas de modificación conductual para promover al menos dos de las estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional haciendo uso de dos técnicas de modificación conductual
- e) Utilicen dos técnicas de modificación conductual para promover la estrategia centrada en el estado emocional

Que los niños:

- a) Utilicen estrategias de regulación emocional en el aula con apoyo de su maestra

#### **Variables**

##### ***Variable independiente. Programa para maestras***

###### *Definición conceptual*

Un programa híbrido acerca de técnicas de modificación conductual para la promoción de estrategias de regulación emocional con niños preescolares dirigido a maestras, que se realizó mediante un escenario online y un escenario donde se interactuó cara a cara.

###### *Definición operacional*

Un programa de 10 sesiones de las cuales una se realizó cara a cara (sincrónica) en un espacio virtual (zoom) y 9 se llevaron a cabo mediante la plataforma Classroom, en las que se agregó el contenido de la sesión los días lunes para que las maestras lo consultaran en el momento y horario que desearan. En dichas sesiones se abordó qué es la regulación emocional; cuáles son las técnicas de modificación conductual para promover las estrategias de regulación emocional y su uso para promover las estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional y las estrategias centradas en el estado emocional.

Dado que el diseño elegido fue “cambio de criterio” se contemplaron 3 sesiones extras para reforzar el contenido necesario en caso de no cumplirse con el objetivo.

### ***Variable dependiente (Maestras). Técnicas de modificación conductual***

#### *Definición conceptual*

Conjunto de procedimientos que han demostrado ser eficaces a lo largo del tiempo como herramientas científicas de intervención, estas técnicas son útiles para promover conductas nuevas que aún no forman parte del repertorio conductual del niño, así mismo, permite incrementar conductas deseables y reducir las indeseables (Granado, 2002).

*Modelamiento.* Consiste en utilizar un modelo que ejecute conductas verbales y motoras exactas que se esperan del niño, mientras éste observa y escucha, este modelaje puede ser en vivo o por medio de filmaciones (modelaje simbólico) y el modelo debe ser una persona significativa para él. Quien observa debe copiar la conducta que presenta el modelo inmediatamente o tras un intervalo de tiempo muy breve (Albert, 2017).

*Instrucción directa.* Consiste en el empleo del lenguaje oral o escrito con la finalidad de dirigir la conducta, (aumentarla, mantenerla, reducirla o eliminarla). Las instrucciones describen la conducta a realizar paso a paso (Bados y García, 2011).

*Reforzamiento.* Consiste en la entrega de algún estímulo que sigue a una respuesta de modo inmediato, aumentando así la probabilidad de emisión de dicha respuesta o el mantenimiento de la misma (Rodríguez y Párraga, 1991).

*Retroalimentación.* Consiste en proporcionar información al niño acerca de su comportamiento, especificando lo que hizo de manera correcta y lo que no en relación a lo que se espera de él (Ramaprasad, 1983, citado por, Fóster, 2017).

### *Definición operacional*

*Porcentaje obtenido mediante la lista de cotejo “Estrategias de regulación emocional para maestras (ERE-M)”*

### **Variable dependiente (Niños). Estrategias de Regulación Emocional**

#### *Definición conceptual*

Serie de conductas que promueven que la experiencia emocional se ajuste a metas (Peñafiel y Serrano, 2010), logrando iniciar, controlar, modular o inhibir emociones que se perciben como contextualmente inapropiadas o esperadas (Yerro, 2015).

#### *Definición operacional*

Porcentaje obtenido mediante la lista de cotejo de regulación emocional de los niños dirigida a maestras.

## **Participantes**

Se trabajó con 21 maestros de preescolar, de los cuales 20 fueron mujeres y 1 hombre con una edad promedio de 34 años 11 meses, el mayor tenía una edad de 54 años y el menor de 21 años, el criterio para acceder al programa fue que todos los maestros se encontraban a cargo de un grupo de preescolar perteneciente a la ciudad de México o a algún estado de la república mexicana y el grupo en total contaron con 254 estudiantes. Sus datos a detalle se muestran en la siguiente tabla.

**Tabla 8**

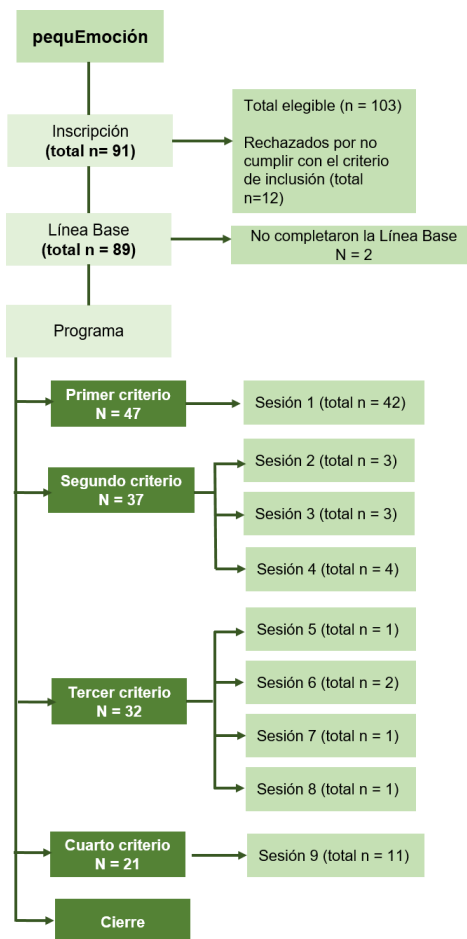
*Datos demográficos de los participantes del programa para maestras*

| Maestro | Sexo del maestro | Número de años trabajados | Grado a su cargo | Número de niños a su cargo | Escolaridad  | Lugar en donde labora | Tipo de servicio en el que trabaja |
|---------|------------------|---------------------------|------------------|----------------------------|--------------|-----------------------|------------------------------------|
| 1       | Femenino         | 1                         | Primero          | 9                          | Licenciatura | Estado de México      | Privado                            |
| 2       | Femenino         | 3                         | Segundo          | 12                         | Licenciatura | Puebla                | Publico                            |
| 3       | Femenino         | 0.8                       | Tercero          | 6                          | Licenciatura | Hidalgo               | Privado                            |
| 4       | Femenino         | 20                        | Tercero          | 25                         | Licenciatura | Ciudad de México      | Privado                            |
| 5       | Femenino         | 20                        | Tercero          | 20                         | Licenciatura | Ciudad de México      | Publico                            |
| 6       | Femenino         | 3                         | Primero          | 12                         | Licenciatura | Estado de México      | Privado                            |
| 7       | Femenino         | 1                         | Primero          | 16                         | Licenciatura | Estado de México      | Privado                            |
| 8       | Femenino         | 3                         | Segundo          | 7                          | Licenciatura | Ciudad de México      | Privado                            |
| 9       | Masculino        | 3                         | Tercero          | 10                         | Licenciatura | Oaxaca                | Privado                            |

|    |          |     |         |    |              |                  |         |
|----|----------|-----|---------|----|--------------|------------------|---------|
| 10 | Femenino | 3   | Segundo | 7  | Licenciatura | Hidalgo          | Privado |
| 11 | Femenino | 3   | Segundo | 6  | Licenciatura | Ciudad de México | Publico |
| 12 | Femenino | 5   | Primero | 12 | Licenciatura | Ciudad de México | Privado |
| 13 | Femenino | 5   | Segundo | 15 | Licenciatura | Estado de México | Privado |
| 14 | Femenino | 15  | Segundo | 15 | Licenciatura | Ciudad de México | Publico |
| 15 | Femenino | 0.2 | Primero | 10 | Maestría     | Ciudad de México | Privado |
| 16 | Femenino | 22  | Segundo | 11 | Maestría     | Ciudad de México | Privado |
| 17 | Femenino | 6   | Tercero | 3  | Licenciatura | Estado de México | Privado |
| 18 | Femenino | 13  | Primero | 12 | Licenciatura | Ciudad de México | Publico |
| 19 | Femenino | 0.3 | Primero | 20 | Licenciatura | Chiapas          | Publico |
| 20 | Femenino | 22  | Segundo | 20 | Licenciatura | Ciudad de México | Publico |
| 21 | Femenino | 6   | Primero | 6  | Licenciatura | Ciudad de México | Privado |

**Figura 18**

*Flujo de participantes por etapa del programa pequEmoción dirigido a maestras*



## Diseño

*Diseño (Intra serie) de cambio de criterio (Núñez, 2020).*

### **A1 – B1 – B2 – B3- B4**

**A1 Línea base:** se registró la ocurrencia de la conducta a estudiar; esta fase tiene como objetivo una función descriptiva (describe el nivel de existencia del comportamiento) y una función predictiva, estos datos son base para predecir el nivel del comportamiento a corto plazo si no se proporciona la intervención.

Se utilizó la lista de cotejo ERE-M para medir el uso técnicas de modificación conductual para promover estrategias de regulación emocional con niños preescolares; se resolvió en 3 momentos distintos de la semana.

**(B1, B2, B3, B4) Fases sucesivas:** se introdujo el tratamiento en función del nivel de ejecución del sujeto en la fase anterior. Una vez alcanzado el criterio en una fase, se administró de nuevo el tratamiento y se estableció un nuevo criterio. En la siguiente tabla se muestran los 4 criterios establecidos para los maestros.

**Tabla 9**

*Criterios del programa dirigido a maestras*

| <i>Programa para maestras</i> |   |  |
|-------------------------------|---|--|
|                               | <b>Criterio</b>   | <b>No. Sesiones</b>                          |
| <b>B1</b>                     | El 80% de las maestras integrarán una definición de regulación emocional (RE) incorporando la información con la cuentan previamente y la que les fue proporcionada en el programa.       | Sesión 1                                     |
| <b>B2</b>                     | El 80% de las maestras emplearán al menos dos técnicas de modificación conductual para promover una estrategia de identificación emocional en el aula al menos una vez durante la semana. | Sesión 2<br>Sesión 3<br>Sesión 4             |
| <b>B3</b>                     | El 80% de las maestras utilizarán dos técnicas de modificación conductual para promover al menos dos de las estrategias centradas en la modificación                                      | Sesión 5<br>Sesión 6<br>Sesión 7<br>Sesión 8 |



|           |   |          |
|-----------|---|----------|
|           | de los antecedentes que producen la respuesta emocional haciendo uso de dos técnicas de modificación conductual.                                  |          |
| <b>B4</b> | El 80% de las maestras utilizarán dos técnicas de modificación conductual para promover el uso de una estrategia centrada en el estado emocional. | Sesión 9 |

### Escenarios

Dado que se trabajó mediante un modelo híbrido, se hizo uso de dos escenarios; para el trabajo sincrónico se hizo uso de la aplicación “Zoom” en una sesión de 70 minutos de duración mientras que para el trabajo asincrónico se utilizó la plataforma “Classroom”, la cual es una herramienta de enseñanza donde a través de un espacio virtual, se comparten materiales respecto a uno o varios temas de interés para el grupo participante (Classroom, s.f.).


### Materiales

- *Cartel promocional.* Se realizó un cartel promocional que fue publicado en la página de Facebook de la facultad de psicología invitando a las maestras a participar en el programa (Ver anexo 13).
- *Programa para maestros “pequEmoción”.* Los temas, objetivos y evaluación de cada sesión se puede observar en la carta descriptiva general (ver en anexo 9)
- *Videos.* Se realizó un video de “bienvenida”, un video tutorial para enseñar a los maestros a utilizar Classroom y Zoom, y un video descriptivo por sesión (asincrónica) en el cual se incluyó la información teórica de la sesión y las instrucciones para promover la estrategia.
- *Folleto e infografías.* Se les brindó un folleto o infografía por sesión con la información de la semana sintetizada con la finalidad de tenerlo a la mano si se les presentaba alguna duda durante la práctica en el aula (Ver anexo 10).
- *Invitaciones.* Se les envió a los maestros una invitación de manera grupal para asistir a la sesión sincrónica de cierre (Ver anexo 11).
- *Consentimiento informado.* Se les brindó un consentimiento informado acerca del manejo de sus datos personales y grabaciones de las sesiones sincrónicas (vía zoom) (Ver anexo 12).

## **Instrumentos**

- Lista de cotejo “Estrategias de regulación emocional para maestros (ERE-M)” la cual estaba conformada por seis situaciones hipotéticas con condiciones similares, que los maestros debían responder en tres momentos distintos de la semana, cada situación tenía cinco opciones de respuesta mediante las cuales se pudo identificar el uso que hacían de las técnicas e modificación conductual para promover la regulación emocional previo al programa.
- Lista de cotejo regulación emocional de los niños dirigida a los maestros
- Registro de observación conductual donde la maestra indicó el número de niños que siguieron cada paso de la estrategia (Ver anexo 14).
- Lista de cotejo por sesión práctica en la cual debían reportar las dos técnicas de modificación conductual que utilizaron y el número de pasos empleados (Ver anexo 15).
- Cuestionario de 5 preguntas de opción múltiple para evaluar el conocimiento teórico (sesión 1 “Qué es la regulación emocional”; sesión 2 y 3 “Técnicas para promover la estrategias de regulación emocional”; sesión 4 “Estrategias de identificación emocional”; sesión 5 “Estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional” y sesión 9 “Estrategias centradas en el estado emocional”) (Ver anexo 16).
- Ficha de datos generales
- Cuestionario de evaluación del taller

## PROCEDIMIENTO



### Captación de participantes

#### \*Captación de participantes\*

Se realizó mediante la red social Facebook de la facultad de psicología, donde se colocó un cartel informativo con el correo electrónico de la residente a cargo a quien debían escribirle para resolver dudas y para concluir la inscripción, posteriormente por correo electrónico se envió la información a detalle del programa (duración, temas a tratar, plataformas, etc.) y la liga del formulario de Google para su inscripción. Cuando éste era resuelto se les brindaba acceso a Classroom.



### Línea Base

#### \*Línea Base\*

En Classroom se realizó la evaluación de las técnicas de modificación conductual que utilizaban los maestros para promover las estrategias de regulación emocional mediante la lista de cotejo ERE-M la cual se resolvió en tres momentos distintos mediante formularios de Google.

Asimismo, respondieron una ficha de datos generales, y una lista de cotejo de regulación emocional de los niños dirigida a los maestros, así como el consentimiento informado.



### Intervención

#### \*Intervención\*

Se realizaron 10 sesiones de las cuales una se llevó a cabo de manera sincrónica por medio de la plataforma zoom y 9 de manera asincrónica que se habilitaron los días lunes en la plataforma de Classroom, la organización se presenta a continuación:

- ❖ Sesión 1 (asincrónica) “¿Qué es la regulación emocional?”
- ❖ Sesión 2 y 3 (asincrónica) Técnicas de modificación conductual para promover las estrategias de regulación emocional
- ❖ Sesión 4 (asincrónica) “Estrategias de identificación emocional”
- ❖ Sesión 5, 6, 7 y 8 (asincrónicas) “Estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional”
- ❖ Sesione 9 (asincrónica) “Estrategias centradas en el estado emocional”.

❖ Sesión 10 Cierre del programa

En la figura 19 se observa la estructura típica de una sesión y en el anexo 17 se muestra una carta descriptiva de una sesión del programa.



\*Evaluación final\*

Mediante un formulario de Google las maestras respondieron al cuestionario de evaluación del programa.

**Figura 19**

*Estructura típica de una sesión del programa para maestros*



## **RESULTADOS**

### **(Maestros)**

Los resultados se presentan en el siguiente orden:

- I. Cuartiles obtenidos en los instrumentos de evaluación sobre el contenido teórico del programa.
- II. Resultados generales sobre la promoción de estrategias y el uso de técnicas de modificación conductual presentados en línea base y por estrategia de regulación emocional.
- III. Porcentaje de pasos utilizados de las técnicas de modificación conductual por estrategia
- IV. Comentarios de los maestros sobre el uso de técnicas y estrategias de regulación emocional
- V. Porcentaje de niños que utilizan las estrategias de regulación en línea base y sesión de promoción
- VI. Resultados obtenidos en el cuestionario de evaluación del programa
- VII. Análisis estadístico

## I. Cuartiles obtenidos en los Instrumentos de Evaluación sobre el Contenido Teórico del Programa

Este primer aparatado responde a los siguientes objetivos:

Los maestros:

- Identificarán qué es la regulación emocional (sesión 1)
- Indicarán qué es la instrucción directa y el modelamiento (sesión 2)
- Indicarán qué es el reforzamiento y la retroalimentación (sesión 3)
- Reconocerán qué son las estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen las respuestas emocionales (sesión 5)
- Reconocerán qué son las estrategias centradas en el estado emocional (sesión 9)

Es posible observar que los 5 objetivos incumben a diferentes sesiones, dado que el contenido teórico de las sesiones se evaluó mediante 5 instrumentos conformados por 5 preguntas con dos opciones de respuesta (verdadero y falso).

Para responder a estos objetivos, los resultados de los 5 instrumentos que se aplicaron (sesión 1 “regulación emocional”, sesión 2 y 3 “técnicas de modificación conductual” sesión 5 “estrategias de regulación emocional centradas en los antecedentes” y sesión 9 “estrategias centradas en el estado emocional”) se muestran en las siguientes dos tablas, en la primera de ellas es posible observar los resultados por instrumento y en la tabla 2 se muestra el resultado total de los 5 instrumentos.

**Tabla 10**

*Cuartiles de los instrumentos que evaluaron el contenido teórico del programa*

| CUARTILES           | Instrumento 1<br>(Regulación emocional) | Instrumento 2<br>(Técnicas de modificación conductual) | Instrumento 3<br>(Técnicas de modificación conductual) | Instrumento 4<br>(Estrategias centradas en los antecedentes) | Instrumento 5<br>(Estrategias centradas en el estado emocional) |
|---------------------|---|--|--|--|---|
| Q1 (25%)            | 5,00                                    | 5,00   | 4,00   | 4,50   | 5,00  |
| Q2 (50%)<br>Mediana | 5,00                                    | 5,00   | 5,00   | 5,00   | 5,00  |
| Q3 (75%)            | 5,00                                    | 5,00   | 5,00   | 5,00   | 5,00  |

El puntaje mínimo que podían obtener los maestros por cuestionario era 0 y el máximo 5; en la tabla 1 es posible observar, que únicamente en los instrumentos 3 y 4 el 25% de los maestros obtuvo un resultado inferior o igual a 4,00 y 4,50 respectivamente y el 75% de los maestros obtuvieron un puntaje igual o menor a 5,00.

En el resto de los instrumentos (1, 2 y 5) se muestra que la mediana, es decir, el valor por debajo del cual se encuentran el 50% de los casos es igual o menor a 5,00 y también el 75% de los maestros obtuvieron un puntaje igual o menor a 5,00. Dado que el puntaje máximo que podían obtener por instrumento era de 5, es posible aseverar que el 25% de los maestros obtuvieron un puntaje igual a 5,00.

Respecto al total de los instrumentos, el puntaje mínimo que podían alcanzar los maestros por los 5 instrumentos era de 0 y el máximo de 25.

**Tabla 11**

*Resultados obtenidos por el total de maestros en los 5 instrumentos*

|                       |              |
|-----------------------|--------------|
| <b>Media</b>          | <b>23.76</b> |
| Moda                  | <b>25</b>    |
| <b>Desv. Estándar</b> | <b>1.4</b>   |
| Mínimo                | <b>20</b>    |
| Máximo                | <b>25</b>    |

En la tabla 10, se observa que el puntaje, mínimo obtenido por los maestros fue de 20 y el máximo de 25, así mismo, es posible observar que el puntaje que más se repitió fue 25; los maestros obtuvieron una media de 23.76 para el total de los instrumentos y una desviación estándar de 1.4, lo que indica que la mayor parte de los datos de la muestra se encuentran agrupados cerca de la media.

## **II. Resultados Generales sobre la Promoción de Estrategias y el Uso de Técnicas de Modificación Conductual Presentados en Línea Base y por Estrategia de Regulación Emocional**

En la línea base se aplicó la lista de cotejo “Estrategias de Regulación Emocional para maestros (ERE-M)” la cual estaba conformada por seis situaciones hipotéticas con condiciones similares que los maestros debían responder en tres momentos distintos, dicho instrumento evaluó:

- a) Las estrategias de regulación emocional que promoverían en cada situación
- b) El número de técnicas de modificación conductual que utilizarían por situación para promover las estrategias
- c) Las técnicas de modificación conductual que utilizarían antes de la aplicación del programa

Los resultados de dichos puntos se desarrollan en los siguientes párrafos.

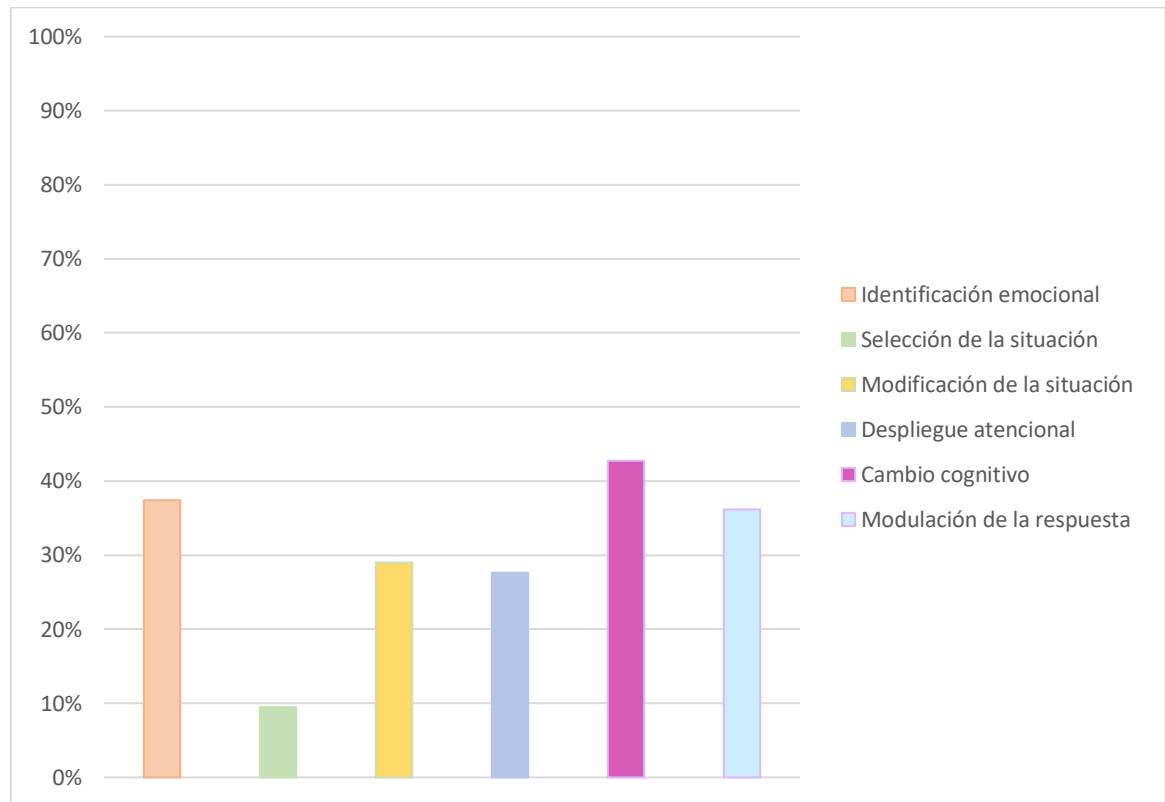
### ***a) Estrategias de Regulación Emocional que promoverían en cada situación***

En la figura 20 se muestra el porcentaje de maestros que reportaron que emplearían cada una de las estrategias de regulación emocional en las 6 situaciones hipotéticas.



**Figura 20**

*Porcentaje de maestros que utilizarían las estrategias de regulación emocional*



Se observa que el 43% del grupo promovería la estrategia “cambio cognitivo”; 37% alguna estrategia de “identificación emocional”; 36% la “modulación de la respuesta”; 29% la “modificación de la situación”; 28% promovería el “despliegue atencional” y solo 9% promovería la “selección de la situación”.

***b) Número de Técnicas de Modificación Conductual que Utilizarían por Situación para Promover las Estrategias***

Se les dio a los maestros la oportunidad de elegir de entre 4 técnicas de modificación conductual y una quinta opción de respuesta en caso de que de manera hipotética quisiera aplicar otra técnica (por ejemplo, el moldeamiento).

**Tabla 12**

*Promedio de técnicas de modificación conductual que utilizarían el total de maestros para promover la regulación emocional por situación hipotética*

|                | Situación 1 | Situación 2 | Situación 3 | Situación 4 | Situación 5 | Situación 6 |
|----------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| Media          | 1.28        | 1.61        | 1.42        | 1.42        | 1.47        | 1.66        |
| Desv. Estándar | 0.9         | 0.9         | 1.12        | 0.9         | 0.9         | 1.06        |

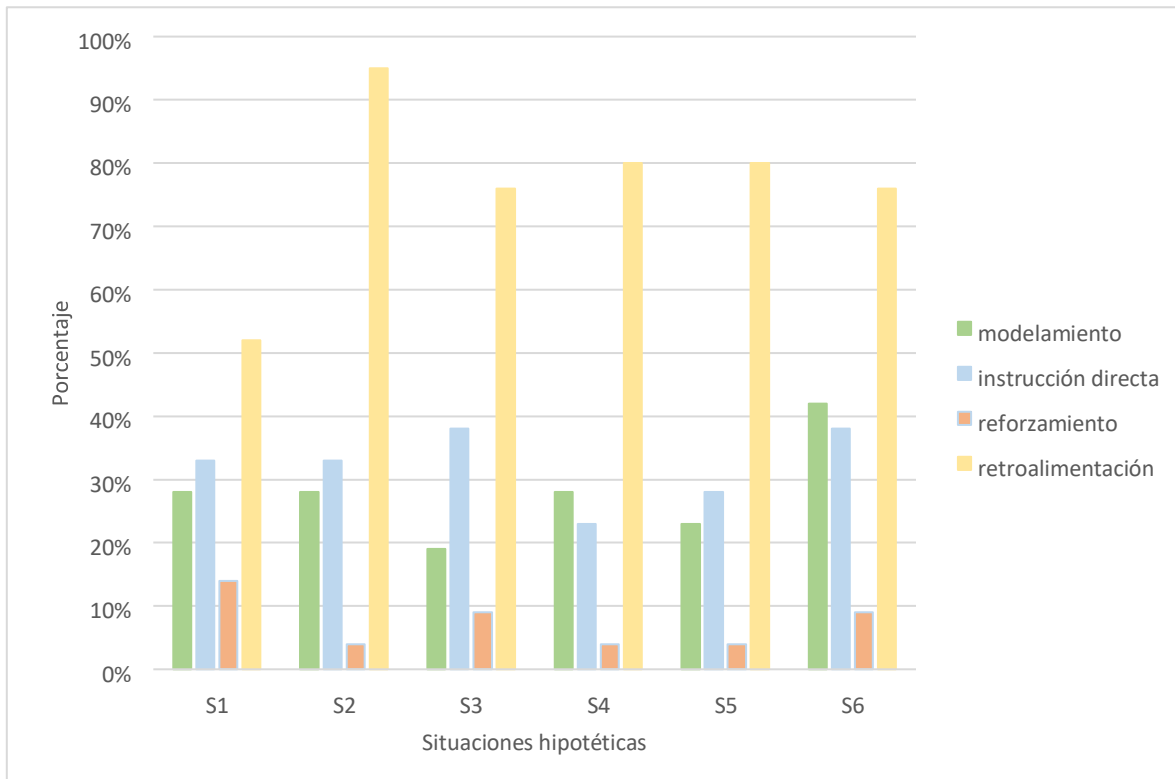
En la tabla 11 se puede observar que la media de técnicas de modificación conductual que los maestros reportaron fue de 1.28 en la primera situación, de 1.61 en la segunda situación; de 1.42 en la tercera y cuarta situación; de 1.47 en la quinta situación y de 1.66 en la sexta situación. La desviación estándar se muestra igual o mayor a 0.9, lo que expone la variación de los datos con relación a la media grupal.

***c) Técnicas de Modificación Conductual que Utilizarían***

Finalmente, este instrumento valoró las técnicas de modificación conductual que los maestros utilizarían en cada situación hipotética, los resultados se muestran a continuación en la figura 2 por situación (“S1” situación 1, “S2” situación 2, “S3” situación 3, “S4” situación 4, “S5” situación 5 y “S6” situación 6)

**Figura 21**

*Porcentaje del uso de técnicas de modificación conductual*



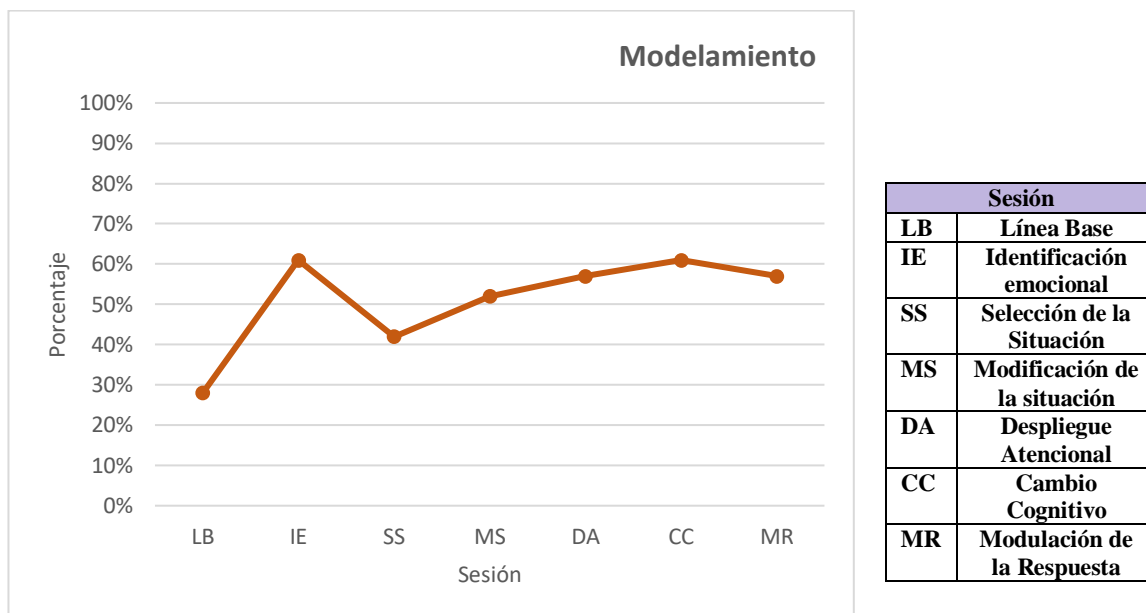
En la figura 21 se observa que la técnica de modificación conductual que más utilizarían los maestros sería la retroalimentación, muy por encima de la instrucción directa, el modelamiento y el reforzamiento siendo esta última la técnica menos reportada.

Los resultados sobre el uso de cada una de las técnicas de modificación conductual obtenidos en la línea base fueron comparados con los conseguidos en las sesiones 4, 5, 6, 7, 8 y 9 sobre la promoción de estrategias de regulación emocional y se presentan a continuación por técnica (modelamiento, instrucción directa, reforzamiento y retroalimentación).

En la figura 22 se puede observar la comparación entre el porcentaje del uso del modelamiento en la línea base y las sesiones de promoción de estrategias de regulación emocional.

**Figura 22**

*Porcentaje del uso del modelamiento en línea base y promoción de las estrategias de regulación emocional*

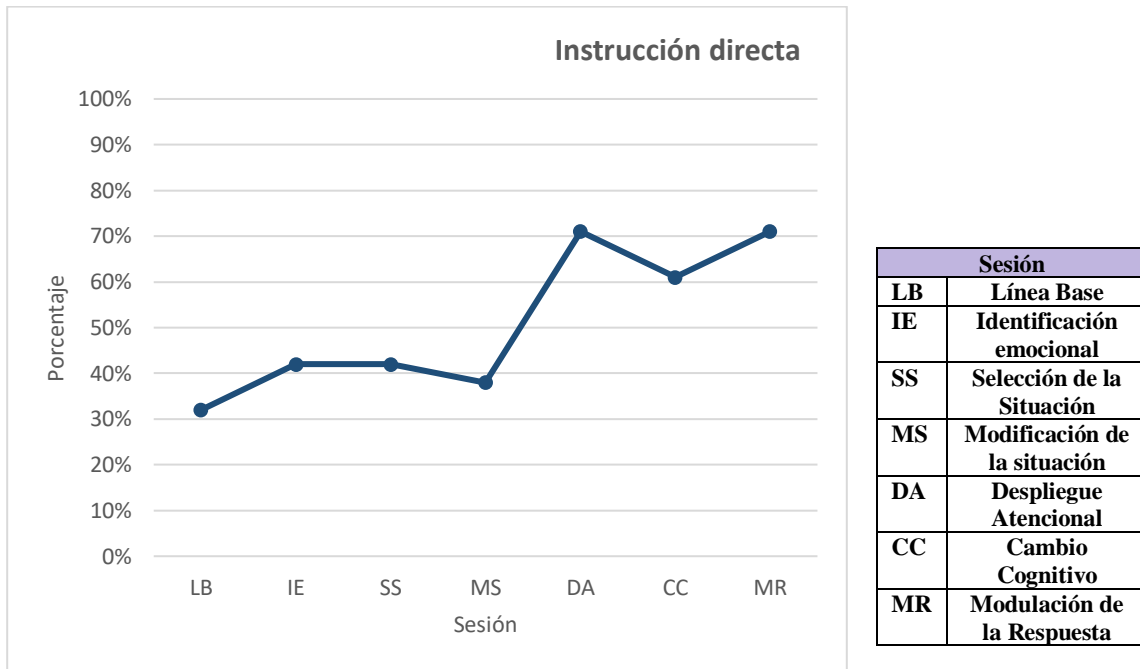


Se muestra un incremento entre el porcentaje del uso del modelamiento reportado en la línea base por parte de los maestros y las sesiones de promoción de estrategias de RE, es posible observar que el uso de la técnica tuvo un mayor uso en lo que respecta a la promoción de la identificación emocional y cambio cognitivo.

En la figura 23 se puede observar la comparación entre el porcentaje del uso de la instrucción directa en la línea base y las sesiones de promoción de estrategias de regulación emocional.

**Figura 23**

*Porcentaje del uso de la Instrucción directa en línea base y promoción de las estrategias de regulación emocional*

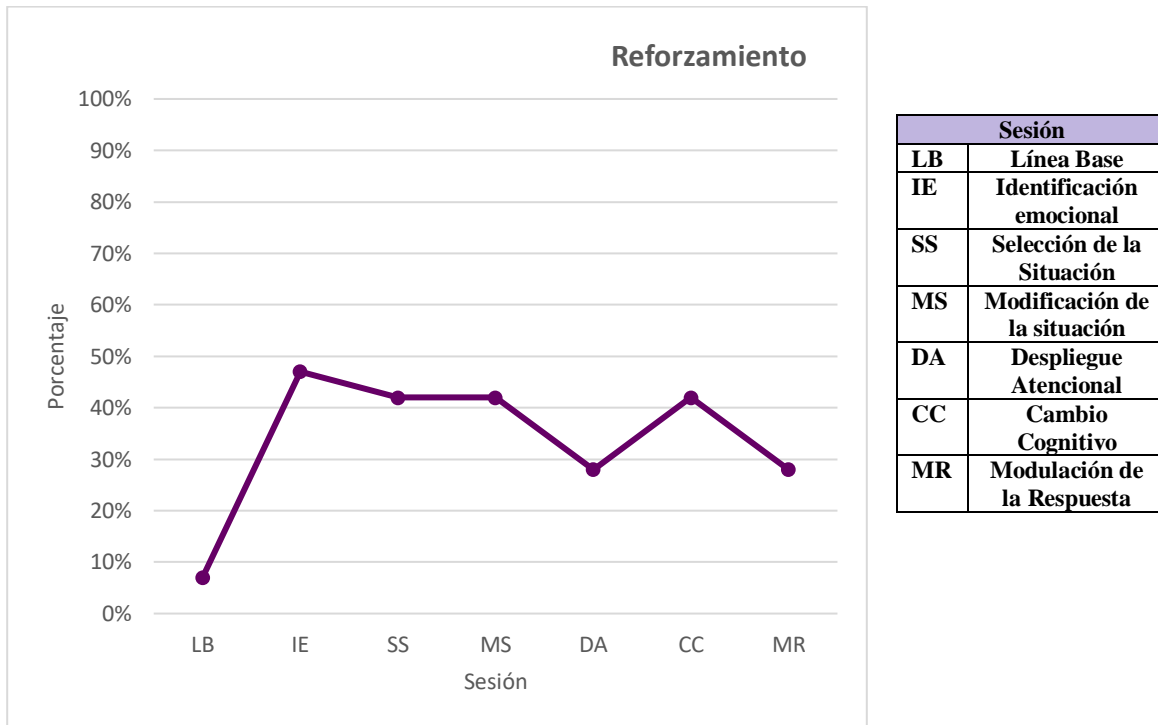


Los docentes reportaron un incremento en el uso de la instrucción directa en la promoción de estrategias de regulación emocional a diferencia de la línea base; únicamente en la sesión correspondiente a la promoción de la modificación de la situación (MS) se observa un decremento en el uso de la técnica (38%) que no alcanza el porcentaje reportado en la línea base (32%).

En la figura 24 se puede observar la comparación entre el porcentaje del uso del reforzamiento en la línea base y las sesiones de promoción de estrategias de regulación emocional.

**Figura 24**

*Porcentaje del uso del reforzamiento en línea base y promoción de las estrategias de regulación emocional*

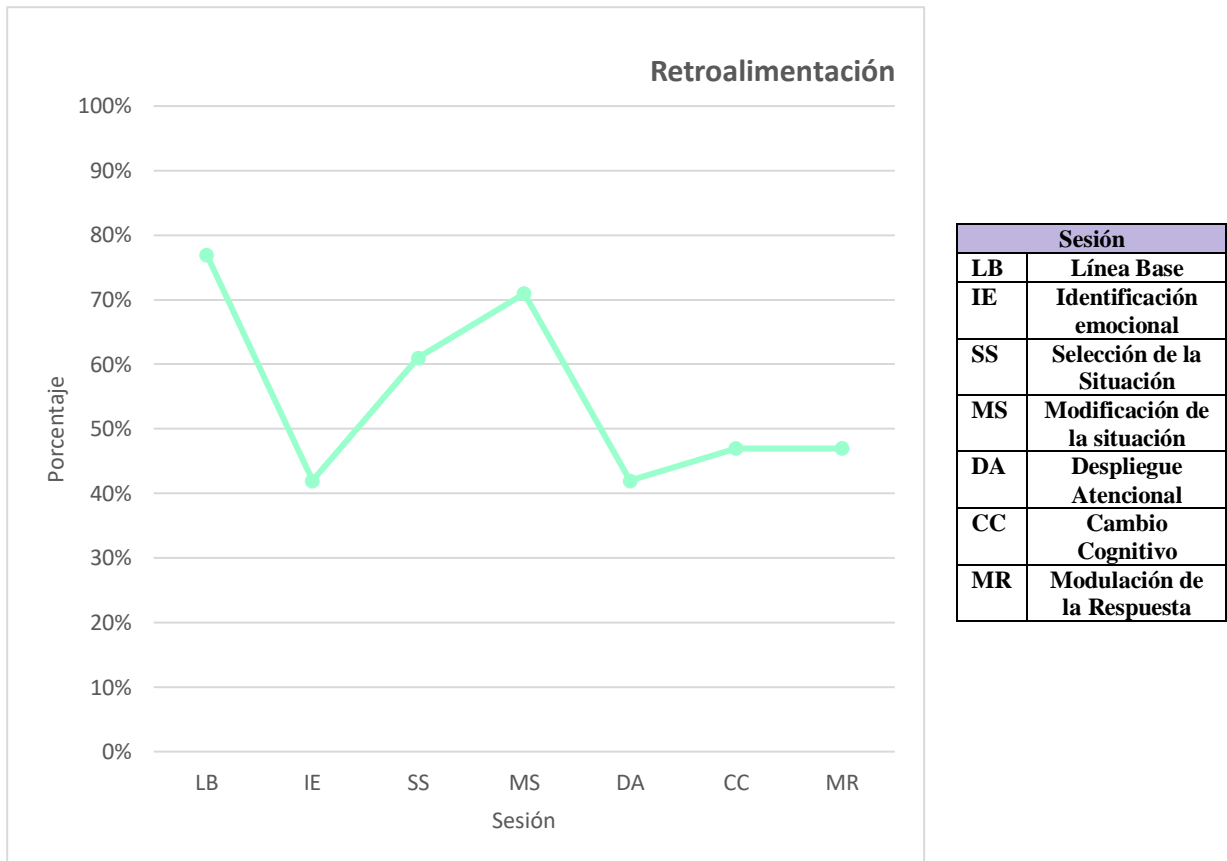


Se puede observar un claro aumento sobre el uso del reforzamiento entre la línea base y la promoción de estrategias de regulación emocional a pesar de que fue la técnica que reportaron los maestros que menos utilizarían en la línea base.

En la figura 25 se puede observar la comparación entre el porcentaje del uso de la retroalimentación en la línea base y las sesiones de promoción de estrategias de regulación emocional.

**Figura 25**

*Porcentaje del uso de la retroalimentación en línea base y promoción de las estrategias de regulación emocional*



A diferencia del modelamiento, la instrucción directa y el reforzamiento, la retroalimentación que fue la técnica de modificación conductual que los maestros reportaron que más utilizarían en el instrumento de evaluación inicial, mostró una disminución entre la línea base y la promoción de estrategias de regulación emocional como su observa en la figura 25.

### III. Porcentaje de Pasos Utilizados de las Técnicas de Modificación Conductual por Estrategia

A partir de la sesión 5 y hasta la sesión 9 se instituyeron 2 criterios de cambio que establecían que los maestros utilizarían por lo menos el 80% de los pasos de las técnicas de modificación conductual para promover las estrategias de regulación emocional en el aula.

Los maestros eligieron de entre las 4 técnicas de modificación conductual las que consideraron más adecuadas para la promoción de cada estrategia de RE; en la tabla 12 se puede observar el porcentaje de maestros (%M) que optaron por cada una de las técnicas y el porcentaje de los pasos (%P) que utilizaron de cada técnica.

**Tabla 13**

*Porcentaje de maestros que utilizaron cada una de las técnicas para promover una estrategia de regulación emocional y porcentaje del uso de sus pasos*

| Técnica de modificación conductual | Selección de la situación |            | Modificación de la situación |            | Despliegue atencional |             | Cambio cognitivo |             | Modulación de la respuesta |            |
|------------------------------------|---------------------------|------------|------------------------------|------------|-----------------------|-------------|------------------|-------------|----------------------------|------------|
|                                    | % M                       | % P        | % M                          | % P        | % M                   | % P         | % M              | % P         | % M                        | % P        |
| <b>Modelamiento</b>                | 42%                       | <b>91%</b> | 52%                          | <b>83%</b> | 57%                   | <b>97%</b>  | 61%              | <b>95%</b>  | 57%                        | <b>97%</b> |
| <b>Instrucción directa</b>         | 42%                       | <b>86%</b> | 38%                          | <b>97%</b> | 71%                   | <b>94%</b>  | 61%              | <b>100%</b> | 71%                        | <b>97%</b> |
| <b>Reforzamiento</b>               | 42%                       | <b>73%</b> | 42%                          | <b>89%</b> | 28%                   | <b>100%</b> | 42%              | <b>100%</b> | 28%                        | <b>94%</b> |
| <b>Retroalimentación</b>           | 61%                       | <b>65%</b> | 71%                          | <b>86%</b> | 42%                   | <b>92%</b>  | 47%              | <b>93%</b>  | 47%                        | <b>99%</b> |

Es posible observar que en la primera sesión en la cual se promovió la selección de la situación, la técnica que más emplearon los maestros fue la retroalimentación haciendo uso del 65% de sus pasos, seguida del reforzamiento del cual solo emplearon el 73% de sus pasos, respecto a la instrucción directa y el modelamiento, los maestros utilizaron arriba del 80% de sus pasos para promover la estrategia.

En el resto de las sesiones en las que se promovió la modificación de la situación, el despliegue atencional, el cambio cognitivo y la modulación de la respuesta, es posible



observar que los maestros hicieron uso de por lo menos el 80% de los pasos de cada una de las técnicas, es decir, siguieron la mayoría de los pasos en el aula para enseñarle a los niños a utilizar cada una de las estrategias.

#### IV. Comentarios de los maestros sobre el uso de técnicas y estrategias de regulación emocional

**Tabla 14**

*Comentarios de los maestros sobre el uso de técnicas y estrategias*

| Experiencia   | Estrategia                                 | Técnica utilizada  |
|---|--|--|
| <p>“Durante esta semana yo utilice el cuento "Hugo aprende a controlar su ira" para que mis alumnos identifiquen cuando se sienten enojados, como (sic.) se sienten y cómo hacen sentir a los demás con su comportamiento. Al terminar el cuento les hice preguntas dirigidas para reforzarlos”</p>   | <p><b>Identificación emocional</b></p>     | <p><b>Reforzamiento</b></p>                                    |
| <p>“Los niños se mostraban enojados y apáticos al realizar el ensayo del día de las madres en el patio, ya que se acaloraban bastante, por eso elegí que también podemos llevar a cabo el ensayo de el (sic.) bailable de día (sic.) de las madres en el salón de clases en lugar de hacerlo en el patio. Les di instrucciones y los retroalimente”</p> | <p><b>Selección de la situación</b></p>    | <p><b>Instrucción directa</b><br/><b>Retroalimentación</b></p> |
| <p>“Algunos de los niños lloran y hacen rabietas cuando llegan a la escuela y no quieren separarse de su mamá ya que mencionan que la extrañan y quieren estar con ella. Yo elegí enseñarles mediante la pintura, la</p>  | <p><b>Modificación de la situación</b></p> | <p><b>Instrucción directa</b><br/><b>Retroalimentación</b></p> |

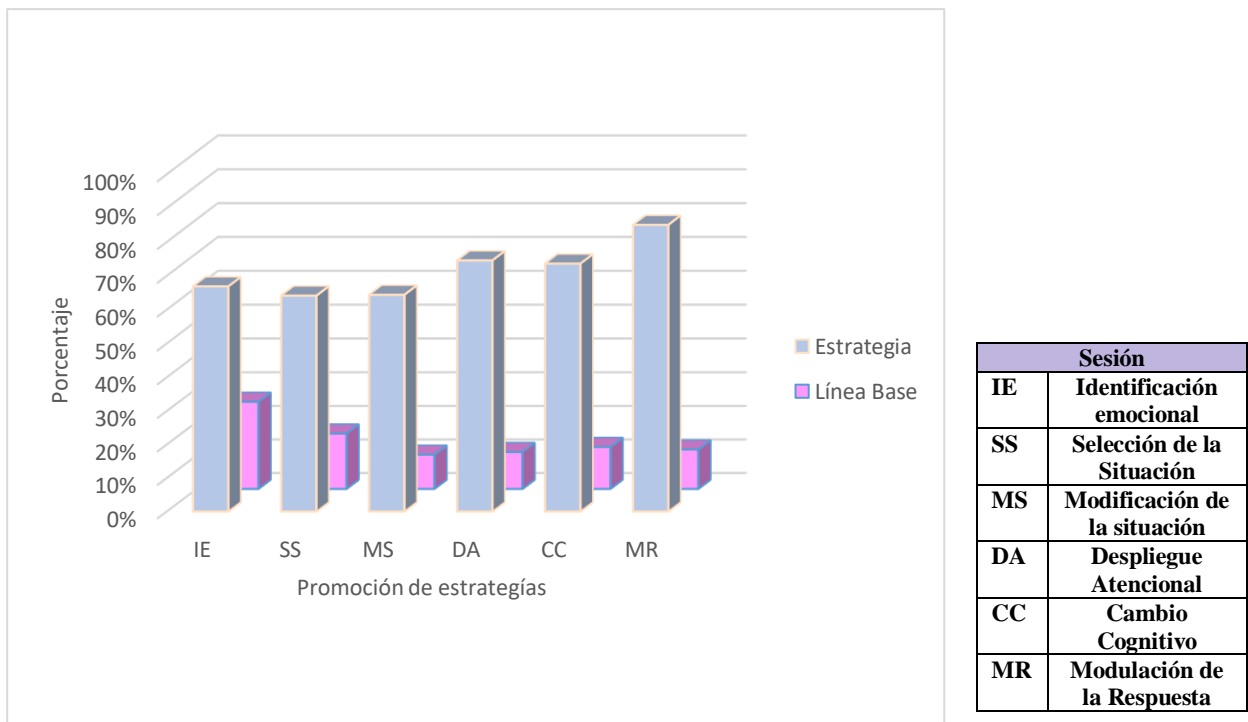
|   |  |  |
|---|--|--|
| <p>instrucción directa y la retroalimentación que la escuela es parte importante en la vida de los seres humanos y todos los niños deben separarse unas cuantas horas de sus padres, antes de llegar pueden planear lo que modificarán de la situación y hacerlo en el salón de clases para poder aprender, conocer amigos y jugar”</p>   |  |  |
| <p>“Durante la semana de evaluación tengo algunos niños que no quieren asistir porque realizamos dictado y eso les hace sentirse nerviosos por lo que para que no tengan ese sentimiento, primeramente reconocieron que los hacia (sic.) sentir nervioso y lleve al aula una pecera con dos peces les pedí que durante la evaluación pensarán que al final se los llevarían a casa por un día, dándoles las instrucciones (sic.) de lo que esperaba de ellos y reforzando la conducta durante la situación”</p> | <p><b>Despliegue atencional</b></p>                | <p><b>Instrucción directa</b><br/><b>Reforzamiento</b></p>                             |
| <p>“A mis alumnos les gusta mucho dibujar y colorear, pero existen ocasiones en las que se ponen tristes y desanimados ya que consideran que “no son buenos dibujando y que no les salen bonitos”. Por ello decidí usar un cuento, la instrucción (sic.) directa y la retroalimentación para cambiar estas ideas”</p>   | <p><b>Cambio cognoscitivo</b></p>                  | <p><b>Instrucción directa</b><br/><b>Retroalimentación</b></p>                         |
| <p>“Decidí utilizar técnicas de respiración para enseñarle a mis alumnos la importancia e impacto que tiene el hacerlo cuando estamos experimentando algún tipo de emoción fuerte. A su vez, les sugerí hacerlo como si tuvieran que inflar un globo, por lo que para la actividad hicimos uso de dichos materiales. No podían inflar el globo sin antes inhalar profundamente”</p>   | <p><b>Modulación de la respuesta emocional</b></p> | <p><b>Modelamiento</b><br/><b>Instrucción directa</b><br/><b>Retroalimentación</b></p> |

## V. Porcentaje de Niños que Utilizan las Estrategias de Regulación en Línea Base y Sesión de Promoción

El objetivo general del programa con los estudiantes de preescolar establecía que los niños utilizarían las estrategias de regulación emocional en el aula, por ello en la figura 26 es posible observar la comparación entre el uso de las estrategias que los maestros reportaron que los niños utilizaban en la línea base y por sesión mientras promovieron las estrategias de regulación emocional.

**Figura 26**

*Porcentaje de niños que utilizaban las estrategias en la línea base y durante la promoción de estrategias*



En la figura 26 se observa un claro incremento entre el uso de las estrategias en la línea base y durante la promoción de cada una de ellas. En la línea base se muestra que el 26% de los niños utilizaban estrategias de identificación emocional y menos del 20% de los niños utilizaban el resto de las estrategias. En cambio, en las sesiones que respectan a la

promoción de las estrategias es posible observar que arriba del 60% de los niños utilizaron las 6 estrategias.

## VI. Resultados Obtenidos en el Cuestionario de Evaluación del Programa

Se realizó un cuestionario de evaluación del programa, el cual estaba formado por 15 preguntas que valoran el material y contenido del programa, así como la atención brindada por parte de la psicóloga.

Fue una escala Likert con 4 opciones de respuesta (“completamente en desacuerdo (0)”, “en desacuerdo (1)”, “de acuerdo (2)”, “completamente de acuerdo (3)”) el puntaje máximo que podía reportar cada maestro era de 45 y el mínimo 0. Los resultados obtenidos por el total del grupo se muestran en la tabla 14.

**Tabla 15**

*Resultados obtenidos en el cuestionario de evaluación del programa*

| <b>Cuestionario evaluación del programa</b> |           |          |             |                |
|---|-----------|----------|-------------|----------------|
| Min.  | Max.      | Moda     | Media       | Desv. Estándar |
| <b>40</b>                                   | <b>45</b> | <b>3</b> | <b>44.3</b> | <b>1.41</b>    |

Se observa que el puntaje mínimo reportado por los maestros fue de 40 y el puntaje máximo fue de 45, así mismo, es posible observar que el grupo obtuvo una media de 44.3 y una desviación estándar de 1.41. La moda fue “3” es decir, la opción de respuesta que más se repitió fue “completamente de acuerdo”.

## VII. Análisis Estadístico

Al igual que en el programa dirigido a padres los datos obtenidos en el instrumento ERE-M se analizaron mediante el análisis de varianza factorial por rangos de Friedman, los resultados se muestran a continuación.

### Instrucción Directa

| Rangos      |      | Estadísticos de prueba a |             |
|-------------|------|--------------------------|-------------|
| <i>IDLB</i> | 3,24 | <i>N</i>                 | 21          |
| <i>IDIE</i> | 3,36 | <i>Chi-cuadrado</i>      | 19,652      |
| <i>IDSS</i> | 3,50 | <i>gl</i>                | 6           |
| <i>IDMS</i> | 3,64 | <i>Sig. asintótica</i>   | <b>,003</b> |
| <i>IDDA</i> | 4,83 |                          |             |
| <i>IDCC</i> | 4,55 |                          |             |
| <i>IDMR</i> | 4,88 |                          |             |

### Retroalimentación

| Rangos      |      | Estadísticos de prueba a |             |
|-------------|------|--------------------------|-------------|
| <i>RTLB</i> | 5,33 | <i>N</i>                 | 21          |
| <i>RTIE</i> | 3,19 | <i>Chi-cuadrado</i>      | 19,466      |
| <i>RTSS</i> | 3,14 | <i>gl</i>                | 6           |
| <i>RTMS</i> | 4,55 | <i>Sig. asintótica</i>   | <b>,003</b> |
| <i>RTDA</i> | 3,76 |                          |             |
| <i>RTCC</i> | 3,93 |                          |             |
| <i>RTMR</i> | 4,10 |                          |             |

Se compararon las medidas obtenidas a lo largo del programa con la misma muestra y se obtuvo una diferencia significativa en el uso de la instrucción directa ( $p= .003$ ) y de la retroalimentación ( $p=.003$ ) lo que quiere decir que los resultados se deben al programa aplicado y no al azar.

En cuanto a los datos obtenidos acerca del uso de estrategias por parte de los niños, el análisis se realizó mediante la prueba Wilcoxon, el mismo grupo se midió durante dos ocasiones, en la línea base y en la promoción de la estrategia en cuestión.

| <i>Selección de la situación</i>   | SS-LBSS     | <i>Modificación de la situación</i> | MS-LBMS     | <i>Despliegue atencional</i>       | DA-LBDA     | <i>Cambio cognitivo</i>            | CC-LBCC     | <i>Modulación de la respuesta</i>  | MR-LBMR     |
|------------------------------------|-------------|-------------------------------------|-------------|------------------------------------|-------------|------------------------------------|-------------|------------------------------------|-------------|
| <i>Z</i>                           | -3,136b     | <i>Z</i>                            | -3,809b     | <i>Z</i>                           | -3980b      | <i>Z</i>                           | -3,435b     | <i>Z</i>                           | -4,016b     |
| <i>Sig. Asintótica (bilateral)</i> | <b>,002</b> | <i>Sig. Asintótica (bilateral)</i>  | <b>,000</b> | <i>Sig. Asintótica (bilateral)</i> | <b>,000</b> | <i>Sig. Asintótica (bilateral)</i> | <b>,001</b> | <i>Sig. Asintótica (bilateral)</i> | <b>,000</b> |

Es posible observar una diferencia significativa entre ambas mediciones en la selección de la situación ( $p= 0.002$ ), la modificación de la situación ( $p= 0.000$ ), el despliegue atencional ( $p=0.000$ ), el cambio cognitivo ( $p= 0.001$ ) y la modulación de la respuesta ( $p=0.000$ ).

## DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El objetivo general de ambos programas de intervención consistió en:

Evaluar el efecto de un programa (para padres / maestros) sobre el uso de técnicas de modificación conductual para promover estrategias de regulación emocional con niños preescolares.

Para lograrlo, se consideraron diferentes aspectos desde los objetivos específicos:

### **Padres:**

- Que los padres reconocieran las técnicas de modificación conductual para promover las estrategias de regulación emocional, su importancia y cómo se llevan a cabo.
- Que los padres utilizaran las técnicas de modificación conductual para promover una estrategia de identificación emocional con sus hijos.
- Que los padres utilizaran las técnicas de modificación conductual para promover las estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional.
- Que los padres utilizaran las técnicas de modificación conductual para promover las estrategias centradas en el estado emocional.

### **Maestros:**

- Que los maestros identificaran las técnicas de modificación conductual para promover las estrategias de regulación emocional y sus características
- Que los maestros emplearan al menos dos técnicas de modificación conductual para promover una de las estrategias de identificación emocional en el aula al menos una vez durante la semana
- Que los maestros utilizaran dos técnicas de modificación conductual para promover al menos dos de las estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional haciendo uso de dos técnicas de modificación conductual
- Que los maestros utilizaran dos técnicas de modificación conductual para promover la estrategia centrada en el estado emocional

Los resultados obtenidos permiten observar que el objetivo general se cumplió de manera satisfactoria; la emoción tuvo un efecto positivo y el trabajo con padres y maestros a lo largo del programa originó que éstos identificarán en primer lugar las características de las técnicas de modificación conductual, destacando el papel en la promoción de conductas nuevas y el incremento de conductas que ya forman parte del repertorio de sus hijos y alumnos (Granado, 2002).

En segundo lugar, reconocieron que es principalmente a través de estas cuatro técnicas que se desarrolla el uso de las estrategias de regulación emocional tanto en la escuela como en casa, a través de interacciones lingüísticas en forma de instrucciones, en función de las consecuencias reforzantes, por retroalimentación y observación (Monjas, 2002).

Se realizó un amplio énfasis en esta última técnica (modelamiento) por parte de los padres, quienes afirmaron que no habían dado cuenta de que el comportamiento de sus hijos al experimentar una emoción intensa era similar o idéntico a como se comportaban ellos al experimentar una emoción similar o igual, como menciona Bandura (1987) muchas conductas se aprenden por imitación de modelos en el día a día.

Los padres no solo continuaron intentando promover el uso de las estrategias de regulación emocional con sus hijos, sino que comenzaron a hacer uso de ellas para el control de sus propias emociones.

Además, al promover las estrategias de regulación emocional mediante las técnicas, los niños también comenzaron a hacerlo con sus padres, por ejemplo a dar instrucciones sobre cómo respirar para controlar un comportamiento derivado de una emoción cuando veían que sus padres no se estaban regulando.

Por su parte los maestros reconocieron que algunas de estas técnicas de modificación conductual ya las empleaban en la escuela para promover diversos comportamientos, por ejemplo, derivado de la pandemia hicieron uso de la instrucción directa, el reforzamiento y la retroalimentación para enseñar a los niños a lavar adecuadamente sus manos, mantener sana distancia y mantener limpios sus objetos personales, sin embargo, fue a partir del programa que comenzaron a hacer uso de las técnicas para promover el uso de estrategias de regulación emocional con sus alumnos.

Finalmente, tanto padres como maestros demostraron un incremento en el uso de las técnicas de modificación conductual entre la línea base y el programa, en especial del



modelamiento, el cual además es considerado por Whitebread y Basilio (2012) como un factor externo que influye en el desarrollo de la regulación emocional.

En conclusión, ambos programas demostraron resultados positivos, como los mencionados por Robles y Romero (2011) de entre los que destacan:

- Una mejora en la comunicación familiar, pues los padres mencionan haber aprendido a identificar, nombrar y comunicar sus propias emociones con sus hijos y a escucharlos, indagando acerca de lo que sienten y guiándolos en ello.
- Reducción de conflictos en casa, pues en ocasiones las emociones de los niños y sus conductas derivadas llevaban a los padres a mostrarse enojados y estresados por no poder concluir con las actividades planeadas en el día a día, y al promover la regulación emocional estos conflictos decrecieron.
- Disminución del castigo físico, los padres mencionan que en ocasiones no entendían lo que sus hijos estaban sintiendo y su comportamiento era calificado como un “berrinche” lo que era castigado mediante golpes y gritos; al promover que los menores expresen lo que están sintiendo, los padres lograron detenerse a analizar cómo podían apoyar a sus hijos para regular esa emoción.

En cuanto a los maestros, estos mencionaron que la promoción de estrategias de regulación emocional les permitió crear espacios de aprendizaje y observaron mejoras en el rendimiento académico de los niños (Triana y Velásquez, 2014; Arredondo, 2020) así mismo se plantearon la posibilidad de crear nuevas estrategias para integrar a los padres en la promoción de diversas habilidades de los alumnos, no solo de la regulación emocional.

El tema de las técnicas de modificación conductual se comenzó a desarrollar en la segunda sesión en ambos programas, en el caso de los padres se realizó una síntesis por sesión derivado de la idea de que no estaban familiarizados con ellas; en cuanto a los maestros, únicamente se desarrolló la parte teórica en las sesiones dos y tres y comenzaron la práctica en la sesión cuatro, dado que estas técnicas suelen ser parte de su día a día para desarrollar diversas conductas en el aula, únicamente se les proporcionaron dos infografías con los detalles de cada técnica, las cuales se dejaron publicadas en la plataforma de Classroom.

En general es posible verificar el incremento en el uso de las técnicas en el programa en comparación con la línea base, sin embargo, en el análisis estadístico es posible ver que

con los padres únicamente obtuvieron resultados significativos en el uso del modelamiento y la instrucción directa, lo que quiere decir, que los resultados se deben al programa y no al azar.

En lo que respecta al reforzamiento y la retroalimentación podemos argumentar que los resultados se deben a que los padres reportaron que durante la línea base ya hacían un gran uso de estas dos técnicas.

Por otro lado, en el análisis estadístico en el programa dirigido a muestras, se observa un resultado significativo en cuanto al uso de la instrucción directa y la retroalimentación; lo que quiere decir, que los resultados se deben al programa y no al azar.

En lo que se refiere al modelamiento y el reforzamiento, los datos no fueron estadísticamente significativos, esto puede ser debido a que los maestros argumentaron utilizar las técnicas de modificación conductual dependiendo de la estrategia a promover y ambas fueron técnicas que utilizaron poco; en su mayoría hicieron uso de la instrucción directa, la cual les permite valerse del lenguaje oral o escrito para describir a los niños paso a paso lo que deben hacer (Barraca, 2014); esta estrategia permite el trabajo con el grupo completo, además de esta última, hicieron un mayor uso de la retroalimentación la cual podían empelar con el grupo completo especificando lo que algunos de los menores habían realizado bien y lo que no en relación a lo que se esperaba de ellos (Ramaprasad, 1983).

En cuanto a los niños se estableció un objetivo general:

- Que los niños utilizarán estrategias de regulación emocional con apoyo (de sus padres / de sus maestros).

Como resultado de la promoción a través del uso de técnicas de modificación conductual, en ambos programas los niños mostraron un incremento en el uso de las estrategias, esto quiere decir, que el objetivo se cumplió favorablemente.

El análisis estadístico de los niños en ambos programas mostro un resultado estadísticamente significativo, lo que quiere decir que los cambios en el uso de las estrategias de regulación emocional se deben a los programas dirigidos a padres y maestros respectivamente y no a otros factores.

Conviene subrayar que en ambos programas se trabajó mediante un diseño (Intra serie) de cambio de criterio (Núñez, 2020), se establecieron cinco criterios de cambio con los padres y cuatro criterios de cambio con los maestros. Las estrategias de regulación emocional se brindaron de la más sencilla a la más compleja y fue posible observar que los padres y maestros cumplieron con el total de los criterios de cambio.

En lo que respecta a la contribución del programa al estado actual del problema, como menciona Darling-Hammond (1997) el psicólogo escolar busca ampliar habilidades académicas y socioemocionales que contribuyan al éxito de los menores interviniendo no solo con los niños, sino, con sus padres y maestros.

Por lo que el programa del presente proyecto fue dirigido tanto a padres como a maestros, con la finalidad de enseñarles cómo promover estrategias de regulación emocional con los niños preescolares; apoyando y haciendo énfasis en el papel tan relevante que juegan tanto los padres como los docentes en el desarrollo de la regulación emocional de los niños preescolares (Sabatier, Restrepo, Moreno, Hoyos y Palacio 2017; Ríos, 2011; Merino, 2017).

Así mismo, en las sesiones teóricas se les explicó la relevancia del desarrollo de la regulación emocional durante esta etapa, buscando así crear consciencia sobre el tema y revirtiendo la idea expuesta por Ballen y Sandoval (2012) quienes identificaron que para los padres de niños en edad preescolar, no es importante centrarse en el desarrollo emocional de sus hijos ya que los consideran “muy pequeños”.

Aunque el programa fue dirigido a la promoción de estrategias de regulación emocional con niños preescolares, los padres mencionaron generalizar el uso del material para la promoción con sus hijos mayores (incluidos adolescentes) e incluso con ellos mismos, este es uno de los aportes más significativos del programa, ya que las sesiones e información brindada en éstas permiten que los padres puedan analizar el contenido e implementarlo en su día a día con diferentes miembros de la familia.

Además, en la información cualitativa fue posible identificar que los padres y maestros no solo tuvieron la oportunidad de enseñar estrategias de regulación emocional a sus hijos y alumnos, sino que, también ellos comenzaron a emplearlas como una alternativa más eficaz a las estrategias que utilizaban antes, por ejemplo, hacer uso de la técnica de la tortuga en lugar de retirarse de la situación sin identificar sus emociones, o en el caso de

los maestros, cambiando el lugar de ensayo de algún evento para así impactar en la emoción que provocaba el hacerlo en un espacio y horario sumamente caluroso.

Ambos programas se llevaron a cabo mediante el aprendizaje híbrido; como menciona González (2020) éste ha dado como resultado el incremento en el desarrollo del aprendizaje y un alto grado de satisfacción de los participantes con la metodología, observándose una mayor participación activa en el proceso enseñanza-aprendizaje, tanto los maestros como los padres accedían a la información en el horario y día de su preferencia, además docentes de diferentes partes de la república mexicana tuvieron la oportunidad de formar parte de un programa acerca del tema de su interés sin la necesidad de desplazarse de su lugar de residencia ni de solicitar algún permiso en su lugar de trabajo.

En particular, los maestros expusieron repetidamente la necesidad de integrar a los padres de sus alumnos en programas para promover el uso de estrategias de regulación emocional con los niños, por ello, como resultado de la información brindada en el taller y su experiencia y conocimientos previos, se realizó un pequeño folleto, con la opción de ser modificado, que los docentes distribuirán con los papás de sus alumnos.

Además, el programa fue diseñado para brindar información teórica y ejemplos prácticos a los maestros, buscando que con base en sus conocimientos y experiencia ellos pudieran planear las actividades que realizarían en el aula, las cuales podrían formar parte incluso de su planeación diaria para la SEP, esto permitió que se mostraran analíticos ante el tema y que posteriormente tuvieran la oportunidad de crear nuevos planes a partir de la información ofrecida en pequEmoción, para así intervenir con nuevas generaciones de alumnos, sin importar su edad ni el grado al que pertenecían, este como resultado de la rotación de grados y grupos por docente que se realiza al inicio de cada ciclo escolar en las escuelas.

Por su parte los maestros mencionaron que continuarán haciendo uso de la información brindada para emplearla con nuevas generaciones y solicitaron que el grupo en la plataforma de Classroom permaneciera activo y con la información proporcionada a la mano.

Aunque toda la información se les proporcionó con un formato que permitía que fuera impresa para que la tuvieran a la mano, esta es una de las principales ventajas del trabajo en línea, pues mientras la plataforma continúe activa ellos podrán seguir accediendo a la información brindada cuando y desde donde quieran.

En cuanto a los niños, el promover las estrategias de regulación emocional les dio la oportunidad de reconocer que;

- 1- Es relevante identificar las emociones
- 2- Las emociones se experimentan de forma diferente (respuesta multifacética) y es importante poder reconocerlas y nombrarlas
- 3- Existen diversas formas de actuar ante una emoción para regularla dependiendo del contexto
- 4- Es posible modificar una situación o elemento de ella, con el fin de impactar en su emoción
- 5- Las estrategias de regulación emocional pueden ser empleadas ante cualquier emoción y en cualquier momento de la vida
- 6- Regular las emociones es parte de las reglas socialmente establecidas

Por último es necesario mencionar, que si bien, la necesidad de promover estrategias para enseñar a los niños preescolares a regular sus emociones, no es una necesidad propia de los últimos tres años en los cuáles el mundo se enfrentó a la pandemia por COVID-19, sí es importante destacar las modificaciones a nivel social por la pandemia, como el confinamiento obligatorio que generó diversos cambios emocionales (UNICEF, 2021) como resultado del acceso por medios de comunicación a toda la información sobre la pandemia y resaltar la contribución del presente programa a la promoción de estrategias de regulación emocional en casa y en la escuela en este período tan complicado a nivel mundial.

Muchos de los niños que entre el año 2020 y el año 2022 cursaron preescolar o algún grado de esta etapa, probablemente ingresarán durante estos meses por primera vez a la educación presencial, además de ello, se comenzarán a observar las secuelas del confinamiento y el regreso a la vida como la conocíamos, por lo que será de gran importancia continuar creando programas que busquen promover el uso de estrategias de regulación emocional con esta población.

PequEmoción es un programa que puede ser adaptado para emplearse en diversos grados, con alumnos de cualquier edad o en áreas diferentes a la psicología y la educación.

A modo de conclusión puede mencionarse que, los resultados obtenidos con el programa “pequEmoción”, sustentan la importancia de capacitar tanto a padres y maestros para que aprendan no solo a promover estrategias de regulación emocional con los niños

preescolares, sino a emplear las técnicas de modificación conductual para incrementarlas e incluir nuevas conductas en el repertorio de los menores. Así como, identificar y modificar su propio comportamiento derivado de la experiencia de emociones intensas.

Se reconocen algunas limitaciones a considerar para intervenciones a futuro.

Primero, es importante invitar a los padres y maestros a imprimir su material de apoyo para consultarlo de manera recurrente y de esta manera mantener fresca la información brindada, ya que al ser programas cuyo mayor contenido se encuentra expuesto en línea, no se pueden realizar sesiones de larga duración y para ellos es difícil consultar el vídeo explicativo varias veces durante la semana.

En segundo lugar, es importante incrementar el número de participantes en el programa, para ello, se sugiere realizar una convocatoria abierta al público y no en instituciones ya establecidas.

En tercer lugar, el trabajo en ningún momento se realizó en un espacio físico, esto impidió la oportunidad de observar el comportamiento de los niños previo, durante y posterior al programa, por lo que se recomienda planear algunas actividades que den pie a momentos de observación en tiempo real, por ejemplo, sesiones mediante la aplicación Zoom en las cuales los niños participen.

En cuarto lugar, en el programa con padres, las sesiones en línea se llevaron a cabo mediante Facebook y con los maestros a través de Google, ambas plataformas cuentan con una amplia gama de herramientas para el trabajo y algunas restricciones, por lo que se sugiere hacer uso de ambas plataformas considerando lo mejor de cada una.

Finalmente se recomienda realizar un registro diario, para que los padres y maestros tengan la oportunidad de documentar:

- 1- Cuántas veces promueven una estrategia de regulación emocional
- 2- Qué técnicas de modificación conductual emplean para dicha promoción
- 3- El número de ocasiones que los niños utilizan una estrategia de regulación emocional con ayuda
- 4- El número de ocasiones que los niños utilizan una estrategia de regulación emocional sin ayuda
- 5- Y el número de veces que los niños invitan a alguien más a utilizar una estrategia de regulación emocional

Estas recomendaciones permitirán tener resultados más claros del trabajo mediante plataformas electrónicas, mientras se continúan promocionando habilidades de regulación emocional con los niños mediante el uso de técnicas de modificación conductual por parte de sus padres y maestros.

## REFERENCIAS

Acosta, A. (2008) *Educación emocional y convivencia en el aula*. España: Secretaría General Técnica. Recuperado el 02 de Octubre de 2021, de [https://books.google.com.mx/books/about/Educación\\_emocional\\_y\\_convivencia\\_en\\_el.html?id=zC\\_9eE8zv20C&redir\\_esc=y](https://books.google.com.mx/books/about/Educación_emocional_y_convivencia_en_el.html?id=zC_9eE8zv20C&redir_esc=y).

Albert, M. (2017, Abril). Técnicas de Modificación de Conducta. *Asociación Española para el síndrome de Prader Will*, 305-317. Recuperado el 20 de Julio de 2021, de <https://www.praderwilliar.com.ar/archivos/libro/DOCS/pdf/ANEX-V.pdf>.

Álvarez, E. (2020). Socio-emotional education. From regulatory approach, to personal and social growth. *Asociación Latinoamericana de sociología*, 11(20), 3898- 408.

Arancibia, V., Herrera, P. y Strasser, K. (2008). *Manual de Psicología Educacional*. Chile: Ediciones Universidad Católica de Chile.

Arroyo, M., García, P. y Miranda, V. (2020, Abril). ¿Cómo manejar las emociones de los niños durante la pandemia?. *Universidad la Salle*. Recuperado el 02 de Noviembre del 2021, de <https://colegiolasalle.edu.mx/>.

Bados, A. y García, E. (2011). *Habilidades Terapéuticas*. España: Universidad de Barcelona.

Ballen, L. y Sandoval, M. (2012). *Diseño de un programa de autorregulación emocional (PAE) en niños dirigido a padres*. Tesis de Maestría. Universidad Iberoamericana. Recuperado el 22 de Agosto de 2021, de <https://www.iber.edu.com>.



- Barraca, J. (2014). *Técnicas de modificación de conducta. Una Guía Para Su Puesta en Práctica*. México: Editorial Síntesis, S. A.
- Barros, L., Goes, R. y Pereira, A. (2015). Autorregulacao parental, regulacao emoiconal e temperamento: implicacoes para a intervencao. *Estudios de Psicología Campinas*, 32(2), 3-31.
- Bromley, Y. (2017). *Acompañamiento pedagógico y reflexión crítica docente, en las instituciones educativas del nivel primaria, tercer ciclo, UGEL N° 05, El Agustino, Lima 2017*. Tesis de Maestría. Universidad César Vallejo.
- Calderón, M. (2012). *Aprendiendo sobre las emociones: manual de educación emocional*. Costa Rica: Coordinación Educativa y Cultural Centroamericana.
- Caycedo, C., Gutiérrez, C., Ascencio, V. y Delgado, A. (2005). Regulación emocional y entrenamiento en solución de problemas sociales como herramienta de prevención para niños de 5 a 6 años [versión electrónica]. *Suma Psicológica*, 12(2), 157-173.
- Classroom, (s.f). *Classroom*. Classroom. [https://edu.google.com/intl/es-419\\_ALL/workspace/for-education/classroom](https://edu.google.com/intl/es-419_ALL/workspace/for-education/classroom).
- Company, R. (2016). Regulación emocional interpersonal de las emociones de ira y tristeza. *Boletín de Psicología*, 104(s/n), 7-36.
- Cuervo, A. (2010). Pautas de crianza y desarrollo socio afectivo en la infancia [versión electrónica]. *Perspectivas en psicología*, 6(1), 111-121.

Darling-Hammond, L. (1997). *The Right To Learn*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.

Delgado, B. y Contreras, A. (2008). *Psicología del desarrollo: desde la infancia hasta la vejez*. España: McGraw-Hill.

Dongil, E. y Cano, A. (2014). *Guía de autoayuda sobre tipos de intervención para manejar las emociones*. España: Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés (SEAS). Recuperado el 26 de noviembre del 2021 de <https://books.google.com.mx/books?id=5HvHCQAAQBAJ>.

Echeverria, J. (2011). Educación y nuevas tecnologías: El plan europeo E-learning [versión electrónica]. *Revista de Educación*, (número extraordinario), 201-210.

Eisenberg, N. y Sulik, M. (2012). Emotion-Related Self-Regulation in children [versión electrónica]. *Teach Psychol*, 39(1), 77-83.

Esquivel, F. (2014). *Regulación emocional, correlación materna y temperamento en la primera infancia*. Tesis doctoral. Universidad Nacional Autónoma de México.

Evans, A. y Porter, C. (2009). The emergende of mother-infant co-regulation during the first year: links to infants' developmental status and attachment [versión electrónica]. *Infant Behav Dev*, 32(2), 147-58.

Facebook, (s.f.). *Tu manual de Facebook*. Facebook. <http://www.aeped.es/sites/default/files/manual-facebook.pdf>.

Flores, D. (2017). Disregulación emocional y emociones morales en educación: aportaciones desde la neuropsicología [versión electrónica]. *Revista de la escuela de ciencias de la educación*, 1(14), 83-98.

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia UNICEF (2021, Julio). *Primera Infancia. Impacto emocional en la pandemia* [Folleto]. Recuperado el 13 de Febrero del 2022, de Estado Mundial de la Infancia 2021 | UNICEF.

Fóster, C. (2017). *El poder de la Evaluación en el aula: mejores decisiones para promover aprendizajes*. Chile: Ediciones Universidad Católica de Chile.

Fuerte, K. (2017). *Aprendizaje híbrido: ¿el futuro de la educación superior?*. México: *Observatorio de Innovación Educativa*. Recuperado el 19 de Septiembre del 2021, de <https://observatorio.itesm.mx/edu-news/2017/10/13/aprendizaje-hibrido-el-futuro-de-la-educacion-superior>.

García, A. (2019). Neurociencia de las emociones: la sociedad vista desde el individuo. Una aproximación a la vinculación sociología-neurociencia. *Sociológica*, 34(96), 173-187.

Gil, M. y Sánchez, O. (2004). Educación inicial o preescolar: el niño y la niña menores de tres años. Algunas orientaciones a docentes [versión electrónica]. *Educere*, 8(27), 535-543.

Gimeno, A. (2006). *Educador especial de la junta de Galicia*. España: Servicios de Editorial MAD.

- González, A. (2020, Julio). Aprendizaje híbrido: Aportes para el desarrollo pedagógico de una educación en modalidad presencial-virtual. *Universidad Autónoma de Occidente*, 1-18. Recuperado el 16 de Enero de 2022, de [https://www.researchgate.net/publication/350017753\\_Modelo\\_de\\_aprendizaje\\_Hibrido](https://www.researchgate.net/publication/350017753_Modelo_de_aprendizaje_Hibrido).
- Granado, C. (2002). Los programas y técnicas de modificación de conducta: una alternativa a la educación del niño autista [versión electrónica]. *Revista de educación*, 4(2), 245-250.
- Gross, J. (2001). Emotion Regulation in Adulthood: Timing is Everything [versión electrónica]. *Current Directions in Psychological Science*, 10(6), 214-219.
- Gross, J. (2014). *Handbook of Emotion Regulation*. New York: Guilford Publications. Recuperado el 12 de Septiembre del 2021, de <https://www.guilford.com/books/Handbook-of-Emotion-Regulation/James-Gross/978146252073>.
- Gross, J. y Gotman, D. (1999). Correlation of high-frequency oscillations with the sleep-wake cycle and cognitive activity in humans [versión electrónica]. *Neuroscience*, 94(4), 1005-1018.
- Hervás, G. y Moral, G. (2017). *Regulación emocional aplicada al campo clínico*. España: FOCAD.
- Hervás, G. y Vázquez, C. (2006). La regulación afectiva: Modelos, investigación e implicaciones para la salud mental y física. *Revista de psicología general y aplicada*, 59(1-2), 9-36.

- Hoffman, J. y Pearson, D. (2000) Reading teacher education in the next millennium: What your grandmother's teacher didn't know that your granddaughter's teacher should. *Reading Research Quarterly*, 35(1), 28-44.
- Kazdin, A. (2000). *Modificación de la conducta y sus aplicaciones prácticas*. México: Editorial el Manual Moderno.
- Kerlinger, F. y Lee, H. (2002). *Investigación del comportamiento. Métodos de investigación en ciencias sociales*. México: McGraw Hill. <http://hdl.handle.net/2445/18382>.
- Martínez, G. (2019). Para no salirse cauce: la regulación emocional en el trabajo docente [versión electrónica]. *Revista Digital Universitaria*, 20(6), 1-11.
- Mauss, B., Levenson, R., McCarter, L., Wilhelm, F., y Gross, J. (2005). The Tie That Binds? Coherence Among Emotion Experience, Behavior, and Physiology [versión electrónica]. *Emotion*, 5(2), 175–190.
- Mercé, M. (2004). *La inteligencia emocional aplicada a situaciones límite*. México: Amat editoriales.
- Merino, S. (2017). *La carpeta de las emociones; Proyecto didáctico para segundo ciclo de educación infantil*. Tesis de licenciatura. Universidad Internacional de la rioja. Recuperado el 18 de noviembre de 2020, de <https://www.unirioja.es/>.
- Mohamad, S. (2018, Abril). Principle of Behaviour Modification. *Open University Malaysia*, 1-15.

- Monjas, I. (2002). *La competencia personal y social*. España: Universidad de Valladolid.
- Moreno, V. y Martín, R. (2011). *Mantenimiento y rehabilitación psicosocial de las personas dependientes en domicilio*. México: IC Editorial.
- Muñoz, C., Crespi, P. y Angrehs, R. (2011) *Habilidades sociales*. México: Editorial Paraninfo.
- Nozaki, Y. y Mikolajczak, M. (2020). Extrinsic emotion Regulation. *Emotion (Washington D.C.)*, 20(1), 10-15.
- Olaya, V. (2019). *Autorregulación emocional en alumnos de transición*. Tesis de licenciatura. Universidad del Desarrollo. Recuperado el 24 de Febrero de 2022, de <https://www.udd.cl/>.
- Olivares, J. y Méndez, F. (2014). *Técnicas de Modificación de Conducta*. España: Biblioteca nueva. Psicología Universidad.
- Organización Mundial de la Salud OMS (2020, Abril). *'Mi héroe eres tú: ¿cómo pueden los niños luchar contra la Covid-19!'*. [Folleto]. Recuperado el 30 de Enero del 2021, de <https://www.who.int/es>.
- Osorio, A. (2012). Ambientes híbridos de aprendizaje: elementos para su diseño e implementación [versión electrónica]. Universidad autónoma de Colombia, 1(58), 1-79.

Papalia, D., Duskin, R. y Martorell, G. (2012). *Desarrollo Humano*. México: Mc Graw Hill Education.

Peñafiel, E. y Serrano, C. (2010). *Habilidades sociales*. España: EDITEX editorial.

Ramsden, P. (2003). *Learning to teach in higher education*. New York: Routledge Falmer.

Reyes, M. (2015). *Regulación emocional en usuarios con trastornos de ansiedad generalizada, reporte de efectividad del modelo integrativo para la regulación emocional grupal (MIRE-G)*. Tesis de licenciatura. Universidad Iberoamericana. Recuperado el 03 de Abril del 2021, de <https://ibero.mx/>.

Ríos, M. (2011). *Taller para padres de familia, docentes y niños como generadores de alternativas para la autorregulación de las emociones en niños de 2 a 4 años*. Tesis de licenciatura. Universidad Pedagógica Nacional. Recuperado el 13 de Octubre del 2021, de <https://www.upn.mx/>.

Robles, P. y Romero, E. (2011). Programas de entrenamiento para padres de niños con problemas de conducta: una revisión de su eficacia [versión electrónica]. *Annals of Psychology*, 27(1), 86-101.

Rodríguez, J. y Párraga, J. (1991). *Técnicas de modificación de conducta: aplicaciones a la psicopatología*. España: Universidad de Sevilla. Recuperado el 20 de Octubre de 2021, de [https://books.google.com.mx/books?id=WqqZlcBloPgC&printsec=frontcover&dq=tecnicas+de+modificacion+conductual&hl=es-419&sa=X&redir\\_esc=y#v=onepage&q=tecnicas%20de%20modificacion%20conductual&f=false](https://books.google.com.mx/books?id=WqqZlcBloPgC&printsec=frontcover&dq=tecnicas+de+modificacion+conductual&hl=es-419&sa=X&redir_esc=y#v=onepage&q=tecnicas%20de%20modificacion%20conductual&f=false).

Rosenshine, B. (2015). How time is spent in elementary Classrooms. *The Journal on Classroom Interaction*, 50(1), 41-53.

Saarni, C. (1999). *The development of emotional competence*. New York: Guilford.

Sabatier, C., Restrepo, D., Moreno, M., Hoyos, O. y Palacio, J. (2017). Emotion Regulation in Children and Adolescents: concepts, processes and influences [versión electrónica]. *Psicología desde el Caribe*, 34(1), 75-90.

Sánchez, R. (2008). *El desarrollo socioemocional de los niños en edad preescolar*. Tesis de Licenciatura. Universidad Pedagógica Nacional.

Secretaría de Educación Pública (2004). *Curso de Formación y Actualización Profesional para el Personal Docente de Educación Preescolar*. México: Secretaría de Educación Pública. Recuperado el 12 de Abril de 2022, de [https://recursospreescolar.files.wordpress.com/2009/09/volumen\\_1.pdf](https://recursospreescolar.files.wordpress.com/2009/09/volumen_1.pdf).

Secretaría de Educación Pública (2021, 12 de Junio). Qué Hacemos: Educación Preescolar. Gobierno de México. Recuperado de <https://www.aefcm.gob.mx/gbmx/index.html>.

Secretaría de Educación Pública (2021, 17 de Mayo). Educación Socioemocional Postpandemia. Gobierno de México. Recuperado de <https://mexicox.gob.mx>.

Shearin, E. y Linehan, M. (1994). Dialectical behavior therapy for borderline personality disorder: Theoretical and empirical foundations. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 89(379), 61-68.



- Shields, A. y Cicchetti, D. (2001). Parental maltreatment and emotion dysregulation as risk factors for bullying and victimization in middle childhood. *Journal of Clinical Child Psychology*, 30(10), 349-363.
- Thümmler, R. y Bartz, J. (2022). Strengthening Emotional Development and emotion Regulation in Childhood as a key task in Early Childhood Education [versión electrónica]. *International Journal of Environmental*. 19(7), 39-78.
- Treviño, D., González, M. y Montemayor, K. (2020). Habilidades socioemocionales y su relación con el logro educativo en alumnos de educación media superior. *Revista de psicología y ciencias del comportamiento, de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales* 10(1), 32- 48.
- Triana, A. y Velásquez, A. (2014). Comunicación asertiva de los docentes y clima emocional del aula en preescolar [versión electrónica]. *Revista Latinoamericana de Educación*, 5(1), 23-41.
- Turbill, J. (2003, Febrero). Learning about teaching literacy from children. *Reading Online*, 6-9. Recuperado el 23 de Marzo del 2021, de [http://www.readingonline.org/international/inter\\_index.asp?HREF=turbill6/index.htm](http://www.readingonline.org/international/inter_index.asp?HREF=turbill6/index.htm)
- Universidad San Sebastián (2020, Abril). *Tiempos de pandemia: Trabajando con las emociones de los niños*. Instituto de Políticas Públicas en Salud [Folleto]. Recuperado el 10 de Julio del 2021, de <http://www.ipsuss.cl/ipsuss/actualidad/tiempos-de-pandemia-trabajando-con-las-emociones-con-los-ninos/2020-04-23/170356.html>.

Vargas, R. y Milena, A. (2013). La regulación Emocional: Precisiones y avances conceptuales desde la perspectiva conductual. *Psicología UPS*, 24(2), 225-240.

Vargas, R. y Muñoz-Martínez, A. (2013). La regulación emocional: precisiones y avances conceptuales [versión electrónica]. *Psicología USPP*, 24(2), 225-240.

Vijayalakshmi, M. (2019). *Modern Techniques in Education*. Florida: College of Education.

Villanueva, L. (2012). *Programa de Promoción de la auto-regulación en niños preescolares*. Tesis de maestría. Universidad Nacional Autónoma de México.

VOCA Editorial. (2023). La educación socioemocional en México. Recuperado el 17 de Enero de 2023, de <https://www.vocaeditorial.com/>.

Whitebread, D. y Basilio, M. (2012). Emergencia y desarrollo temprano de la autorregulación en niños preescolares [versión electrónica]. *Revista de curriculum y formación de profesorado*, 16 (1), 15-34.

Yépez, N. (s.f.) *Estrategias cognitivo conductuales para la regulación emocional*. México: Facultad de Medicina, Departamento de psiquiatría y Salud mental, UNAM.

Zoom (s.f). *Zoom solutions*. Zoom. [https://explore-zoomus.translate.goog/en/products/meetings/?\\_x\\_tr\\_sl=en&\\_x\\_tr\\_tl=es&\\_x\\_tr\\_hl=es419&\\_x\\_tr\\_pto=sc](https://explore-zoomus.translate.goog/en/products/meetings/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=es&_x_tr_hl=es419&_x_tr_pto=sc).

## Anexo 1. Carta descriptiva general programa dirigido a padres

| Sesión                       | Tema  | Objetivos  | Contenido   | Actividad   |
|------------------------------|---|--|---|---|
| 1<br>Sincrónica<br>(Teórica) | <b>Regulación emocional (RE) del niño preescolar</b>  | <p>Los padres:</p> <p>Identificarán qué es la RE</p> <p>- Identificarán cómo se desarrolla la RE</p> <p>- Identificarán la importancia de desarrollar la RE en los niños preescolares</p> <p>- Identificarán la importancia a de su papel en el desarrollo de la RE de sus hijos</p> | <p><i>En la sesión sincrónica mediante zoom se explicarán a detalle a través de una presentación de PowerPoint los siguiente temas:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qué es la regulación emocional</li> <li>• Cómo se desarrolla la regulación emocional</li> <li>•Cuál es la importancia de desarrollar la regulación emocional</li> <li>•Cuál es el papel de loa padres en el desarrollo de la RE de los niños</li> </ul> <p><b>Folleto</b></p> <p>En el cual se presentarán los mismos temas de forma resumida.</p> | <p><b>Cuestionario</b> de 5 preguntas de opción múltiple sobre la regulación emocional en el que se evaluará lo expuesto en el vídeo.</p> <p>Publicación en la cual podrán exponer preguntas acerca del tema y/o realizar comentarios del contenido</p> |
| <i>Objetivo</i>              | Los padres reconocerán qué es la regulación emocional y cómo se desarrolla en niños preescolares. |  |   |   |
| <i>Evaluación</i>            | El 80% de los padres responderán correctamente al 80% del instrumento de evaluación.              |  |   |   |
| <b>Critério</b>              | <b>B1 Los padres identificarán las características de la RE del niño preescolar.</b>              |  |   |   |

| Sesión                       | Tema  | Objetivos  | Contenido  | Actividad  |
|------------------------------|---|--|--|--|
| 2<br>Sincrónica<br>(Teórica) | <b>Técnicas de modificación conductual para promover las Estrategias de Regulación Emocional</b>  | <p>Los padres:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Reconocerán qué es el <u>modelamiento</u></li> <li>-Reconocerán qué es la <u>instrucción directa</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconocerán qué es el <u>reforzamiento</u></li> </ul> </li> <li>-Reconocerán qué es la <u>retroalimentación</u></li> <li>-Nombrarán al menos una situación en la que previamente aplicaron alguna de estas estrategias</li> </ul> | <p><i>En la sesión sincrónica mediante zoom se expondrán a detalle a través de una presentación de PowerPoint las técnicas de modificación conductual, cómo se aplican y ejemplos de ellas.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Modelamiento</li> <li>• Instrucción directa</li> <li>• Reforzamiento</li> <li>• Retroalimentación</li> </ul> <p><b>Folleto</b><br/>En el cual se presentarán los mismos temas de forma resumida</p> | <p><b>Cuestionario</b> de 5 preguntas de opción múltiple sobre las técnicas para promover las estrategias de regulación emocional en el que se evaluará lo expuesto en la sesión</p> |
| <b>Objetivo</b>              | Los padres reconocerán qué son las técnicas de modificación conductual para promover las estrategias de regulación emocional, su importancia y cómo se llevan a cabo. |  |  |  |
| <b>Evaluación</b>            | El 80% de los padres responderán correctamente el 80% del instrumento.  |  |  |  |
| <b>Criterio</b>              | <b>B2 Los padres reconocerán las características y pasos de las técnicas de modificación conductual.</b>  |  |  |  |

| Sesión                                 | Tema   | Objetivos   | Contenido  | Actividad  |
|--|--|---|--|--|
| 3<br>Asincrónica<br>(Teórica/Práctica) | <b>El cuento como estrategia de identificación emocional</b> | <p>Los padres:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Reconocerán la importancia de identificar las emociones</li> </ul> | <p><b>Vídeo en el que se expondrá:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qué es una estrategia de identificación emocional y su importancia.</li> </ul> | <p><b>Cuestionario</b> de 5 preguntas de opción múltiple sobre las estrategias de identificación</p> |

|                   |  |   |   |  |
|-------------------|--|---|---|--|
|                   |  | <p>-Identificarán que es una estrategia de identificación emocional</p> <p>-Identificarán el uso del cuento como estrategia de identificación emocional</p> <p>-Aplicarán una estrategia de identificación emocional con sus hijos preescolares</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cómo utilizar el cuento “Monstro de colores” (Llenas, 2009) como estrategia de identificación emocional</li> </ul> <p><b>Folleto</b></p> <p>En el cual se presentará de forma resumida como utilizar el cuento como estrategia de identificación emocional</p> | <p>emocional y su importancia en el que se evaluará lo expuesto en la sesión</p> <p><b>Lista de cotejo</b></p> <p>Los padres reportarán los pasos que siguieron del reforzamiento para promover el cuento como estrategia para identificar las emociones</p> |
| <b>Objetivo</b>   | Los padres utilizarán el cuento como una estrategia de identificación emocional con sus hijos haciendo uso del reforzamiento.  |   |   |  |
| <b>Evaluación</b> | El 80% de los padres responderán correctamente al 80% del instrumento.   |   |   |  |
| <b>Criterio</b>   | <b>B3 Los padres empeararán por lo menos el 80% de los pasos de una técnica de modificación conductual para promover una estrategia de identificación emocional.</b> |   |   |  |

| Sesión                                 | Tema   | Objetivos   | Contenido   | Actividad   |
|--|--|---|---|---|
| 4<br>Asincrónica<br>(Teórica/Práctica) | <b>Estrategias centradas en los antecedentes que producen las respuestas emocionales</b> | <p>Los padres:</p> <p>-Identificarán qué son las estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional</p> | <p><b>Video en el que se expondrá:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qué es una estrategia centrada en los antecedentes que producen la respuesta emocional</li> <li>•Cuál es la importancia de utilizar estrategias centradas en los</li> </ul> | <b>Cuestionario</b> de 5 preguntas de opción múltiple sobre las estrategias centradas en los antecedentes que producen las respuestas |

|   |  |   |   |   |
|---|--|---|---|---|
|   | <p><b>Selección de la situación</b></p>  | <p>-Reconocerán las características de la selección de la situación como <b>estrategia</b> centrada en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional</p> <p>-Identificarán los pasos para seleccionar la situación haciendo uso del reforzamiento y la instrucción directa</p> <p>-Utilizarán la selección de la situación haciendo uso del reforzamiento y la instrucción directa con sus hijos preescolares por lo menos una vez en durante la semana</p> | <p>antecedentes que producen la respuesta emocional</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qué es la selección de la situación como estrategia de regulación emocional</li> <li>• Cómo se aplica la selección de la situación</li> </ul> <p><b>Folleto</b></p> <p>En el cual se presentará de forma resumida que son las estrategias de regulación emocional centradas en los antecedentes que producen las respuestas y su importancia</p> | <p>emocionales y su importancia en el que se evaluará lo expuesto en la sesión</p> <p><b>Lista de cotejo</b></p> <p>en la que se evaluará si se emplearon las técnicas de modificación conductual para promover la selección de la situación y cuantas veces se utilizó</p> |
| <p>5<br/>Asincrónica<br/>(Práctica)</p> | <p><b>Modificación de la situación</b></p> <p>(Estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional)</p> | <p>Los padres:</p> <p>-Identificarán las características de la modificación de la situación</p> <p>-Identificarán los pasos de la modificación de la situación</p> <p>-Utilizarán la instrucción directa y el</p>   | <p><b>Video en el que se expondrá:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qué es la modificación de la situación como estrategia de regulación emocional</li> <li>• Cómo se aplica la modificación de la situación como estrategia de regulación emocional</li> </ul>   | <p><b>Lista de cotejo</b></p> <p>en la que se evaluará si la modificación de la situación se utilizó como una estrategia de RE y cuantas veces se utilizó la técnica de modificación conductual.</p>  |

|   |  |   |  |   |
|---|--|---|--|---|
|   |  | <p>modelamiento para promover el uso de la “modificación de la situación” con sus hijos</p>   | <p><b>Folleto</b></p> <p>En el cual se presentara de forma resumida que es la modificación de la situación como estrategia de regulación emocional y como aplicarla</p>  |   |
| <p>6<br/>Asincrónica<br/>(Práctica)</p> | <p><b>Despliegue atencional</b><br/>(Estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional)</p> | <p>Los padres:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Identificarán las características del despliegue atencional</li> <li>-Identificarán los pasos del despliegue atencional</li> <li>-Recordarán las características del modelamiento y la retroalimentación</li> <li>-Reconocerán el uso del modelamiento y la retroalimentación para promover el despliegue atencional</li> <li>-Utilizarán el modelamiento y la retroalimentación para promover el uso del “despliegue atencional” con sus hijos</li> </ul> | <p><b>Video en el que se expondrá:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qué es el despliegue atencional como estrategia de regulación emocional</li> <li>• Cómo se aplica el despliegue atencional como estrategia de regulación emocional</li> </ul> <p><b>Folleto</b></p> <p>En el cual se presentara de forma resumida que es el despliegue atencional como estrategia de regulación emocional y como aplicarla</p> | <p><b>Lista de cotejo</b></p> <p>en la que se evaluará si el despliegue atencional se utilizó como una estrategia de RE y cuantas veces se utilizó.</p> |
| <p>7<br/>Asincrónica<br/>(Práctica)</p> | <p><b>Cambio cognoscitivo</b><br/>(Estrategias centradas en la</p>   | <p>Los padres:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Identificarán las características del cambio cognoscitivo</li> </ul>   | <p><b>Video en el que se expondrá:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qué es el cambio cognoscitivo como</li> </ul>  | <p><b>Lista de cotejo</b></p> <p>en la que se evaluará si el cambio</p>   |

|                          |  |  |  |  |
|--------------------------|--|--|--|--|
|                          | <p>modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional)</p>   | <p>-Identificarán los pasos del cambio cognoscitivo</p> <p>-Recordarán las características de la instrucción directa y la retroalimentación</p> <p>-Reconocerán el uso de la instrucción directa y la retroalimentación para promover el uso del “cambio cognoscitivo”</p> <p>-Utilizarán la instrucción directa y la retroalimentación para promover el uso del “cambio cognoscitivo” con sus hijos</p> | <p>estrategia de regulación emocional</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cómo se aplica el cambio cognoscitivo como estrategia de regulación emocional</li> </ul> <p><b>Folleto</b></p> <p>En el cual se presentara de forma resumida que es el cambio cognoscitivo como estrategia de regulación emocional y como aplicarla</p> | <p>cognoscitivo se utilizó como una estrategia de RE y cuantas veces se utilizó.</p> |
| <p><b>Objetivo</b></p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los padres identificarán qué son y cómo se aplican las estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional con sus hijos.</li> <li>- Los padres emplearán las estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional con sus hijos.</li> </ul> |  |  |  |
| <p><b>Evaluación</b></p> | <p>Responderán correctamente al 80% del instrumento y aplicarán el 80% de los pasos de las estrategias con sus hijos, al menos 2 veces.</p>  |  |  |  |
| <p><b>Criterio</b></p>   | <p><b>B4 El 80% de los padres emplearán mínimo el 80% de los pasos de por lo menos dos técnicas de modificación conductual para promover el uso de por lo menos dos de las cuatro estrategias de regulación emocional centradas en la modificación de los antecedentes por lo menos una vez cada una.</b></p>  |  |  |  |



| Sesión                                | Tema   | Objetivos  | Contenido   | Actividad  |
|---------------------------------------|--|--|---|--|
| 8<br>Sincrónica<br>(Teórica/Práctica) | <b>Estrategias centradas en el estado emocional</b><br><b>Modulación de la respuesta</b>   | Los padres:<br>- Identificarán qué son las estrategias centradas en el estado emocional, la modulación de la respuesta y sus características<br>- Identificarán el uso de la técnica de la tortuga y sus características como una estrategia centrada en el estado emocional<br>- Retomarán las características del modelamiento y la retroalimentación para promover la técnica de la tortuga con sus hijos | <i>En la sesión sincrónica mediante zoom se expondrán a detalle a través de una presentación de PowerPoint los siguientes temas:</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qué es la modulación de la respuesta como estrategia de regulación emocional</li> <li>• Cómo se aplica la modulación de la respuesta como estrategia de regulación emocional</li> </ul> <b>Foro</b><br>Los padres ilustrarán una situación en la cual hayan utilizado la estrategia de RE<br><br><b>Folleto</b><br>En el cual se presentara de forma resumida qué es la modulación de la respuesta como estrategia de regulación emocional y cómo aplicarla | <b>Cuestionario</b> de 5 preguntas de opción múltiple sobre las estrategias centradas en el estado emocional y su importancia en el que se evaluará lo expuesto en la sesión<br><br><b>Lista de cotejo</b><br>en la que se evaluará si la modulación de la respuesta se utilizó como una estrategia de RE y cuantas veces se utilizó |
| <b>Objetivo</b>                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificarán qué son y cómo se aplican las estrategias centradas en el estado emocional con sus hijos</li> <li>- Emplearán las estrategias centradas en el estado emocional con sus hijos</li> </ul> |  |   |  |
| <b>Evaluación</b>                     | Responderán correctamente al 80% del instrumento   |  |   |  |

|                 |   |
|-----------------|---|
| <b>Criterio</b> | <b>B5 Los padres empelarán por lo menos el 80% de los pasos de dos técnicas de modificación conductual para promover el uso de la estrategia de regulación emocional centrada en el estado emocional por lo menos una vez</b> |
|-----------------|---|

| <b>Sesión</b>                | <b>Tema</b>  | <b>Objetivos</b>   | <b>Contenido</b>   | <b>Actividad</b>                                       |
|------------------------------|--|--|--|--|
| 9<br>Sincrónica<br>(Teórica) | <b>Cierre del programa</b>   | <p>Los padres:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Clasificarán las características de las técnicas de modificación conductual</li> <li>-Indicarán una situación en la cual podrían o han utilizado alguna estrategia de RE</li> <li>-Expresarán las técnicas modificación conductual que podrían utilizar o han utilizado para promover alguna estrategia de RE</li> <li>-Compartirán los logros que tuvieron a partir de su participación y si cumplieron con los objetivos del programa.</li> </ul> | <p><i>En la sesión sincrónica mediante zoom se expondrán a detalle a través de una presentación de PowerPoint todos los temas expuestos durante el programa de manera sintetizada.</i></p> | <p><b>Cuestionario</b> de evaluación del programa.</p> |
| <b>Objetivo</b>              | Los padres integrarán los aspectos relevantes del programa “pequEmoción” |  |  |  |

## Anexo 2. Folleto brindado en una sesión típica

### ¿Qué son las Emociones?

Las emociones son estados que nos permiten sobrevivir; cuando las experimentamos centramos nuestra atención a las características del medio ambiente preparando al cuerpo para adaptarse a la situación a la que se está enfrentando.



Dado que somos seres sociales y vivimos en grupos, las emociones pueden generarnos problemas cuando se califican como "inadecuadas". Por ello surge la necesidad de Regularlas.




PROMOCIÓN DE ESTRATEGIAS DE REGULACIÓN EMOCIONAL EN NIÑOS PREESCOLARES. TALLER PARA PADRES Y CUIDADORES

### ¿Qué es la Regulación Emocional?

Se refiere a la capacidad de **iniciar**, **mantener** e **inhibir** la expresión de emociones y conductas de acuerdo al contexto o la situación

"Gross, 1998"



**Ejemplo:**

Contexto: Un niño de 5 años de nombre Paco, se encuentra junto a sus padres y hermanos en el día del 16 de Septiembre en el zócalo de la Ciudad de México.

Emoción: Paco se siente muy alegre pues los aviones le gustan mucho y está a punto de pasar.

Regulación Emocional: Cuando la madre volteo, ve a Paco respirando profundamente con una técnica que ella misma le enseñó para modular (bajar o aumentar) sus emociones, le pregunta "¿Por qué estás respirando así Paco?" a lo que él responde "Mamá estoy muy alegre pero si empiezo a tocar a cantar puedo pelearme entre la gente".



### ¿Por qué promover la Regulación Emocional?

La regulación emocional es una herramienta que ayuda al menor a guiar su conducta.



**Características de un niño regulado**

- Es empático
- Muestra un mayor control de sus impulsos
- Tiene mayor capacidad para resolver problemas
- Muestra mayor control de ira
- Muestra una mejor comunicación con sus pares y adultos
- Muestra habilidades para afrontar situaciones estresantes



UNAM POSGRADO  
Universidad Nacional Autónoma de México  
Maestría en Psicología  
Residencia en Psicología Escolar  
SEDE: Promoción del desarrollo integral de niños preescolares

Psicóloga Residente: Lic. Mónica Perdomo  
Tutora: Dra. Lizbeth Vega  
Supervisora: Mtra. Fernanda Poncelis

### Características de un niño NO regulado

Un niño que no regula sus emociones:

- Presenta alta intensidad de sus emociones
- Tiene una pobre comprensión de sus emociones y las de los otros
- Puede reaccionar negativamente a sus propio estado emocional
- Da respuestas de manejo emocional inadecuadas



Los niños que durante la primera infancia muestran comportamientos disruptivos a causa de sus emociones, tiene mayor probabilidad de presentar desordenes de conducta en la infancia media y en la adolescencia, así como el riesgo de desarrollar un patrón de conducta antisocial en la adultez.

"Pearson (2013)"

### Factores que influyen en la Regulación Emocional

Uno de los principales factores que influyen en el desarrollo de la Regulación Emocional de los niños son los padres ya que son quienes le enseñan al niño las normas de la sociedad en la que vive pero también un ejemplo para que el niño aprenda a comportarse.



### IMPORTANT!

### Objetivos de pequEmoción

Al finalizar usted:

- Reconocerá y utilizará técnicas de modificación conductual para promover estrategias de regulación emocional con sus hijos
- Reconocerá y utilizará estrategias de identificación emocional
- Reconocerá y utilizará estrategias de regulación emocional

Su hijo:

- Utilizará estrategias de identificación emocional
- Utilizará estrategias de Regulación Emocional con ayuda de usted





PROMOCIÓN DE ESTRATEGIAS DE REGULACIÓN EMOCIONAL EN NIÑOS PREESCOLARES. TALLER PARA PADRES Y CUIDADORES

El desarrollo de la Regulación Emocional comienza con la guía de los padres, conforme el niño crece y aprende estrategias comienza a regular sus emociones de manera cada vez mas autónoma.

### Anexo 3. Invitación a sesión sincrónica

¡ESTÁS INVITADO!  
A NUESTRA CUARTA SESIÓN EN VIVO

# pequeEmoción

En esta cuarta sesión hablaremos de los  
contenidos abordados en el taller durante  
estas 9 sesiones.

el Miércoles 08 de Diciembre | 06:00pm  
Vía Zoom



**pequeEmoción**

PROMOCIÓN DE ESTRATEGIAS DE REGULACIÓN EMOCIONAL EN NIÑOS PREESCOLARES; TALLER PARA PADRES Y CUIDADORES

**UNAM POSGRADO**  
Psicología

Universidad Nacional Autónoma de México  
Maestría en Psicología  
Residencia en Psicología Escolar  
SEDE: Promoción del desarrollo integral de niños preescolares

Psicóloga Residente: Lic. Mónica Perdomo  
Tutora: Dra. Lizbeth Vega  
Supervisora: Mtra. Fernanda Poncelis

**pequeEmoción**

#### **Anexo 4. Consentimiento Informado dirigido a padres**

La sede “**Promoción del Desarrollo Integral de Niños Preescolares**” del programa de Residencia en Psicología Escolar de la Maestría en Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) tiene el placer de invitarlo a participar en el programa “**pequEmoción**”, que tiene como objetivo que el padre/madre o cuidador identifique y utilice técnicas para promover la regulación emocional con el niño preescolar.

**Por favor tómese el tiempo que usted necesite para leer la siguiente información detenida y cuidadosamente. Si está de acuerdo en participar, le pediremos que al finalizar escriba su nombre, correo electrónico y seleccione la opción “ACEPTO”.**

Este programa tendrá una duración de 9 sesiones (una por semana) y se llevará a cabo mediante las siguientes aplicaciones:

- Facebook, donde se hará uso de un grupo privado, en el que las publicaciones y comentarios serán controlados por la psicóloga responsable de la investigación para promover en todo momento un ambiente de respeto entre los participantes.
- Zoom Meetings, plataforma mediante la cual se realizarán 4 sesiones en las que tendrá la oportunidad de intercambiar experiencias con otros padres, practicar estrategias de regulación emocional, conocer nuevos temas, aclarar dudas sobre el programa, etc. y las cuales serán grabadas con fines de recolección y análisis de información; solo la psicóloga responsable de la investigación tendrá acceso a estas grabaciones.

Su participación será **voluntaria, anónima y confidencial**; No habrá impacto negativo alguno si decide no participar en la investigación, y **no demeritará de ninguna manera la calidad de la atención** que su hijo recibe como alumno de la escuela \_\_\_\_\_.

Los principios éticos que rigen esta investigación se presentan a continuación:

- Se reconocen y respetan las cualidades, capacidades y potenciales únicas de cada niño, por lo que en cada sesión se realizarán actividades que le permitan expresar las situaciones vividas con su hijo, su experiencia al aplicar las estrategias del programa y los resultados obtenidos. Tendrá retroalimentación constante de las actividades y atención personalizada respecto a los contenidos del programa cuando así lo requiera.

- Su participación es voluntaria, por lo que usted tiene el derecho, de retirarse de la presente investigación, en el momento en el que así lo considere conveniente, únicamente se le solicita informar a la psicóloga responsable de la investigación por correo electrónico sus razones para tal decisión.
- Este programa se llevará a cabo de manera virtual lo que conlleva un riesgo nulo para la integridad física del niño y de su padre/madre o cuidador, esto derivado de la situación de salud que se vive actualmente a nivel nacional y mundial por la COVID 19
- No proporcionará ningún pago por participar en el programa, así mismo, no recibirá remuneración económica alguna por parte del Programa de Maestría en Psicología de la UNAM

Al finalizar la investigación, los resultados, podrán ser presentados en congresos u otras actividades de divulgación universitaria. **Jamás se compartirán sus datos personales, tales como nombre, nombre de sus hijos o escuela a la que asisten.**

Cualquier duda, preocupación o queja acerca de algún aspecto de la investigación, por favor contacte a la psicóloga responsable de la investigación, la Lic. Mónica Patricia Perdomo Orozco al correo [monica.perdomoorozco@gmail.com](mailto:monica.perdomoorozco@gmail.com)

**Manifiesto que fui informado (a) del propósito, tiempo de participación, así como de los principios éticos que rigen esta investigación y en pleno uso de mis facultades, es mi voluntad participar.**

He leído y comprendido la información anterior, y todas mis preguntas han sido respondidas de manera clara y a mi entera satisfacción, por ello, “**Acepto**” participar en la presente investigación.

**NOMBRE:**

**CORREO ELECTRONICO:**

**ACEPTO**

**NO ACEPTO**

### **Consentimiento Informado grabación de sesiones Zoom**

Declaro que he sido informado e invitado a participar en el programa denominado “pequEmoción”, el cual es un proyecto de investigación de la sede “Promoción del Desarrollo Integral de Niños Preescolares” del Programa de Residencia en Psicología Escolar de la Maestría en Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), que consta de 10 sesiones, de las cuales 4 se llevarán a cabo mediante la plataforma Zoom Meetings y que se plantean serán grabadas.

He sido informado de que en tales grabaciones, no serán difundidas por ningún medio ni compartidos en plataformas o con terceros y en caso de ser expuestos en eventos científicos o universitarios, mi imagen será difuminada, y mi nombre se ocultará, así mismo, mi voz será alterada.

**Doy mi consentimiento a la psicóloga responsable de la investigación, para el uso o la reproducción de las secuencias filmadas en video, fotografías o grabaciones de la voz de mi persona, con fines de recolección y análisis de la información.**

He leído y comprendido la información anterior, y todas mis preguntas han sido respondidas de manera clara y a mi entera satisfacción.

**NOMBRE:**

**CORREO ELECTRONICO:**

**ACEPTO**

**NO ACEPTO**



## Anexo 5. ERE-P

### Estrategias Utilizadas por los Padres para Promover la RE

El presente instrumento tiene como **objetivo** identificar la conducta del padre o cuidador cuando el niño experimenta una emoción intensa, para ello es importante que conteste con sinceridad, recuerde que no existen las respuestas correctas ni incorrectas y la información obtenida es confidencial.

#### Instrucciones

- Se le presentarán 6 situaciones hipotéticas (deberá responder dos por día)
- Marque con una "x" la respuesta que más se asemeja a lo que usted y su hijo harían
- Finalmente en caso de seleccionar la opción "**ninguna de las anteriores**" le solicitamos complementar su respuesta en el apartado "comentarios".

#### Día 1

| Situación  |          | Situación  |          |
|--|----------|--|----------|
| Estamos de compras en el supermercado aún no pagamos y no permito que mi hijo abra un dulce que le será comprado |          | Le sirvo un plato de verduras cocidas a mi hijo u otro platillo que le desagrada                 |          |
| <b>Mi hijo...</b>  |          | <b>Mi hijo...</b>  |          |
| Comienza a llorar, gritar o golpear mencionando que desea comer el dulce en ese momento                          | <b>1</b> | Comienza a llorar, gritar o golpear mencionando que las verduras cocidas no le gustan            | <b>1</b> |
| Muestra sus emociones de manera intensa pero al cabo de unos minutos logra controlar su conducta                 | <b>2</b> | Muestra sus emociones de manera intensa pero al cabo de unos minutos logra controlar su conducta | <b>2</b> |
| Menciona que desea comer el dulce en ese momento pero esperará a que se pague                                    | <b>3</b> | Menciona que no desea comer sus verduras pero lo hará porque le ayudan a crecer                  | <b>3</b> |
| <b>Yo...</b>   |          | <b>Yo...</b>   |          |
| Le muestro cómo debe comportarse   | <b>1</b> | Le muestro cómo debe comportarse   | <b>1</b> |
| Le menciono paso a paso cómo debe actuar   | <b>2</b> | Le menciono paso a paso cómo debe actuar   | <b>2</b> |
| Le explico por qué su comportamiento es correcto o incorrecto  | <b>3</b> | Le explico por qué su comportamiento es correcto o incorrecto                                    | <b>3</b> |
| Lo felicito por comportarse de esa forma   | <b>4</b> | Lo felicito por comportarse de esa forma   | <b>4</b> |
| Ninguna de las anteriores  | <b>5</b> | Ninguna de las anteriores  | <b>5</b> |
| Comentarios:   |          | Comentarios:   |          |



## Día 2

| Situación  |          | Situación   |          |
|--|----------|---|----------|
| Nos encontramos en una fiesta infantil en el parque y mi hijo pierde su juguete favorito         |          | Asistimos a una fiesta de XV años y hay una gran mesa de dulces   |          |
| <b>Mi hijo...</b>  |          | <b>Mi hijo...</b>   |          |
| Comienza a llorar, gritar y tirarse en el suelo mencionando que desea su juguete                 | <b>1</b> | Corre, brinca y toca todos los dulces de la mesa de dulces mientras grita que está emocionado por querer comerlos | <b>1</b> |
| Muestra sus emociones de manera intensa pero al cabo de unos minutos logra controlar su conducta | <b>2</b> | Muestra sus emociones de manera intensa pero al cabo de unos minutos logra controlar su conducta                  | <b>2</b> |
| Menciona que extraña su juguete y nos pide ayuda para buscarlo                                   | <b>3</b> | Menciona que desea comer algunos de los dulces de la mesa pero esperará a que la abran                            | <b>3</b> |
| <b>Yo...</b>   |          | <b>Yo...</b>  |          |
| Le muestro cómo debe comportarse   | <b>1</b> | Le muestro cómo debe comportarse  | <b>1</b> |
| Le menciono paso a paso cómo debe actuar   | <b>2</b> | Le menciono paso a paso cómo debe actuar  | <b>2</b> |
| Le explico por qué su comportamiento es correcto o incorrecto                                    | <b>3</b> | Le explico por qué su comportamiento es correcto o incorrecto   | <b>3</b> |
| Lo felicito por comportarse de esa forma   | <b>4</b> | Lo felicito por comportarse de esa forma  | <b>4</b> |
| Ninguna de las anteriores  | <b>5</b> | Ninguna de las anteriores   | <b>5</b> |
| Comentarios:   |          | Comentarios:  |          |

## Día 3

| Situación   |          | Situación   |          |
|---|----------|---|----------|
| Me encuentro resfriada y no tengo con quien dejar a mi hijo mientras asisto al médico, así que lo llevo conmigo |          | Mi hijo y yo fuimos a visitar a un familiar al hospital, antes de ingresar le compré un globo                         |          |
| <b>Mi hijo...</b>   |          | <b>Mi hijo...</b>   |          |
| Mi hijo comienza a llorar e intenta escapar de mis manos jalándose mientras grita que tiene miedo               | <b>1</b> | Al ingresar al hospital comienza a brincar emocionado con su globo  | <b>1</b> |
| Muestra sus emociones de manera intensa pero al cabo de unos minutos logra controlar su conducta                | <b>2</b> | Muestra sus emociones de manera intensa pero al cabo de unos minutos logra controlar su conducta                      | <b>2</b> |
| Menciona que tiene miedo de entrar al consultorio pero será valiente  | <b>3</b> | Al entrar al hospital se mantiene en silencio, mencionando que debe guardar silencio para dejar dormir a los enfermos | <b>3</b> |
| <b>Yo...</b>  |          | <b>Yo...</b>  |          |
| Le muestro cómo debe comportarse  | <b>1</b> | Le muestro cómo debe comportarse  | <b>1</b> |

|   |          |   |          |
|---|----------|---|----------|
| Le menciono paso a paso cómo debe actuar                      | <b>2</b> | Le menciono paso a paso cómo debe actuar                      | <b>2</b> |
| Le explico por qué su comportamiento es correcto o incorrecto | <b>3</b> | Le explico por qué su comportamiento es correcto o incorrecto | <b>3</b> |
| Lo felicito por comportarse de esa forma                      | <b>4</b> | Lo felicito por comportarse de esa forma                      | <b>4</b> |
| Ninguna de las anteriores                                     | <b>5</b> | Ninguna de las anteriores                                     | <b>5</b> |
| Comentarios:  |          | Comentarios:  |          |

## Anexo 6. Lista de cotejo “Identificando mis emociones”

| Pasos de la técnica de modificación conductual   | SI | NO |
|--|----|----|
| <p>1- Estableciste un criterio previo definiendo la conducta que sería premiada</p> <p><i>Ejemplo. “Daré un reforzador a mi hijo cada que él logre nombrar lo que siente y en qué situación”</i></p>   | —  | —  |
| <p>2- Le informaste al niño de lo que puede suceder</p> <p><i>Ejemplo. “Vamos a leer un cuento y cada que tú me digas que es lo que tu sientes y como se llama, yo te voy a felicitar”</i></p>   | —  | —  |
| <p>3- Proporcionaste el reforzador únicamente cuando sucedió el comportamiento esperado, ya que de lo contrario perdería valor para el niño</p> <p><i>Ejemplo. No lo felicitaste por reconocer como se sintió algún amigo en la escuela o algún familiar, sino, únicamente cuando el nombró lo que sentía y en qué situación</i></p> | —  | —  |
| <p>4- Entregaste el reforzador siempre que el niño lo gano</p> <p><i>Ejemplo. “Mi hijo menciona que se sentía muy alegre cuando veía llegar a su papá y yo lo felicite”</i></p>  | —  | —  |
| <p>5- Cuando reforzaste al niño le mencionaste el comportamiento adecuado</p> <p><i>Ejemplo. “Felicidades hijo!!! Lograste identificar tu emoción que es la alegría y la situación que la provoco que es cuando llega tu papá ”</i></p>  | —  | —  |
| <p>6- <b>No</b> añadiste comentarios negativos junto con los reforzadores positivos</p> <p><i>Ejemplo. “Me dijiste cómo te sientes cuando llega tu papá pero no debes morder de alegría”</i></p>   | —  | —  |

## **Anexo 7. Cuestionario “Identificando mis emociones”**

- 1- Los niños experimentan emociones que suelen manifestarse mediante sensaciones físicas, pensamientos y conductas derivadas
  - **Verdadero**
  - Falso
- 2- Las estrategias de identificación emocional le permiten al niño adquirir la habilidad de reconocer y nombrar lo que están sintiendo y la situación que lo detono
  - **Verdadero**
  - Falso
- 3- La regulación emocional es la base de la identificación emocional
  - Verdadero
  - **Falso**
- 4- El cuento se puede utilizar como una estrategia de identificación emocional
  - **Verdadero**
  - Falso
- 5- El niño puede identificarse con el personaje principal del cuento
  - **Verdadero**
  - Falso

## Anexo 8. Carta descriptiva de una sesión típica (sincrónica)

| <b>Carta descriptiva</b>  |  |  |                                |            |
|---|--|--|--------------------------------|------------|
| <b>Tema:</b> Regulación emocional del niño preescolar   |  | <b>Sesión: 9</b>   |                                |            |
|   |  | <b>Modalidad:</b> Sincrónica/Teórica   |                                |            |
| <b>Psicóloga:</b> Mónica Patricia Perdomo Orozco  |  | <b>Fecha de Aplicación:</b> 08 de Diciembre  |                                |            |
|   |  | <b>Duración:</b> Entre 60 Y 90 minutos   |                                |            |
| <b>Objetivo general:</b> Los padres integrarán los aspectos relevantes del programa “pequEmoción”   |  |  |                                |            |
| <b>Objetivos específicos</b>  |  |  |                                |            |
| Los padres:   |  |  |                                |            |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Clasificarán las características de las técnicas de modificación conductual</li> <li>• Indicarán una situación en la cual podrían o han utilizado alguna estrategia de RE</li> <li>• Expresarán las técnicas modificación conductual que podrían utilizar o han utilizado para promover alguna estrategia de RE</li> <li>• Compartirán los logros que tuvieron a partir de su participación y si cumplieron con los objetivos del programa.</li> </ul> |  |  |                                |            |
| Actividad   | Procedimiento  |  | Materiales                     | Tiempo     |
|   | Psicóloga  | Padre, madre o cuidador principal  |                                |            |
| <b>Bienvenida</b>   | La psicóloga les dará una cordial bienvenida a los padres de familia y realizará una breve descripción de los objetivos de la sesión.  | Los padres reconocerán los objetivos de la sesión  | <i>Presentación PowerPoint</i> | 5 minutos  |
| <b>Presentación</b>   | Haciendo uso de un mapa mental, la psicóloga explicará la siguiente información sintetizada: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Qué es la regulación emocional</li> <li>- Qué es una estrategia de identificación emocional y sus características</li> </ul> | Los padres observarán la presentación del tema prestando atención a los tres puntos expuestos por la psicóloga | <i>Presentación PowerPoint</i> | 15 minutos |

|                                       |   |   |                                |                   |
|---------------------------------------|---|---|--------------------------------|-------------------|
|                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Qué es una estrategia centrada en los antecedentes y sus características</li> <li>- Qué es una estrategia centrada en la respuesta emocional y sus características</li> </ul> <p>Cuáles son las técnicas de modificación conductual para promover las estrategias de RE</p>  |   |                                |                   |
| <b><i>Dinámica de integración</i></b> | <p>Al finalizar la síntesis de los temas expuestos la psicóloga presentará un cuadro dividido en 4 partes con el nombre de una de las técnicas de modificación conductual en cada apartado y sus características desordenadas alrededor, al azar elegirán a los padres para que vayan clasificando cada una de ellas y la psicóloga retroalimentará sus respuestas.</p> | <p>Los padres emparejarán las técnicas de modificación conductual con sus características</p>   | <i>Presentación PowerPoint</i> | <i>20 minutos</i> |
|                                       | <p>A continuación la psicóloga presentará una diapositiva con apartados en los cuales se encontrarán las estrategias de RE, sus pasos a seguir y solicitará la participación voluntaria de los padres para que elijan una estrategia y describan en que situación con sus hijos la han promovido o</p>  | <p>Los padres indicarán la técnica de modificación conductual que han utilizado o utilizarían para promover una estrategia de RE y la situación en la</p> |                                |                   |

|                                |  |   |                                |                   |
|--------------------------------|--|---|--------------------------------|-------------------|
|                                | promoverían y la técnica de modificación conductual que utilizaron o utilizarían.  | que lo hicieron o harían.   |                                |                   |
| <b>Evaluación de objetivos</b> | La psicóloga preguntará a cada uno de los padres “¿Qué aprendieron en el taller?” y con base en sus respuestas presentará cada uno de los objetivos del programa para juntos concluir si se cumplieron o no.   | Los padres responderán a la pregunta expuesta por la psicóloga y analizarán si se cumplieron o no los objetivos del Taller. | <i>Presentación PowerPoint</i> | <i>10 minutos</i> |
| <b>Cierre</b>                  | La psicóloga agradecerá a los padres su presencia y los invitará a seguir practicando las estrategias de RE haciendo uso de las técnicas de modificación conductual. Así mismo se les notificará la fecha de entrega de reconocimientos y premios a aquellos que hayan cumplido con el criterio de consultar el material en su totalidad y responder a los formularios de las 2 sesiones teóricas y las 6 teórico/prácticas. |   |                                | <i>10 minutos</i> |

## Anexo 9. Carta descriptiva general programa dirigido a maestros

| Sesión   | Tema                                       | Objetivos  | Contenido   | Actividad   |
|--|--|--|---|---|
| 1<br>Asincrónica<br>Teórica  | <b>Regulación Emocional (RE)</b>           | Las maestras: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Identificarán qué es la regulación emocional</li> <li>▪ Reconocerán su papel en la promoción de la regulación emocional</li> </ul>                  | <p>→ <b>Video</b></p> <p>Se expondrá qué es la RE, las características de un niño regulado emocionalmente y uno que no lo es; finalmente se hablará del papel de las maestras en la promoción de la RE.</p> <p>→ <b>Folleto</b></p> <p>En el cual se presentará de forma resumida la información del video.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Foro</b></li> </ul> <p>“Regulación Emocional”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Cuestionario</b></li> </ul> <p>“Regulación Emocional”</p> |
| Evaluación: Las maestras responderán de manera correcta al 80% del instrumento que evalúa el contenido de la sesión  |  |  |   |   |
| Objetivo: Las maestras definirán qué es la regulación emocional del niño preescolar  |  |  |   |   |
| <b>Criterio de cambio: B1 El 80% de las maestras integrarán una definición de regulación emocional (RE) incorporando la información con la cuentan y la qué les fue proporcionada en el programa</b> |  |  |   |   |
| 2<br>Asincrónica<br>Teórica  | <b>Técnicas de modificación conductual</b> | Las maestras: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Indicarán qué es la instrucción directa</li> <li>▪ Indicarán qué es el modelamiento</li> <li>▪ Ilustrarán una situación en la cual hayan</li> </ul> | <p>→ <b>Video</b></p> <p>Se expondrá qué es la instrucción directa y sus pasos a seguir.</p> <p>Se expondrá qué es el modelamiento y sus pasos a seguir.</p> <p>→ <b>Folleto</b></p> <p>En el cuál se presentará de forma</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Cuestionario</b></li> </ul> <p>“Técnicas de modificación conductual 1”</p>  |



|  |  |  |                                       |  |
|--|--|--|---------------------------------------|--|
|  |  | empleado<br>cada una de<br>las técnicas<br>expuestas | resumida la<br>información del video. |  |
|--|--|--|---------------------------------------|--|

Evaluación: Las maestras responderán de manera correcta al 80% del instrumento que evalúa el contenido de la sesión

|                             |  |   |  |   |
|-----------------------------|--|---|--|---|
| 3<br>Asincrónica<br>Teórica | <b>Técnicas de modificación conductual</b> | Las maestras: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Indicarán qué es el reforzamiento</li> <li>▪ Indicarán qué es la retroalimentación</li> <li>▪ Ilustrarán una situación en la cual hayan empleado cada una de las técnicas expuestas</li> </ul> | <p>→ <b>Video</b><br/>Se expondrá qué es el reforzamiento y sus pasos a seguir.<br/>Se expondrá qué es la retroalimentación y sus pasos a seguir.</p> <p>→ <b>Folleto</b><br/>En el cual se presentará de forma resumida la información del video.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Cuestionario</b><br/>“Técnicas de modificación conductual 2”</li> </ul> |
|-----------------------------|--|---|--|---|

Evaluación: Las maestras responderán de manera correcta al 80% del instrumento que evalúa el contenido de la sesión

**Objetivo: Las maestras identificarán las técnicas de modificación conductual para promover las estrategias de regulación emocional y sus características.**

|                                      |  |   |  |   |
|--------------------------------------|--|---|--|---|
| 4<br>Asincrónica<br>Teórica/Práctica | <b>Estrategias de Identificación emocional y técnicas de modificación conductual</b> | Las maestras: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Recordarán las técnicas de modificación conductual</li> <li>▪ Recordarán las estrategias de</li> </ul> | <p>→ <b>Video</b><br/>Se expondrán nuevamente las características de las técnicas de modificación conductual (modelamiento, instrucción directa, reforzamiento y retroalimentación) y sus pasos.</p> | <b>Foro</b> “Técnicas de modificación conductual” |
|--------------------------------------|--|---|--|---|

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  |  | identificación emocional <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Aplicarán una estrategia de identificación emocional haciendo uso de dos técnicas de modificación conductual</li> </ul> |  |
|--|--|---|--|

Evaluación: Las maestras responderán de manera correcta al 80% del instrumento que evalúa el contenido de la sesión

Objetivo: Las maestras reconocerán las estrategias de identificación emocional

**Criterio de cambio: B2 El 80% de las maestras emplearán al menos dos técnicas de modificación conductual para promover una estrategias de identificación emocional en el aula al menos una vez durante la semana**

|                                      |   |  |   |  |
|--------------------------------------|---|--|---|--|
| 5<br>Asincrónica<br>Teórica/Práctica | <b>Estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional</b> | Las maestras: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Reconocerán que son las estrategias centradas en los antecedentes que producen las respuestas emocionales y su importancia</li> </ul> <p><b>Selección de la situación</b></p> Las maestras: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Identificarán que es la</li> </ul> | <p><b>→ Video</b></p> Se expondrá: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Qué son las estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional</li> <li>- Qué es la selección de la situación y sus pasos</li> </ul> <p><b>→ Infografía</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Lista de cotejo</b><br/>“Selección de la situación”</li> <li>• <b>Registro de observación</b><br/>“Selección de la situación”</li> </ul> |
|--------------------------------------|---|--|---|--|

|  |  |   |  |  |
|--|--|---|--|--|
|  |  | selección de la situación <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Emplearán dos técnicas de modificación conductual de su elección para promover la selección de la situación como estrategia de regulación emocional</li> </ul> | En la cual se presentará de forma resumida la información del video. |  |
|--|--|---|--|--|

Evaluación: Las maestras utilizarán por lo menos el 80% de los pasos de las estrategias de RE y de dos de las técnicas de modificación conductual en el aula

|                                      |   |   |   |  |
|--------------------------------------|---|---|---|--|
| 6<br>Asincrónica<br>Teórica/Práctica | <b>Estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional</b> | <b><i>Modificación de la situación</i></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Las maestras:</li> <li>▪ Identificarán qué es la modificación de la situación</li> <li>▪ Emplearán dos técnicas de modificación conductual de su elección para promover la modificación de la situación como estrategia de</li> </ul> | <b>→ Video</b><br>Se expondrá qué es la modificación de la situación y sus pasos<br><br><b>→ Infografía</b><br>En la cual se presentará de forma resumida la información del video. | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Lista de cotejo</b><br/>“Modificación de la situación”</li> <li>• <b>Registro de observación</b><br/>“Modificación de la situación”</li> </ul> |
|--------------------------------------|---|---|---|--|

|  |   |  |  |  |
|--|---|--|--|--|
|  |   | regulación emocional   |  |  |
| Evaluación: Las maestras utilizarán por lo menos el 80% de los pasos de las estrategias de RE y de dos de las técnicas de modificación conductual en el aula |   |  |  |  |
| 7<br>Asincrónica<br>Teórica/Práctica   | <b>Estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional</b> | <b>Despliegue atencional</b><br>Las maestras: <ul style="list-style-type: none"> <li>Identificarán qué es el despliegue atencional</li> <li>Emplearán dos técnicas de modificación conductual de su elección para promover el despliegue atencional como estrategia de regulación emocional</li> </ul> | <b>→ Video</b><br>Se expondrá qué es el despliegue atencional y sus pasos<br><br><b>→ Infografía</b><br>En la cual se presentará de forma resumida la información del video. | <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Lista de cotejo</b><br/>“Despliegue Atencional”</li> <li><b>Registro de observación</b><br/>“Despliegue Atencional”</li> </ul> |
| Evaluación: Las maestras utilizarán por lo menos el 80% de los pasos de las estrategias de RE y de dos de las técnicas de modificación conductual en el aula |   |  |  |  |
| 8<br>Asincrónica<br>Teórica/Práctica   | <b>Estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional</b> | <b>Cambio cognitivo</b><br>Las maestras: <ul style="list-style-type: none"> <li>Identificarán qué es el cambio cognitivo</li> <li>Emplearán dos técnicas de</li> </ul>   | <b>→ Video</b><br>Se expondrá qué es el cambio cognitivo y sus pasos<br><br><b>→ Infografía</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Lista de cotejo</b><br/>“Cambio Cognitivo”</li> <li><b>Registro de observación</b><br/>“Cambio Cognitivo”</li> </ul>           |

|  |  |   |   |  |
|--|--|---|---|--|
|  |  | <p>modificación conductual de su elección para promover el cambio cognitivo como estrategia de regulación emocional</p> | <p>En la cual se presentará de forma resumida la información del video.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Foro</b><br/>“Estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional”</li> </ul> |
|--|--|---|---|--|

Evaluación: Las maestras utilizarán por lo menos el 80% de los pasos de las estrategias de RE y de dos de las técnicas de modificación conductual en el aula

**Objetivo:** Las maestras identificarán las estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional

**Criterio de cambio: B3 El 80% de las maestras utilizarán dos técnicas de modificación conductual para promover al menos dos de las estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional haciendo uso de dos técnicas de modificación conductual**

|   |  |  |   |  |
|---|--|--|---|--|
| <p>9<br/>Asincrónica<br/>Teórica/Práctica</p> | <p><b>Estrategias centradas en el estado emocional</b></p> | <p>Las maestras:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Reconocerán que son las estrategias centradas en el estado emocional y su importancia</li> </ul> <p><b>Modulación de la respuesta</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Las maestras:</li> <li>▪ Identificarán que es la modulación de la respuesta</li> <li>▪ Emplearán dos técnicas de</li> </ul> | <p>→ <b>Video</b></p> <p>Se expondrá:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Qué son las estrategias centradas en el estado emocional</li> <li>- Qué es la modulación de la respuesta y sus pasos</li> </ul> <p>→ <b>Infografía</b></p> <p>En la cual se presentará de forma resumida la información del video.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Lista de cotejo</b><br/>“Modulación de la respuesta”</li> <li>• <b>Registro de observación</b><br/>“Modulación de la respuesta”</li> <li>• <b>Foro</b><br/>“Estrategias centradas en el estado emocional”</li> </ul> |
|---|--|--|---|--|

|   |                                |   |   |   |
|---|--------------------------------|---|---|---|
|   |                                | <p>modificación conductual de su elección para promover la modulación de la respuesta como estrategia de regulación emocional</p>   |   |   |
| <p>Evaluación: Las maestras utilizarán por lo menos el 80% de los pasos de las estrategias de RE y de dos de las técnicas de modificación conductual en el aula</p>         |                                |   |   |   |
| <p>Objetivo: Las maestras identificarán las estrategias centradas en el estado emocional</p>  |                                |   |   |   |
| <p><b>Criterio: B4 El 80% de las maestras utilizarán dos técnicas de modificación conductual para promover el uso de una estrategia centrada en el estado emocional</b></p> |                                |   |   |   |
| <p>10<br/>Sincrónica</p>  | <p><b>Sesión de Cierre</b></p> | <p>Las maestras:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Indicarán una situación particular con un niño en la cual promovieron alguna estrategia de RE y mediante qué técnicas de modificación conductual lo hicieron</li> <li>▪ Indicarán como promovieron</li> </ul> | <p>➔ <b>Presentación Power Point</b></p> <p>La cual contendrán la información vista en el taller de manera resumida</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1- Qué es la regulación emocional y el papel de la maestras en la promoción de la misma</li> <li>2- Técnicas de modificación conductual (modelamiento, instrucción directa,</li> </ol> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Foro</b> sobre el contenido del taller</li> <li>• <b>Folleto</b> sobre el uso de técnicas de modificación conductual para promover las estrategias de RE dirigido a padres</li> </ul> |

|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|
|  |  | <p>una estrategia de RE con sus grupos y que técnicas de modificación conductual utilizaron</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Realizarán una definición de que es la regulación emocional, las estrategias de RE y las técnicas de modificación conductual para promover estas últimas.</li> <li>▪ Plasmarán una comparación entre su concepto inicial de la RE y el adquirido con el taller</li> <li>▪ Compartirán los logros que tuvieron a partir de su participación</li> </ul> | <p>reforzamiento y retroalimentación)</p> <p>3- Estrategias de Identificación emocional</p> <p>4- Estrategias centradas en la modificación de los antecedentes que producen la respuesta emocional</p> <p>5- Estrategias centradas en la modificación del estado emocional</p> |  |
| <p>Objetivo: Las maestra integrarán los aspectos relevantes del taller pequEmoción-M</p> |  |  |  |  |

## Anexo 10. Infografía brindada a los maestros con la información de la semana sintetizada

# REGULACIÓN EMOCIONAL (RE)

La regulación emocional se define como la capacidad de iniciar, mantener e inhibir la expresión de emociones y conductas de acuerdo al contexto o la situación.



Por ejemplo, un papá que se encuentra en el evento de primavera de su hijo y comienza a aplaudir y reír, iniciando así la expresión de su emoción, se encuentra regulando su emoción.  
De igual manera, una madre que está feliz porque su hija terminó la universidad, pero asiste a un funeral e inhibe la alegría que experimenta.

Promover el uso de estrategias de Regulación Emocional desde la edad preescolar permite disminuir el riesgo de experimentar y mantener problemas durante la edad escolar.

### ¿Por qué es importante promover la regulación emocional en niños preescolares?

Cuando un niño desarrolla habilidades de RE es capaz de:

- Controlar sus impulsos
- Mostrar una mayor habilidad para relacionarse con otros
- Mostrar una mayor habilidad para comunicarse y expresar sus sentimientos
- Ser más empático y
- Mostrar una mayor facilidad para resolver problemas y afrontar situaciones que le generan estrés



Por el contrario un niño que no regula sus emociones tiende a mostrar problemas de conducta, agresividad, depresión y/o ansiedad.

### ¿Por qué promover la RE en la escuela?

En la escuela el niño aprende normas de la sociedad en la que vive y son tanto sus padres y maestros quienes le muestran cómo deben comportarse en diferentes contextos, especificando lo correcto e incorrecto y transmitiendo estrategias para regular sus emociones y el comportamiento derivado de ellas.

Universidad Nacional Autónoma de México  
Maestría en Psicología  
Residencia en Psicología Escolar  
SEDE: Promoción del desarrollo integral de niños preescolares

UNAM  
POSGRADO  
Psicología



Vía Zoom

**MAESTRA  
¡ESTÁ INVITADA!  
A NUESTRA SESIÓN  
EN VIVO**



.....

# PEQUEMOCIÓN



**09 DE JUNIO**

**19:00 HRS**

.....

En esta sesión hablaremos de los contenidos abordados en el programa durante estas 9 sesiones.



## **Anexo 12. Consentimiento Informado**

La sede “**Promoción del Desarrollo Integral de Niños Preescolares**” del programa de **Residencia en Psicología Escolar de la Maestría en Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM)** tiene el placer de invitarlo a participar en el programa “**pequEmoción**”, que tiene como objetivo que los maestros utilicen estrategias para promover la Regulación Emocional en el niño preescolar.

**Por favor tómese el tiempo que usted necesite para leer la siguiente información detenida y cuidadosamente. Si está de acuerdo en participar, le pediremos que al finalizar escriba su nombre, correo electrónico y seleccione la opción “ACEPTO”.**

Este programa tendrá una duración de 10 sesiones (una por semana) y se llevará a cabo mediante las siguientes aplicaciones:

- Classroom, al que únicamente tendrán acceso las maestras que completen al 100% su registro, en dicha plataforma se publicará la información de las primeras diez sesiones los días lunes de cada semana.
- Zoom Meetings, plataforma mediante la cual se realizará una sesión en la que tendrá la oportunidad de intercambiar experiencias con otras maestras, practicar estrategias de regulación emocional, conocer nuevos temas, aclarar dudas sobre el programa, etc. y la cual será grabada con fines de recolección y análisis de información; solo la psicóloga responsable de la investigación tendrá acceso a esta grabación.

Tendrá retroalimentación constante de las actividades y atención personalizada respecto a los contenidos del programa cuando así lo requiera.

**Su participación será voluntaria, anónima y confidencial; No habrá impacto negativo alguno si decide no participar en la investigación.**

Los principios éticos que rigen esta investigación se presentan a continuación:

- Su participación es voluntaria, por lo que usted tiene el derecho, de retirarse de la presente investigación, en el momento en el que así lo considere conveniente, únicamente se le solicita informar a la psicóloga responsable de la investigación por correo electrónico sus razones para tal decisión.
- Este programa se llevará a cabo de manera virtual lo que conlleva un riesgo nulo para su integridad física y la de los niños, esto derivado de la situación de salud que se vive actualmente a nivel nacional y mundial por la COVID 19
- No proporcionará ningún pago por participar en el programa, así mismo, no recibirá remuneración económica alguna por parte del Programa de Maestría en Psicología de la UNAM
- Al finalizar la investigación, los resultados, podrán ser presentados en congresos u otras actividades de divulgación universitaria. Jamás se compartirán sus datos personales, tales como nombre, grado o grupo frente al que imparte clases, el nombre de la escuela donde labora o el nombre de sus alumnos.

Cualquier duda, preocupación o queja acerca de algún aspecto de la investigación, por favor contacte a la psicóloga responsable de la investigación, la Lic. Mónica Patricia Perdomo Orozco al correo [monica.perdomoorozco@gmail.com](mailto:monica.perdomoorozco@gmail.com)

Manifiesto que fui informado (a) del propósito, tiempo de participación, así como de los principios éticos que rigen esta investigación y en pleno uso de mis facultades, **es mi voluntad participar.**

**He leído y comprendido la información anterior, y todas mis preguntas han sido respondidas de manera clara y a mi entera satisfacción, por ello, “Acepto” participar en la presente investigación.**

**NOMBRE:**

**CORREO ELECTRONICO:**

**ACEPTO**

**NO ACEPTO**

### **Consentimiento informado (grabaciones de zoom)**

Declaro que he sido informado e invitado a participar en el programa denominado “pequEmoción”, el cual es un proyecto de investigación de la sede **“Promoción del Desarrollo Integral de Niños Preescolares” del Programa de Residencia en Psicología Escolar de la Maestría en Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM)**, que consta de 10 sesiones, de las cuales 1 se llevará a cabo mediante la plataforma Zoom Meetings y que se plantea será grabada.

He sido informado de que en tal grabación, no será difundida por ningún medio ni compartido en plataformas o con terceros y en caso de ser expuesto en eventos científicos o universitarios, mi imagen será difuminada, y mi nombre se ocultará, así mismo, mi voz será alterada.

**Doy mi consentimiento a la psicóloga responsable de la investigación, para el uso o la reproducción de las secuencias filmadas en video, fotografías o grabaciones de la voz de mi persona, con fines de recolección y análisis de la información.**

He leído y comprendido la información anterior, y todas mis preguntas han sido respondidas de manera clara y a mi entera satisfacción.

**ACEPTO**

**NO ACEPTO**

Anexo 13. Cartel promocional

# pequeEmoción

PROGRAMA PARA MAESTRAS

Duración: 11 semanas

Has observado que a menudo tus alumnos experimentan emociones intensas y te preguntas "¿Cómo puedes ayudarlos a regularlas?" Entonces, este programa es para ti!

¡Totalmente Gratis!



Psicóloga Residente: Lic. Mónica Perdomo  
Tutora: Dra. Lizbeth Vega  
Supervisora: Mtra. Fernanda Poncelis



Universidad Nacional Autónoma de México  
Maestría en Psicología  
Residencia en Psicología Escolar  
SEDE: Promoción del desarrollo integral de niños  
preescolares

El presente programa busca promover el uso de estrategias de Regulación Emocional en niños preescolares a través del uso de las cuatro técnicas de modificación conductual más efectivas, estas son: el modelamiento, la instrucción directa, el reforzamiento y la retroalimentación.

Para obtener más información,  
puedes enviar un correo a:  
[monica.perdomoorozco@gmail.com](mailto:monica.perdomoorozco@gmail.com)

UNAM  
POSGRADO  
Psicología



## Anexo 14. Registro de observación conductual

Estrategia a promover: Selección de la situación

Describa brevemente la actividad seleccionada (ej. yo elegí enseñarles una canción a los niños la cual explica paso a paso mediante la instrucción directa como deben utilizar la estrategia "selección de la situación"):

---

---

---

---

Número de niños que conforman su grupo: \_\_\_\_\_

Número de niños observados (es decir los niños que participaron en la actividad): \_\_\_\_\_

Fecha de observación: \_\_\_\_\_

| Respuesta  | Número de niños |
|--|-----------------|
| Logró identificar y nombra sus emociones (ej. me siento muy enojada)   |                 |
| Logró identificar y nombrar la situación que provoca su emoción (ej. me siento muy enojada cuando como mi almuerzo en el piso y mi jugo se derrama)  |                 |
| Logró identificar una situación alterna que lo llevó a experimentar una emoción deseada (ej. cuando como en mi mesita no derramo mi jugo y me siento alegre porque lo puedo tomar durante todo el día) |                 |
| Logró seleccionar la situación que lo llevó a experimentar una emoción deseada (ej. mejor todos los días voy a comer en las mesas)   |                 |



## Anexo 15. Lista de cotejo sesión seis

¿Qué técnicas de modificación conductual utilizó para promover la estrategia? (seleccione dos) y seleccione los pasos que realizó para cada una de ellas:

### \_\_\_ Modelamiento

|   |  |
|---|--|
| 1. Identificar una conducta que queremos que el niño aprenda                              |  |
| 2. Llamar la atención del niño mientras modelamos lo que queremos que el niño aprenda     |  |
| 3. La conducta que modelaremos al niño debe de ser sencilla para que él la pueda realizar |  |
| 4. Modelar al niño lo que esperamos que haga  |  |
| 5. Modelar al niño en situaciones reales (solo si es posible)                             |  |
| 6. Finalmente le solicita al niño ejecutar lo observado                                   |  |

### \_\_\_ Instrucción Directa

|   |  |
|---|--|
| 1. Identificar una conducta que queremos que el niño aprenda    |  |
| 2. Establecer las instrucciones previo a comunicárselas al niño |  |
| 3. Mencionarle al menor qué es lo que se espera que haga        |  |
| 4. Brindarle las instrucciones al niño                          |  |

### \_\_\_ Reforzamiento

|  |  |
|--|--|
| 1. Identificar una conducta que queremos que el niño aprenda               |  |
| 2. Entregar el reforzador inmediatamente después de que sucede la conducta |  |
| 3. Aplicarse de manera constante   |  |

### \_\_\_ Retroalimentación

|  |  |
|--|--|
| 1. Identificar una conducta que queremos que el niño aprenda |  |
| 2. Ser específico con la meta que se espera                  |  |
| 3. Enfocarse en la conducta que se está enseñando            |  |

|  |  |
|--|--|
| 4. Proporcionarse inmediatamente después de observar el comportamiento |  |
| 5. Comenzar mencionándole al niño lo que sí hizo                       |  |
| 6. Mencionarle al niño lo que hizo bien                                |  |
| 7. Continuar mencionándole lo que le faltó                             |  |
| 8. Mencionarle lo que podría mejorar                                   |  |
| 9. Utilizarse más en una vez en una misma situación                    |  |

Describa brevemente el motivo por el cuál eligió estas técnicas.

---



---



---



---



---

**Indique los pasos que promovió de la modificación de la situación:**

|  |  |
|--|--|
| 1. Qué los niños reconocieran una emoción intensa que hayan experimentado previamente            |  |
| 2. Qué los niños identificaran la situación que los llevó a experimentar la emoción              |  |
| 3. Qué los niños reconocieran elementos de la situación que podrían ser modificados              |  |
| 4. Qué los niños modificaran los elementos de la situación                                       |  |
| 5. Qué los niños identificaran cómo cambio su emoción al modificar los elementos de la situación |  |

En caso de no haber utilizado todos los pasos de la estrategia especifique el motivo.

---



---



---



---



---



**Anexo 16. Cuestionario de 5 preguntas de opción múltiple para evaluar el conocimiento teórico**

**Cuestionario “estrategias centradas en los antecedentes” (sesión 5)**

- 1- Las estrategias de regulación emocional son una serie de comportamientos dirigidos a controlar, modular o inhibir la expresión de emociones que se consideran inadecuadas o necesarias por el contexto
  - a) **Verdadero**
  - b) Falso
  
- 2- Golpear una almohada es un comportamiento que ayuda a regular una emoción
  - a) **Verdadero**
  - b) Falso
  
- 3- Las “Estrategias centradas en los antecedentes” se emplean después de que el niño experimentó un estado emocional
  - a) Verdadero
  - b) **Falso**
  
- 4- Las estrategias de regulación emocional se clasifican según el momento en que se presentan
  - a) **Verdadero**
  - b) Falso
  
- 5- Solamente existe una estrategia para regular las emociones
  - a) Verdadero
  - b) **Falso**

## Anexo 17. Carta descriptiva de una sesión del programa

|   |   |  |
|---|---|--|
| <b>Carta descriptiva</b>  |   | <b>Sesión: 9</b>   |
| <b>Tema:</b> Estrategias centradas en el estado emocional<br>Modulación de la respuesta   |   | <b>Modalidad:</b> Asincrónica/ Teórica   |
|   |   | <b>Fecha de Aplicación:</b> 30 de Mayo al 05 de Junio  |
| <b>Psicóloga:</b> Mónica Patricia Perdomo Orozco  |   | <b>Duración:</b> Una semana  |
| <b>Objetivo:</b> Las maestras identificarán las estrategias centradas en el estado emocional  |   |  |
| <b>Objetivos específicos</b><br>Las maestras: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconocerán qué son las estrategias centradas en el estado emocional y su importancia</li> <li>• Identificarán qué es la modulación de la respuesta</li> <li>• Emplearán dos técnicas de modificación conductual de su elección para promover la modulación de la respuesta cómo estrategia de regulación emocional</li> </ul> |   |  |
| <b>Objetivo específico</b>  | <b>Actividad</b>  | <b>Materiales</b>  |
| 1. Las maestras reconocerán qué son las estrategias centradas en el estado emocional y su importancia<br><br><b>Modulación de la respuesta</b>  | Las maestras consultarán el video explicativo y folleto de la sesión en el cuál se expondrán los siguientes puntos: <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Descripción de los objetivos de la sesión</b></li> </ul> La psicóloga comenzará el video explicativo dando una cordial bienvenida a las maestras y realizará una breve descripción de los objetivos de la sesión. | Video explicativo “Modulación de la respuesta” (estrategias centradas en el estado emocional)<br><br>Folleto “Modulación de la respuesta” (estrategias centradas en el estado emocional) |
| 2. Las maestras identificarán qué es la modulación de la respuesta  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Recapitulación</b></li> </ul> Se realizará una breve descripción de lo abordado en la última sesión. <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Estrategias</b></li> </ul>   | Cuestionario “estrategias centradas en el estado emocional”  |

|  |   |   |
|--|---|---|
|  | <p>Se explicará qué son las estrategias centradas en el estado emocional</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Modulación de la respuesta</b></li> </ul> <p>Se abordarán las características de la modulación de la respuesta como estrategia centrada en el estado emocional.</p> <p>Y cuáles son los pasos a seguir para utilizar modulación de la respuesta.</p> <p>Las maestras responderán al cuestionario “estrategias centradas en el estado emocional” que evalúa el contenido teórico del video</p> <p>Las maestras consultarán el folleto de la sesión en el cual se sintetiza la información brindada en el video explicativo.</p> |   |
| <p><b>3.</b> Las maestras emplearán dos técnicas de modificación conductual de su elección para promover la modulación de la respuesta como estrategia de regulación emocional</p> | <p>Las maestras promoverán la modulación de la respuesta en sus aulas una vez durante la semana, para ello:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Elegirán una actividad para promover la modificación de la situación (ej. un ejercicio de respiración, relajación progresiva, cantar una canción etc.)</li> <li>2) Seleccionarán de entre las 4 técnicas de modificación</li> </ol>   | <p>Registro de observación conductual “Modulación de la respuesta”</p> <p>Lista de cotejo “técnicas de modificación conductual”</p> |

|  |   |  |
|--|---|--|
|  | <p>conductual solo dos (ej. modelamiento e instrucción directa)</p> <p>3) A través del uso de las técnicas de modificación conductual y de la actividad de su elección promoverá todos los pasos de la modulación de la respuesta</p> <p>4) Responderán el registro de observación conductual “Modulación de la respuesta” y la lista de cotejo “técnicas de modificación conductual”</p> |  |
|--|---|--|

***Evaluación: Las maestras utilizarán por lo menos el 80% de los pasos de las estrategias de RE y de dos de las técnicas de modificación conductual en el aula***