

# Habilidades socioemocionales y autorregulación de la conducta en educación preescolar

***Autora: Mayra Edith Zapién Bustillos***

## Resumen

En este artículo se presenta una investigación realizada en un grupo de tercer grado de educación preescolar de una institución pública ubicada en el estado de Chihuahua, México. La temática abordada se relaciona con el desarrollo de habilidades socioemocionales para favorecer la autorregulación conductual y la convivencia escolar. El propósito general fue analizar la influencia de estrategias pedagógicas orientadas al fortalecimiento de dichas habilidades en alumnos de educación preescolar. El estudio se desarrolló desde el paradigma interpretativo, con un enfoque cualitativo y un diseño de investigación-acción. Los resultados muestran avances en la expresión emocional, la interacción entre pares, la regulación de emociones y la resolución pacífica de conflictos.

**Palabras clave:** habilidades socioemocionales, autorregulación conductual, convivencia escolar, educación preescolar, investigación-acción.

## INTRODUCCION

El desarrollo de habilidades socioemocionales es un elemento fundamental en la educación preescolar, pues favorece en los alumnos la capacidad de reconocer, expresar y regular las emociones en los distintos espacios de convivencia escolar. Estas habilidades influyen en la forma en que los niños interactúan con sus compañeros, manejan los conflictos y participan en actividades grupales, lo que impacta directamente en el ambiente del aula y en los procesos de aprendizaje. Por ello, las conductas asociadas con la frustración, la impulsividad, la agresividad y la dificultad para autorregular las emociones representan un desafío continuo y complejo en la convivencia diaria en estos grupos. Ante este escenario, la investigación educativa se constituye como una herramienta que permite comprender y atender tales dinámicas a partir de la interacción que existe entre alumnos, docentes y el propio contexto escolar. La Nueva Escuela Mexicana (NEM), reconoce la importancia de fomentar ambientes de aprendizaje centrados en el desarrollo humano, la inclusión y la formación integral de niñas y niños.

Bajo este enfoque, el presente estudio tiene como objetivo general analizar, mediante la implementación de estrategias pedagógicas y la observación de conductas dentro del aula, cómo el desarrollo de habilidades socioemocionales favorece la autorregulación y la convivencia escolar en alumnos de tercer grado del preescolar "Miguel Hidalgo"<sup>1046</sup>. Dentro de los objetivos específicos se encuentran: 1) Identificar los principales desafíos socioemocionales presentes en los alumnos de educación preescolar y su relación con la autorregulación conductual dentro del aula; 2) Describir las estrategias pedagógicas implementadas

para favorecer el desarrollo de habilidades socioemocionales y la convivencia escolar en alumnos de educación preescolar; 3) Analizar los cambios observados en la autorregulación conductual y la convivencia escolar de los alumnos a partir de la aplicación de estrategias socioemocionales. De lo antes expuesto, se propone la siguiente hipótesis: utilizar estrategias pedagógicas orientadas al desarrollo de habilidades socioemocionales favorecen los procesos de autorregulación conductual y convivencia escolar en alumnos de educación preescolar

El presente estudio se apoya en enfoques teóricos relacionados con el desarrollo socioemocional, la convivencia escolar y la educación integral en la niñez, teniendo como sustento el modelo de aprendizaje socioemocional de CASEL (2021) y el enfoque de educación emocional de Bisquerra (2026) y los fundamentos de Bisquerra y Chao (2021), así como las aportaciones de Álvarez (2021), los cuales consideran al aula como un espacio elemental para fomentar el aprendizaje, la interacción social y la formación emocional, al asumir que el diálogo y la participación permiten avanzar en la empatía, la comunicación y la resolución de conflictos. El estudio se sustenta en un diseño metodológico de investigación-acción, con enfoque cualitativo, debido a que surge a partir de situaciones observadas en el aula, en relación con la convivencia y la autorregulación de conductas en alumnos de preescolar. Para la recolección de información se emplean instrumentos como la observación, el diario de campo y rúbricas. Estos registros pedagógicos permiten interpretar y analizar la incidencia de las estrategias socioemocionales aplicadas en el aula.

La presente investigación aporta evidencia práctica y herramientas concretas para

el fortalecimiento de la autorregulación conductual y la convivencia escolar en educación preescolar, en coherencia con los principios del desarrollo socioemocional establecidos por la NEM y por la Secretaría de Educación Pública (SEP). De igual manera, los hallazgos de este estudio pueden servir como referente aplicable a otros contextos escolares que enfrentan desafíos similares en el manejo emocional y a la convivencia entre pares. Finalmente se reconocen como limitaciones del estudio el carácter cualitativo y contextualizado de la intervención, lo que impide generalizar los resultados a otros escenarios con dinámicas propias. Además, se identificaron ciertas resistencias por parte de algunos actores educativos frente a la puesta en marcha de cambios pedagógicos novedosos, los cuales exigen constancia y un compromiso colectivo continuo.

## MARCO TEORICO

La educación preescolar representa una etapa clave para la formación integral de niñas y niños; es justamente durante estos primeros años de vida cuando comienzan a formarse habilidades básicas para la interacción social, la comunicación y la expresión afectiva. Así, las habilidades socioemocionales tienen importancia en el entorno escolar; no solo facilitan la construcción de la empatía y la resolución de conflictos, sino que también impactan directamente en la autorregulación conductual en el aula. En esta investigación se asumió la definición conceptual de desarrollo de las habilidades socioemocionales como un conjunto de recursos personales que permiten reconocer y expresar adecuadamente las propias emociones, comprender las de los demás, establecer relaciones interpersonales saludables y autorregular la conducta para afrontar situaciones cotidianas y tomar decisiones de manera efectiva (Sánchez Calderón et al., 2021).

De acuerdo con CASEL (2021), estas habilidades son dinámicas y permiten a los alumnos a tener mayor conciencia emocional. Además, ayudan a la toma de decisiones más responsables y el desarrollo de vínculos dentro y fuera del aula. En cuanto a la autorregulación conductual, es la capacidad que tienen los alumnos para controlar impulsos, manifestar sus emociones de forma adecuada y reaccionar de manera favorable ante las diversas situaciones que se presentan en la escuela. Bisquerra (2026) menciona que la regulación emocional se considera como una competencia importante para propiciar la interacción pacífica, el bienestar y el desarrollo de niños y niñas. Ambas variables mantienen una relación directa con la convivencia escolar y con la participación de los alumnos en el aula. La Nueva Escuela Mexicana (NEM), por su parte, orienta el sentido de la enseñanza hacia una formación integral cimentada en el bienestar, la inclusión y el desarrollo humano de los estudiantes. En concordancia con estos criterios, el Plan de Estudio para la Educación Básica enfatiza la necesidad de generar ambientes de aprendizaje que favorezcan que niñas y niños desarrollen capacidades esenciales para interactuar, manifestar sus emociones y colaborar en diversos contextos sociales (Secretaría de Educación Pública, 2022).

En educación preescolar, estos principios orientan la práctica docente hacia el diseño de experiencias de aprendizaje que, además de favorecer el desarrollo de conocimientos y habilidades, promuevan la convivencia, el diálogo y la participación de los alumnos en un ambiente de respeto. Esto implica reconocer que el desarrollo emocional forma parte del aprendizaje cotidiano y que las oportunidades para expresar emociones, resolver conflictos y trabajar con otros deben estar presentes de manera permanente

en las actividades del aula. Desde esta visión, el fortalecimiento de las habilidades socioemocionales contribuye al desarrollo integral de niñas y niños, al favorecer relaciones basadas en la empatía, la inclusión, el respeto y la colaboración, aspectos que fortalecen la convivencia escolar y el sentido de pertenencia a la comunidad cívica. Como consecuencia, el trabajo socioemocional pasa de ser una actividad complementaria a un elemento importante dentro de la práctica educativa, ya que favorece el desarrollo integral de los alumnos y fortalece las bases para una convivencia armónica dentro y fuera del contexto escolar. A nivel internacional, la UNESCO (2021) sostiene que la escuela va más allá de enseñar contenidos académicos, sino que además es un lugar en donde los alumnos aprenden a convivir, a resolver conflictos y a cuidar el bienestar de todos. Al respecto, UNICEF (2021) advierte que la salud emocional durante la niñez condiciona de forma directa los procesos de aprendizaje, la interacción con los pares y el crecimiento individual. Ante este escenario, CASEL (2021) puntualiza que las habilidades socioemocionales ofrecen al alumno herramientas para identificar y canalizar lo que siente, establecer relaciones saludables, asumir decisiones con responsabilidad y actuar con empatía ante su realidad. Dichas capacidades no solo facilitan la adaptación a la dinámica escolar, también ayudan a crear un entorno más seguro y colaborativo. Por lo tanto, el desarrollo socioemocional requiere una mayor atención desde la primera infancia mediante experiencias didácticas que promuevan la expresión libre, el diálogo y la participación activa en la comunidad escolar.

Autores como Bisquerray Chao (2021) señalan que la educación emocional desarrolla competencias clave como la autoconciencia, la autonomía y las habilidades sociales.

Estas competencias influyen en cómo conviven los niños y niñas y en la manera en la que enfrentan situaciones día con día. Esta postura coincide con Álvarez (2021), quien plantea que el acompañamiento socioemocional ayuda a que niños y niñas regulen lo que sienten. Esto contribuye a la autorregulación, la convivencia pacífica y su desarrollo integral. Para esta autora no se trata de entrenar la conducta sino de crear espacios de interacción centrados en el bienestar del alumno. En el nivel preescolar, esto es fundamental; es común observar en los alumnos baja tolerancia a la frustración, impulsividad, rabietas, conflictos entre pares, dificultad para respetar turnos o para expresar lo que sienten de forma adecuada. No representan malas conductas, sin embargo, son el reflejo de procesos emocionales que aún están en desarrollo.

Estas conductas no solo afectan la convivencia del grupo, sino también los procesos de aprendizaje. El problema se agrava cuando el docente carece de estrategias pedagógicas claras para ayudar a los alumnos y regular sus emociones. Al respecto, los hallazgos de Valdiviezo-Loayza y Rivera-Muñoz (2022) sostienen que fortalecer el desarrollo socioemocional a través de la ejecución de diversas estrategias, favorece la empatía, la autorregulación y las relaciones entre compañeros. Esto ayuda a que se desenvuelvan mejor tanto en la escuela como en la comunidad. En relación con lo anterior, Hernández et al. (2024) advierten que el ambiente emocional de la escuela repercute directamente en la convivencia y en la participación de los alumnos. Los autores explican que cuando en el aula hay respeto, escucha activa y acompañamiento efectivo, se protege el bienestar del grupo y se fortalecen los lazos entre pares. Desde esta mirada, la convivencia sana no solo se logra con reglas o disciplina. Se construye

diariamente con las experiencias que viven los niños en el aula. Respecto a las estrategias pedagógicas, Maridueña et al. (2025) destacan que las actividades orientadas al desarrollo socioemocional ayudan a que los estudiantes expresen sus emociones, mejoren sus habilidades sociales y mantengan una participación activa en clase. Actividades como dramatizaciones, trabajo colaborativo, cuentos, juegos, técnicas de respiración y rincones de la calma favorecen procesos relacionados con la empatía, la comunicación y la resolución pacífica de conflictos. Los autores también indican que el docente es clave como mediador para crear ambientes de aprendizaje seguros y emocionalmente positivos.

El Plan de Estudios de la Nueva Escuela Mexicana (SEP, 2022) retoma la perspectiva sociocultural. Plantea que el aprendizaje ocurre en la interacción social y en las experiencias compartidas dentro de los distintos espacios de convivencia. En congruencia con la teoría socioemocional de Vygotski, el desarrollo infantil se favorece a través de la mediación y de las relaciones que los niños establecen con pares y adultos. Por ello, las interacciones que tienen lugar en el aula fortalecen tanto el aprendizaje como el desarrollo emocional y social de los alumnos. Varios estudios recientes han destacado la importancia del desarrollo socioemocional en preescolar, especialmente en relación con la convivencia, la autorregulación conductual y la adaptación al contexto escolar (Guevara Benítez et al., 2021).

Domínguez et al. (2023) encontraron que el juego colaborativo ayuda a mejorar la convivencia y a resolver conflictos de forma pacífica, porque fomenta la interacción, el respeto a las reglas y la comunicación entre pares. Otros estudios en Latinoamérica señalan que las actividades lúdicas y

socioemocionales en el aula reducen las conductas inadecuadas y crean ambientes de convivencia más seguros. No obstante, aunque se reconoce el impacto del desarrollo de estas habilidades en la infancia temprana, aún existen vacíos relacionados con la aplicación de estrategias contextualizadas en grupos que presentan problemas específicos de impulsividad, agresividad, frustración o convivencia. La mayoría de las investigaciones describen los beneficios generales del aprendizaje emocional, pero son menos frecuentes los estudios enfocados en experiencias prácticas desarrolladas dentro de grupos preescolares con problemáticas conductuales específicas. Por otro lado, el análisis bibliométrico realizado por Quenaya y Nepo (2025), muestra que en los últimos años han aumentado los estudios sobre competencias socioemocionales en preescolar. Sin embargo, también identifican la necesidad de ampliar investigaciones aplicadas que analicen estrategias en aulas reales.

Ante esta situación, el presente estudio adquiere relevancia al centrarse en la implementación de estrategias socioemocionales orientadas a fortalecer la convivencia escolar y la autorregulación conductual dentro de un grupo específico de educación preescolar. Para abordar esta situación, se retoma el enfoque de investigación-acción, donde el docente reflexiona sobre los problemas del aula para comprenderlos y crear estrategias desde su propia práctica. Olvera et al. (2025) explican que la investigación-acción permite analizar situaciones reales del contexto escolar con la finalidad de favorecer procesos de transformación y mejora educativa mediante la participación activa de quienes intervienen en ella. Desde esta mirada, el estudio no solo busca describir problemáticas relacionadas con la convivencia o la conducta, sino

también implementar acciones orientadas a cambios positivos en el aula. Con base en los autores revisados, el desarrollo de habilidades socioemocionales en preescolar es clave para mejorar la convivencia y la autorregulación de los alumnos. Además, las estrategias pedagógicas orientadas al trabajo emocional dentro del aula permiten generar experiencias que contribuyen al fortalecimiento de habilidades relacionadas con la empatía, la comunicación, la resolución de conflictos y la expresión emocional desde pequeños. Es necesario considerar que la práctica docente incorpore acciones sistemáticas que promuevan el bienestar emocional y la convivencia positiva en la escuela.

## METODOLOGIA

La presente investigación se desarrolló desde un enfoque cualitativo de carácter interpretativo, debido a que buscó comprender las experiencias, comportamientos e interacciones que se generan en el contexto escolar en relación con el desarrollo de habilidades socioemocionales y la autorregulación conductual en alumnos de educación preescolar. Piña (2023), menciona que el enfoque cualitativo permite interpretar los fenómenos educativos a partir de las experiencias que tienen los alumnos dentro del contexto, ya que favorece la comprensión de las situaciones que se presentan en el aula. Es por ello que la investigación se orientó a comprender la dinámica del aula y los cambios observados a partir de la implementación de estrategias pedagógicas dirigidas al fortalecimiento de las competencias socioemocionales. El estudio se desarrolló con un diseño de investigación-acción, ya que surgió a partir de una problemática identificada en la práctica docente diaria en relación con las dificultades en la

autorregulación de conductas manifestadas mediante impulsividad, conflictos entre pares, dificultad para respetar acuerdos, frustración, entre otras. Colmenares (2021) señala que este diseño favorece procesos de reflexión y transformación educativa desde situaciones reales del aula. Por ello, la docente asumió un rol activo en la identificación de las necesidades del grupo, la implementación de estrategias de intervención y el análisis de los cambios observados durante la investigación.

La muestra estuvo conformada por veinticuatro alumnos de tercer grado entre los cinco y seis años de edad, del Jardín de Niños "Miguel Hidalgo" 1046, turno matutino, ubicado en la colonia La Peña de Hidalgo del Parral, Chihuahua. Es una institución pública urbana que atiende a población de nivel socioeconómico medio, cuyos padres o tutores se desempeñan en actividades profesionales, comerciales, de servicios y empleos formales. Esta diversidad de ocupaciones y la asistencia regular de los alumnos permitieron desarrollar la investigación en un contexto escolar representativo de las realidades sociales y familiares de la comunidad.

El grupo presentó necesidades específicas en torno a la convivencia escolar, el manejo de emociones y la autorregulación conductual en diversas situaciones escolares. La selección de los participantes respondió a criterios de accesibilidad y pertinencia, ya que la problemática formaba parte del contexto cotidiano de la práctica docente, lo que permitió realizar un análisis directamente vinculado a las necesidades y dinámicas del grupo. Para la recuperación de la información se emplearon diversas técnicas e instrumentos acordes con el enfoque cualitativo. Al respecto, Medina et al. (2023) señalan que las técnicas corresponden



a los procedimientos utilizados para obtener datos, mientras que los instrumentos constituyen los recursos empleados para registrarla, organizarla e interpretarla durante el proceso investigativo. La técnica principal utilizada fue la observación, debido a que permitió recuperar evidencias directamente dentro del contexto áulico donde se desarrollaban las actividades escolares. A través de ella fue posible identificar comportamientos, formas de interacción, emociones y situaciones relacionadas con la convivencia escolar. Como instrumento central se utilizó el diario de campo, en el que se registraron las conductas observadas, los conflictos entre los alumnos, las estrategias implementadas y los cambios identificados durante la intervención. De manera complementaria se utilizaron rúbricas para documentar aspectos relacionados con el desarrollo de habilidades socioemocionales, la convivencia escolar y la autorregulación conductual. Su uso permitió dar seguimiento a los avances detectados en los alumnos y registrar situaciones significativas derivadas de la implementación de las actividades propuestas.

Las rúbricas fueron diseñadas con indicadores previamente establecidos en el Programa de Educación Preescolar 2022 y se aplicaron semanalmente para valorar aspectos relacionados con la identificación y expresión de emociones, el control de impulsos, la interacción con los compañeros, el cumplimiento de acuerdos de convivencia y la respuesta de los alumnos ante situaciones de conflicto. Los indicadores se mantuvieron durante toda la intervención. Esto permitió comparar los registros de cada alumno desde el inicio hasta el final. Los datos se recuperaron dentro y fuera del aula en situaciones diversas, como el trabajo en equipo, la participación en asambleas y durante el recreo. La aplicación sistemática

bajo los mismos criterios de observación, favoreció la consistencia en la valoración de los avances relacionados con las habilidades socioemocionales y la autorregulación conductual a lo largo del ciclo escolar. Además, se empleó la entrevista semiestructurada dirigida a docentes y familias con la finalidad de recuperar percepciones, experiencias y opiniones relacionadas con las conductas de los alumnos dentro y fuera del contexto escolar. Medina et al. (2023) refieren que este tipo de entrevistas permite obtener información flexible y contextualizada, lo que favorece una comprensión más completa de los fenómenos estudiados y enriquece el análisis de los resultados. El proceso de investigación se desarrolló en tres etapas. Para comenzar, se realizó un diagnóstico mediante observaciones, registros en el diario de campo y el intercambio de información con docentes y familias. Esta etapa permitió identificar conductas relacionadas con la dificultad para autorregular emociones, resolver conflictos de manera pacífica, respetar acuerdos grupales y convivir de manera positiva con sus compañeros. En un segundo momento se diseñaron e implementaron estrategias pedagógicas orientadas al fortalecimiento de habilidades socioemocionales, considerando las necesidades detectadas y las características particulares del grupo.

Las actividades fueron incorporadas de manera gradual dentro de la planeación didáctica y ajustadas conforme avanzaba el proceso de intervención. Su propósito fue favorecer el reconocimiento y expresión de emociones, el desarrollo de la empatía, la comunicación asertiva, la resolución pacífica de conflictos y la convivencia entre pares. Finalmente, se analizaron los cambios identificados a partir de la información recuperada mediante los diferentes instrumentos de investigación. Este proceso

permitió identificar avances, áreas de oportunidad y cambios relacionados con la interacción grupal y la autorregulación conductual de los alumnos. La intervención pedagógica se desarrolló a lo largo del ciclo escolar 2025-2026 mediante la planeación e implementación de actividades orientadas al fortalecimiento del desarrollo socioemocional y la mejora de la convivencia escolar.

Entre las estrategias aplicadas se incluyeron actividades de trabajo colaborativo, dramatizaciones, lectura de cuentos relacionados con las emociones, técnicas de respiración, juegos cooperativos, rincones de la calma y espacios de diálogo dentro del aula. Estas actividades fueron seleccionadas considerando las necesidades detectadas en el grupo y los principios formativos establecidos en el Plan de Estudio de la Nueva Escuela Mexicana. Fuentes Tapia (2023) menciona que la educación socioemocional requiere ambientes de aprendizaje intencionados que favorezcan la interacción, la expresión emocional y el desarrollo de competencias para la convivencia. Por lo tanto, las estrategias implementadas buscaron generar experiencias significativas que permitieran a los alumnos participar de manera activa en el fortalecimiento de habilidades relacionadas con la autorregulación de sus conductas.

El análisis de la información se realizó mediante un proceso de revisión, interpretación y comparación constante de los registros obtenidos a través de los diferentes instrumentos. Para ello se llevó a cabo la lectura de los diarios de campo, las rúbricas, los registros de observación y las entrevistas, identificando situaciones recurrentes y cambios relacionados con la expresión emocional, la autorregulación conductual y las relaciones dentro del aula. Este procedimiento ayudó a comprender la

influencia de las estrategias implementadas en la dinámica cotidiana del grupo y valorar los avances observados durante el proceso de intervención. Con la finalidad de fortalecer la credibilidad de los hallazgos, se recurrió a la triangulación de la información obtenida mediante observaciones, registros de campo y entrevistas aplicadas a docentes y familias. Esto permitió detectar patrones conductuales desde distintas perspectivas.

También se realizó la descripción detallada del contexto en donde se registraron las condiciones específicas de aula, la secuencia de las actividades y los detonantes de conflictos en la misma. Además, se compartieron las problemáticas detectadas con la docente y el directivo escolar, quienes confirmaron las necesidades del grupo durante el ciclo escolar vigente, procedimiento que asegura que las categorías no fueron solo interpretación aislada del investigador. La confiabilidad se respaldó con tres acciones concretas. Se llevó un diario de campo con registros fechados durante el ciclo escolar bajo la supervisión del directivo, lo que permite verificar las decisiones tomadas. Las rúbricas se aplicaron con indicadores claramente definidos de manera consistente cada semana. Los registros fueron revisados de manera continua durante el proceso de investigación, lo que permitió identificar categorías de análisis de forma progresiva dentro del aula y en horario escolar. Finalmente, la investigación se desarrolló bajo principios éticos de respeto, confidencialidad y protección de la información. Debido a la participación de menores de edad, se contó con el consentimiento informado de las familias y de la institución educativa. Además, se resguardó la identidad de los participantes mediante el uso de registros confidenciales procurando en todo momento su bienestar e integridad, de acuerdo con los lineamientos éticos establecidos por la Secretaría de Educación Pública (SEP, 2022).



## ANÁLISIS DE RESULTADOS

Para el análisis e interpretación de la información recuperada durante el ciclo escolar 2025-2026 en el grupo de tercer grado de educación preescolar, se realizó un proceso de revisión, comparación constante y triangulación de los datos obtenidos mediante la observación, el diario de campo, las rúbricas y las entrevistas semiestructuradas aplicadas a docentes y familias (Medina et al., 2023). Este proceso permitió identificar hallazgos relacionados con el desarrollo de habilidades socioemocionales, la autorregulación conductual y la convivencia escolar.

Durante la etapa diagnóstica se identificaron dificultades significativas relacionadas con el reconocimiento y expresión de emociones, el control de impulsos, la tolerancia a la frustración y la resolución pacífica de conflictos. Como se observa en la Tabla 1, estas situaciones incidían directamente en la convivencia escolar y en la participación de los alumnos durante las actividades grupales. Los registros obtenidos mediante observación y rúbricas mostraron que una parte importante del grupo requería acompañamiento constante para expresar sentimientos, respetar acuerdos y resolver desacuerdos de manera adecuada.

**Tabla 1**

*Principales desafíos socioemocionales identificados durante la etapa diagnóstica*

| <b>Categoría</b>                    | <b>Evidencias</b>                                                          |
|-------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| Dificultad para reconocer emociones | Los alumnos manifestaban frustración mediante llanto, enojo o aislamiento. |
| Impulsividad                        | Reacciones inmediatas ante conflictos por materiales o turnos.             |
| Resolución inadecuada de conflictos | Empujones, gritos y discusiones frecuentes entre compañeros.               |
| Baja tolerancia a la frustración    | Abandono de actividades o conductas agresivas ante desacuerdos.            |
| Dificultad para respetar acuerdos   | Problemas para esperar turnos y seguir normas grupales.                    |

Nota. Elaboración propia con base en los registros del diario de campo, observaciones y entrevistas realizadas durante el ciclo escolar 2025-2026.

Los resultados iniciales evidenciaron la necesidad de fortalecer competencias socioemocionales vinculadas con la conciencia emocional y la autorregulación. De acuerdo con Bisquerra y Chao (2021), las conductas impulsivas observadas durante la infancia representan oportunidades para desarrollar habilidades emocionales que favorezcan la adaptación social y escolar. Por ello, las dificultades identificadas no fueron interpretadas únicamente como problemas de conducta, sino como manifestaciones propias de procesos

emocionales aún en desarrollo. Las entrevistas realizadas a las familias permitieron complementar la información obtenida en el aula al mostrar que algunas de las conductas observadas también se presentaban en el contexto familiar. Este hallazgo coincide con lo señalado por Olvera et al. (2025), quienes sostienen que las experiencias de socialización temprana influyen en la manera en que los niños interactúan con sus pares y responden ante situaciones de conflicto. A partir de las necesidades detectadas, se implementaron diversas estrategias pedagógicas orientadas al fortalecimiento de las habilidades socioemocionales, entre ellas la lectura de cuentos sobre emociones, técnicas de respiración consciente, rincones de la calma, juegos cooperativos, dramatizaciones y espacios de diálogo. Como se presenta en la Tabla 2, estas acciones buscaron favorecer la conciencia emocional, la empatía, la comunicación asertiva y la autorregulación conductual.

**Tabla 2**

*Estrategias pedagógicas implementadas para fortalecer las habilidades socioemocionales*

| <b>Estrategia implementada</b>     | <b>Propósito pedagógico</b>                        | <b>Habilidad socioemocional fortalecida</b> | <b>Cambios observados</b>                                            |
|------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| Lectura de cuentos sobre emociones | Favorecer el reconocimiento y expresión emocional  | Conciencia emocional                        | Los alumnos comenzaron a verbalizar emociones con mayor frecuencia   |
| Técnicas de respiración consciente | Promover el control de impulsos y la calma         | Autorregulación emocional                   | Disminuyeron las reacciones impulsivas ante conflictos               |
| Rincones de la calma               | Brindar espacios para la regulación emocional      | Manejo de la frustración                    | Mayor capacidad para recuperarse después de situaciones conflictivas |
| Juegos cooperativos                | Fomentar la interacción positiva entre compañeros  | Empatía y trabajo colaborativo              | Incrementó la cooperación durante actividades grupales               |
| Dramatizaciones                    | Representar situaciones de convivencia y conflicto | Comunicación y resolución de conflictos     | Mejóro la expresión de emociones y la búsqueda de acuerdos           |
| Espacios de diálogo                | Reflexionar sobre experiencias cotidianas          | Comunicación asertiva                       | Mayor disposición para escuchar y respetar opiniones                 |

Nota. Elaboración propia a partir de las estrategias implementadas durante la intervención pedagógica.

Uno de los resultados más relevantes fue la respuesta favorable de los alumnos ante las estrategias de regulación emocional. Conforme avanzó la intervención, comenzaron a observarse cambios en la forma en que afrontaban situaciones de frustración o desacuerdo. Una evidencia registrada en el diario de campo señala:

“Al presentarse una discusión por la asignación de turnos en el rincón de la lectura, la docente

intervino recordando el uso de la técnica de respiración del cohete mágico. El alumno en conflicto, visiblemente alterado y con el rostro enrojecido, aceptó detenerse, inhalar profundamente siguiendo la guía visual colocada en la pared y, tras tres repeticiones, logró expresar su molestia diciendo: ‘estoy enojado porque yo seguía’, evitando la agresión física que solía presentar en los meses anteriores” (Diario de campo, 22 de enero de 2026).

Esta evidencia refleja un cambio significativo en la capacidad de los alumnos para reconocer las emociones y expresar sus necesidades mediante el diálogo, antes de recurrir a conductas impulsivas. Dicho avance coincide con los planteamientos de CASEL (2021), que reconocen la conciencia emocional y la autorregulación como componentes esenciales del aprendizaje socioemocional. Los principales cambios observados después de la intervención se presentan en la Tabla 3. Entre los resultados más importantes destacan la disminución de conductas agresivas, una mayor capacidad para verbalizar emociones, el incremento en la tolerancia a la frustración y una mejor disposición para resolver conflictos mediante el diálogo. De igual manera, se identificaron avances en la cooperación y en las conductas de apoyo entre pares.

**Tabla 3**

*Cambios observados en la autorregulación conductual y la convivencia escolar después de la intervención*

| <b>Aspecto analizado</b>                | <b>Diagnóstico inicial</b>                                                                 | <b>Resultados observados después de la intervención</b>                                                                |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Identificación y expresión de emociones | 15 de 24 alumnos requerían acompañamiento constante para identificar y expresar emociones. | La mayoría de los alumnos logró verbalizar emociones y expresar desacuerdos mediante el diálogo.                       |
| Control de impulsos                     | Se registraban conductas agresivas, empujones y reacciones impulsivas ante conflictos.     | Disminuyeron los episodios de agresión física y aumentó el uso de estrategias de autorregulación.                      |
| Manejo de la frustración                | Los alumnos reaccionaban con llanto, enojo o abandono de actividades.                      | Se observó mayor tolerancia ante desacuerdos y capacidad para retomar actividades después de situaciones conflictivas. |
| Resolución de conflictos                | Dependencia frecuente de la intervención docente para solucionar desacuerdos.              | Mayor disposición para dialogar, negociar y llegar a acuerdos entre compañeros.                                        |
| Convivencia y trabajo colaborativo      | Conflictos recurrentes durante actividades grupales.                                       | Incrementó la cooperación, el respeto por los turnos y la colaboración en actividades compartidas.                     |
| Empatía y apoyo entre pares             | Escasa disposición para compartir materiales o apoyar a compañeros.                        | Se registraron conductas de ayuda, préstamo de materiales y apoyo espontáneo entre alumnos.                            |

Nota. Elaboración propia con base en la información obtenida mediante observaciones, rúbricas, entrevistas y registros del diario de campo durante el ciclo escolar 2025-2026.

Los registros de las rúbricas permitieron identificar que, al inicio de la intervención, más de la mitad del grupo requería acompañamiento constante para regular emociones y conductas. Hacia el cierre del proceso, esta necesidad permaneció únicamente en tres alumnos, mientras que la mayoría logró expresar desacuerdos de manera verbal, solicitar ayuda cuando era necesario y aplicar algunas de las estrategias trabajadas en el aula. Estos resultados sugieren avances favorables en los procesos de autorregulación conductual y respaldan la efectividad de las estrategias implementadas. Otro aspecto notable fue la mejora observada en la convivencia escolar. Los registros mostraron una reducción de conflictos recurrentes durante las actividades grupales y una mayor disposición para compartir materiales, respetar turnos y colaborar con los compañeros. Además, comenzaron a manifestarse conductas espontáneas de ayuda y apoyo entre pares, lo que evidencia avances relacionados con la empatía y las habilidades sociales. Los resultados obtenidos coinciden con Hernández et al. (2024), quienes señalan que el fortalecimiento de la empatía contribuye a la construcción de ambientes escolares más armónicos y relaciones interpersonales más positivas.

Las entrevistas realizadas al finalizar la intervención también aportaron información relevante. Diversas familias manifestaron haber observado cambios favorables en sus hijos, particularmente en la expresión de emociones, el uso del diálogo para resolver desacuerdos y la aplicación espontánea de ejercicios de respiración aprendidos en la escuela. Estas evidencias concuerdan con Valdiviezo-Loayza y Rivera-Muñoz (2022), quienes destacan que el desarrollo de habilidades socioemocionales puede generar beneficios tanto en el contexto

escolar como en el familiar. A pesar de los avances observados, también se identificaron áreas de oportunidad. Un grupo reducido de alumnos continuó presentando dificultades relacionadas con la autorregulación conductual, especialmente aquellos con inasistencias frecuentes o expuestos a situaciones familiares complejas. Esta situación se relaciona con lo planteado por Fuentes Tapia (2023), quien señala que el fortalecimiento de las competencias socioemocionales requiere continuidad, acompañamiento permanente y corresponsabilidad entre escuela y familia para lograr cambios sostenibles. La permanencia de estas dificultades en un número reducido de alumnos permite reconocer que la autorregulación se desarrolla poco a poco y depende de varios factores que van más allá del trabajo en el aula. Las inasistencias frecuentes impidieron que algunos niños participaran de forma continua en las actividades para reconocer y regular emociones. A la vez, las situaciones familiares complejas disminuyeron las oportunidades de practicar en casa las estrategias vistas en clase. Por ello, aunque la mayoría del grupo mostró avances importantes con la intervención, estos casos dejan claro que consolidar habilidades socioemocionales exige la asistencia constante del alumno y el trabajo en conjunto entre la escuela y las familias, de modo que las experiencias de aprendizaje se mantengan en ambos contextos y favorezcan un desarrollo más consistente de la autorregulación.

En conjunto, los resultados muestran que la implementación sistemática de estrategias pedagógicas orientadas al desarrollo socioemocional favoreció avances importantes en la autorregulación conductual y la convivencia escolar. Más allá de la disminución de conductas conflictivas, los hallazgos evidencian una mayor

capacidad de los alumnos para reconocer emociones, expresar necesidades, resolver desacuerdos mediante el diálogo y participar de manera más respetuosa y colaborativa en la vida cotidiana del aula.

## CONCLUSIONES

La presente investigación permitió comprender que las conductas asociadas con la agresividad, la impulsividad y los conflictos recurrentes entre compañeros no deben interpretarse únicamente desde una perspectiva disciplinaria, sino como manifestaciones de procesos socioemocionales que aún se encuentran en desarrollo durante la primera infancia. La experiencia evidenció que, una intervención pedagógica que reconoce las necesidades emocionales de los alumnos y se diseña a partir de las características y necesidades del grupo genera cambios favorables en la convivencia escolar y en la forma en que niñas y niños afrontan situaciones de frustración, desacuerdo o conflicto.

Los resultados confirman el cumplimiento del objetivo general ya que las estrategias pedagógicas implementadas favorecieron el desarrollo de habilidades socioemocionales relacionadas con la identificación, expresión y regulación de emociones, lo que se reflejó en una disminución progresiva de conductas agresivas y en una mejora de las relaciones entre pares. El cumplimiento de los objetivos específicos fue posible gracias al conocimiento cercano de la realidad del grupo, lo que permitió identificar sus necesidades socioemocionales, diseñar estrategias pertinentes y analizar los cambios observados durante la intervención desde una mirada reflexiva sobre la práctica docente.

En relación con la pregunta de investigación, los hallazgos confirman que las estrategias pedagógicas centradas en el fortalecimiento de habilidades socioemocionales favorecen procesos de autorregulación y contribuyen a mejorar la convivencia escolar en educación preescolar cuando se integran a la práctica cotidiana y responden al contexto específico del grupo. Más que la aplicación de actividades aisladas, la constancia y la congruencia en las intervenciones y la creación de espacios seguros para la expresión emocional son factores determinantes en la construcción de relaciones respetuosas dentro del aula. Durante el análisis de la información emergieron aspectos que inicialmente no habían sido considerados como categorías centrales del estudio, pero que adquirieron relevancia conforme avanzó el proceso investigativo. Entre ellos destaca la capacidad progresiva de los alumnos para verbalizar sus emociones antes de reaccionar impulsivamente. Este hallazgo resultó particularmente significativo porque permitió observar que varios niños comenzaron a identificar con mayor claridad aquello que sentían y a comunicarlo mediante el diálogo, situación que favoreció la resolución pacífica de conflictos y una mejor interacción con sus compañeros. También, se identificó mayor disposición para solicitar apoyo cuando enfrentaban situaciones difíciles, lo que evidencia avances en la construcción de recursos emocionales para afrontar retos cotidianos. Otra categoría emergente corresponde al fortalecimiento de la empatía y la sensibilidad hacia las emociones de los demás. Conforme se desarrollaron las actividades propuestas, fue posible observar conductas asociadas con la escucha, el respeto por los turnos de participación, la colaboración durante el trabajo en equipo y una mayor disposición para comprender las necesidades de los compañeros. Aunque estos avances se



manifestaron de manera diferenciada entre los integrantes del grupo, constituyen indicios relevantes sobre el potencial que tiene la educación socioemocional para favorecer formas de convivencia más respetuosas desde edades tempranas.

Un aspecto central fue la participación de las familias en el proceso. Si bien la investigación se centró en las dinámicas escolares, los testimonios de las entrevistas finales mostraron que algunos cambios observados en el aula se reflejaron también en el entorno familiar. Diversos padres de familia manifestaron que sus hijos mostraban una mayor capacidad para expresar emociones, controlar reacciones impulsivas y dialogar ante situaciones de conflicto. Esta coincidencia entre las observaciones escolares y las percepciones familiares fortalece la credibilidad de los hallazgos y permite reconocer la importancia de la corresponsabilidad entre escuela y familia en la formación socioemocional de la infancia. Los resultados guardan relación con los planteamientos de CASEL (2021), particularmente en el desarrollo de habilidades vinculadas con la conciencia emocional, la autorregulación y las relaciones interpersonales.

También, coinciden con las aportaciones de Bisquerra y Chao (2021), quienes definen la educación emocional como un proceso indispensable para el bienestar personal y la convivencia social. Sin embargo, esta investigación evidencia que la efectividad de estos planteamientos depende de la capacidad del docente para contextualizarlos y transformarlos en experiencias significativas que respondan a las necesidades reales de los alumnos. Desde la metodología, la investigación-acción permitió analizar la problemática en el escenario donde ésta se manifiesta, lo que favoreció un proceso

continuo de observación, análisis y toma de decisiones. La reflexión permanente sobre la práctica docente posibilitó ajustar estrategias, identificar avances y reconocer áreas de oportunidad durante la intervención. Este proceso no solo contribuyó al logro de los objetivos, sino que también fortaleció la comprensión profesional sobre la importancia de integrar la dimensión socioemocional como parte esencial de la práctica educativa cotidiana.

Entre las principales aportaciones del estudio destaca la evidencia generada desde un contexto real de educación preescolar sobre la relación entre las habilidades socioemocionales y la convivencia escolar. Si bien diversos estudios han documentado esta relación, esta investigación aporta una mirada contextualizada que muestra cómo la intervención pedagógica intencionada genera cambios observables en la interacción entre pares, en el manejo de emociones y en la percepción de las familias respecto al comportamiento de sus hijos. El estudio enriquece el conocimiento existente desde una experiencia situada y construida a partir de la realidad cotidiana del aula. Es importante reconocer que los resultados corresponden a un grupo específico y a un contexto determinado, por lo que no se generalizan a otros escenarios educativos. Factores como las características individuales de los alumnos, las dinámicas familiares y las condiciones institucionales pueden influir en la forma en que se desarrollan los procesos socioemocionales.

Lejos de restar valor a la investigación, esta particularidad abre líneas para explorar el fenómeno desde diferentes contextos y realidades educativas. Finalmente, esta investigación confirma que la educación socioemocional es fundamental dentro de la formación integral de niñas y niños.



Los cambios registrados durante el estudio demuestran que cuando los alumnos reconocen sus emociones, las expresan de forma adecuada y se relacionan con otros desde el respeto, se crean condiciones favorables para el aprendizaje y la convivencia. Los hallazgos abren la posibilidad de seguir profundizando en el estudio de las habilidades socioemocionales, particularmente en su relación con la participación familiar, la prevención de conductas agresivas y la construcción de ambientes escolares que favorezcan el bienestar y el desarrollo de la infancia desde una perspectiva humana.

## REFERENCIAS

- Álvarez Bolaños, E. (2021). Educación socioemocional. Controversias y Concurrencias Latinoamericanas, 11(20). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=588663787023>
- Bisquerra Alzina, R., & Chao Rebolledo, C. (2021). Educación emocional y bienestar: Por una práctica científicamente fundamentada. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar*, 1(1), 9–29. <https://doi.org/10.48102/riieb.2021.1.1.4>
- Bisquerra Alzina, R. (2026). Orientación educativa, educación emocional y competencia cívica y ciudadana. *Educación y Orientación: La revista de COPOE*, (23), 12–16. Confederación de Organizaciones de Psicopedagogía y Orientación de España. <https://www.revista.copoe.org>
- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL). (2021). Guía de CASEL para el aprendizaje socioemocional en todo el ámbito escolar.
- Colmenares E., A. M. (2021). Investigación-acción participativa: Una metodología integradora del conocimiento y la acción. *Voces y Silencios: Revista Latinoamericana de Educación*, 3(1), 102–115. <https://doi.org/10.18175/vys3.1.2012.07>
- Domínguez Saldívar, A., Mendoza Villarreal, M. P., & Mendoza Jiménez, G. J. (2023). El juego como estrategia para favorecer la convivencia escolar en preescolar. *Revista Enfoques*, 4(2), 200–226.
- Fuentes Tapia, F. I. (2023). Educación socioemocional en la Nueva Escuela Mexicana: Un análisis documental. *Formación Estratégica*, 7(1), 106–126. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10017803>

- Guevara Benítez, C. Y., Rugerio Tapia, J. P., Hermosillo García, Á. M., & Corona Guevara, L. A. (2021). Aprendizaje socioemocional en preescolar: fundamentos, revisión de investigaciones y propuestas. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 22, e26. <https://doi.org/10.24320/redie.2020.22.e26.2897>
- Hernández Prado, M. Á., Álvarez Muñoz, J. S., & Sánchez Martínez, R. (2024). Educar en la empatía para construir una cultura de convivencia escolar. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 22(2), 1-23. <https://doi.org/10.11600/rllcsnj.22.2.5983>
- Maridueña Jiménez, M. R., Fiallos Quinto, K. J., Vinuesa Moran, O. O., López Oleas, G. K., Medina Vera, E. Y., & Maridueña Jiménez, J. A. (2025). Desarrollo de habilidades socioemocionales para mejorar la convivencia escolar en educación básica y bachillerato. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 9(1). [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v9i1.16694](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i1.16694)
- Medina, M., Rojas, R., Bustamante, W., Loaiza, R., Martel, C., & Castillo, R. (2023). Metodología de la investigación: Técnicas e instrumentos de investigación (1.ª ed.). Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú S.A.C. <https://doi.org/10.35622/inudi.b.080>
- Olvera Herrera, O. K., Calderón Arámburo, L. R., & Guzmán Cedillo, Y. I. (2025). Convivencia escolar y buen trato en la asignatura Tutoría y Educación Socioemocional desde el enfoque de investigación-acción en el aula. *Revista Electrónica Científica de Investigación Educativa*, 8. <https://doi.org/10.33010/recie.v9i0.2390>
- Piña Ferrer, L. S. (2023). El enfoque cualitativo: Una alternativa compleja dentro del mundo de la investigación. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 8(15), 1-3. <https://doi.org/10.35381/r.k.v8i15.2440>
- Quenaya Negrete, P. Y., & Nepo Lluén, J. M. (2025). Análisis bibliométrico del fomento de competencias socioemocionales en la etapa preescolar. *Educación y Educadores*, 27(1). <https://doi.org/10.5294/edu.2024.27.1.3>
- Sánchez Calderón, C. A., Gama Vilchis, J. L., Ortiz Valdéz, I. I., & Sánchez Calderón, A. G. (2021). Habilidades socioemocionales en estudiantes que cursan una carrera universitaria en modalidad mixta. *Revista RedCA*, 3(9), 119-138. <https://doi.org/10.36677/redca.v3i9.15817>
- Secretaría de Educación Pública. (2022). Plan de estudio para la educación preescolar, primaria y secundaria 2022. Secretaría de Educación Pública.
- UNESCO. (2021). Reimaginar juntos nuestros futuros: Un nuevo contrato social para la educación. UNESCO. [https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000379381\\_spa](https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000379381_spa)
- UNICEF. (2021). En mi mente: Promover, proteger y cuidar la salud mental. UNICEF. <https://www.unicef.org/media/114641/file/SOWC%202021%20Full%20Report%20Spanish.pdf>
- Valdiviezo-Loayza, M. A., & Rivera-Muñoz, J. L. (2022). La inteligencia emocional en la educación: Una revisión sistemática en América Latina y el Caribe. *Revista Peruana de Investigación e Innovación Educativa*, 2(2), e22931. <https://doi.org/10.15381/rpiiedu.v2i2.22931>