

EL AUTORRECONOCIMIENTO DEL CUERPO Y LA REGULACIÓN DE EMOCIONES

# COMO EXPERIENCIA SIGNIFICATIVA EN EL AULA

## AUTORES

Natalya Orozco Zuluaga

Danny Alessandro Delgado Sánchez

Paola Andrea Gómez Carvajal

**Asesora:** Aida Luz Ocampo de Becerra

## RESUMEN

La sistematización busca que el estudiante reconozca emociones desde su cuerpo, usando diversos métodos de aprendizaje. El docente también aprende, centrándose en el respeto y cuidado corporal propio y ajeno. Resultado de observación y sistematización pedagógica sobre autorreconocimiento emocional en niños de 4 a 5 años. Método: observación, narrativas individuales, construcción colectiva de saberes y análisis del contexto. Categorías: autorreconocimiento, herramientas pedagógicas y relación docente/estudiante. Fortalece la competencia profesional.

### PALABRAS CLAVE

Auto reconocimiento corporal - autorregulación de emociones, experiencias significativas en el aula, sistematización de experiencias relato - relación docente/estudiante.

## ABSTRACT

The purpose of this systematization is to focus on how students achieve emotional recognition through their bodily schema, using diverse learning methods. Simultaneously, teachers learn from it, emphasizing the importance of respecting and caring for one's own and others' bodies. This is the result of observing and systematizing significant pedagogical practice in the classroom, regarding self-recognition of body and emotions, in a population of children aged between 4 years and 6 months and 5 years and 2 months. The systematization was carried out through classroom activities, following a series of steps including observation, individual narratives about what was observed, collective construction of knowledge, and analysis of the context based on analysis categories, which were: Self-recognition, pedagogical tools, and teacher/student relationship, where the unity of meaning and transformation is required, all aimed at strengthening professional competence.

### KEYWORDS

Systematization of experiences; Complex thinking; Problem-based learning.

# INTRODUCCIÓN

Desde la pedagogía de la enseñanza, buscar integrar el acontecer de las prácticas y experiencias que suscitan del aula, así como las dinámicas llevadas a cabo al interior de esta, y el relacionamiento constante en el interactuar con los estudiantes, es una tarea que de manera inadvertida procede en el acontecer diario del docente, perdiéndose de esta manera información y elementos valiosos que pudiesen ejercer rol guía para la observación, análisis y aplicación de modelos de aprendizaje.

Tomando en cuenta lo anterior se procede al desarrollo del presente artículo, como relato observacional y analítico del proceso de sistematización y análisis de los contenidos de una práctica pedagógica, dentro del diplomado de DU, práctica que fue llevada a cabo en la UDS Hogar infantil casita de chocolate, con una población de niños y niñas en edades entre los 4 años y 6 meses a 5 años y 2 meses, identificándose como un grupo ampliamente participativo y dinámico; dentro de sus particularidades se observó la necesidad de trabajar e indagar más a fondo sobre cómo afectan algunas situaciones referentes a las emociones de los niños y niñas con respecto algunas partes de su cuerpo, en especial sus zonas íntimas.

En torno al pedido se diseña la elaboración de una práctica pedagógica que contempla los siguientes pasos: Inicio del proceso, el cual hace referencia a la conformación del grupo y la escogencia del tema a trabajar, también se tuvo presente la escogencia de la asesora, quien guía el proceso de sistematización. Después se llevó a cabo la práctica a observar, en la cual se tuvo presente la población infantil entre los rangos de edad descritos anteriormente. Durante la experiencia se observa un amplio conocimiento por parte de los niños y niñas frente al reconocimiento de su cuerpo y sus saberes previos permitiendo que la actividad se desarrollara de forma amena y sin contratiempos; también se contó con la participación de todos, generando preguntas a la docente y así mismo respondiéndolas de ser necesario. La actividad del Emocio-

metro permitió evidenciar la importancia que los niños y niñas le dan aquellos momentos que les incomodan y les agradan y sobre todo como ellos los adaptan a las situaciones cotidianas en el entorno y contexto en que se encuentran.

De manera concluyente los resultados de la investigación permitieron identificar y reconocer algunas de las emociones del estudiante en relación a la expresión corporal, los cuales manifestaron una alta receptividad a la dinámica, mostrándose abiertos y sin temor. De igual modo se pudo evidenciar que el modelo de aprendizaje por imitación es el que predomina, puesto que facilita la comprensión y comunicación. Finalmente se plantea como objeto primordial en el desarrollo de la sistematización de experiencias, como también mediante el contenido de este artículo, incentivar a la transformación de los modelos de aprendizaje aplicados por el docente, dotándolo de un rol consciente desde el reconocimiento social, emocional, afectivo y cognitivo del estudiante permitiéndole repensarse desde condición pedagógica como personal.

## Desarrollo

El categorizar una experiencia en aula como significativa se determinará de acuerdo al nivel de integralidad y composición que se logre de dicha práctica, tomando en cuenta los componentes específicos que le conforman hasta la herramienta o producto que se decida materializar o diseñar. Ahora, mencionados componentes deberán guardar una estructura sinérgica hallando la integralidad en su función; de esta manera la presente experiencia vinculó para el desarrollo de su metodología un modelo axial por medio de los siguientes factores<sup>1</sup>: un componente pedagógico: identificando el contexto y la población estudiantil, para el desarrollo de los principios y la finalidad intencional con la que se aplicará el método. Un componente didáctico: diseñando la herramienta adecuada para las particularidades del contexto estudiantil y la población a partir de las destrezas que estos

poseen. Un componente evaluativo: Siendo este de naturaleza meramente cualitativa, buscando sistematizar la información obtenida en base al desempeño de cada estudiante, desvinculando la arista de la aprobación o desaprobación.

Los componentes mencionados, se vinculan y circundan en relación a un elemento nuclear que fija la estructura funcional e intención de la dinámica. “El aprendizaje”, siendo este el objeto del método, pretende integrar a la dinámica la autonomía en la ejecución e interacción del estudiante con la experiencia planteada, y la colaboración como medio para la construcción y alcance de metas y objetivos planteados, produciendo el significado de la experiencia como tercera arista que amalgama el núcleo del aprendizaje.

Ahora, buscando dar paso a la especificidad de la temática en desarrollo, la sexualidad, caracterizada por ser un tema complejo de tratar, que aún bajo el contexto actual sigue siendo tabú para muchas culturas o sociedades, ha sido imperativo tratarlo desde una mirada integral, la cual comprende el autorreconocimiento del cuerpo y cómo diversas situaciones o momentos influyen en las emociones desde las diferentes etapas de la vida. Siendo este un proceso importante y transformador, la temática giró en torno al primer septenio de vida, el cual comprende la primera infancia, donde los procesos son más importantes, pues allí se forma y se conecta lo que va a durar o significar para toda la vida.

Durante la realización de la práctica pedagógica, se observa buena participación por parte de los estudiantes, donde manifiestan su interés por reconocer que emociones surgen a partir de las diversas preguntas que va realizando la docente. Se percibe un adecuado conocimiento de lo que corresponde al esquema corporal, donde tienen interiorizado el funcionamiento de cada una y cuáles serían las caricias buenas y malas (entendiéndose como caricia buena, apretón de manos; y caricia mala, tocar partes íntimas o cualquier caricia sin su consentimiento).

<sup>1</sup>Componentes específicos, adaptados a partir del modelo de: Gutiérrez, J. (2021). Componente específico. DDU, Uniajç.

A medida que se van realizando preguntas, van surgiendo inquietudes por parte de los estudiantes sobre sus emociones o qué hacer en caso de sentirse incómodo con alguna persona. La docente les manifiesta la importancia de contar siempre a la mamá o padre responsable todo lo que les suceda y que solo ellos son quienes les pueden brindar apoyo total o parcial durante su aseo personal y realizarles la limpieza en sus zonas íntimas.

Durante el juego también se hace alusión a los besos, en los cuales manifiestan que solo los adultos son quienes se dan besos en la boca porque ellos son “grandes y esposos”, vinculando una acción comportamental ligada a un acto consciente dotado de espontaneidad, en relación a la protección y comprensión del acto por parte del estudiante.

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos a través de la práctica, se generan unas categorías de análisis que permitiesen anclar epistemológicamente la dinámica, brindando no solo la validez académica y científica necesaria sino a su vez objetivando la experiencia presente, como también la de futuras réplicas que desde las dinámicas del aula se deseen aplicar.

## Categorías de análisis

- **El YO como un ser integral:**

Se ancla la primera categoría de análisis desde el primer septenio de vida, en donde el individuo se encuentra en sus primeras etapas de autorreconocimiento, desarrollo y adaptación al contexto sociocultural que le rodea. Por ende, buscando la construcción de una experiencia significativa para el aula desde el fortalecimiento del “YO” del estudiante, se creó un espacio didáctico y reflexivo a partir de consignas y ejemplos situacionales, en donde se pudiese vincular un contexto hipotético a una reacción indicada de acuerdo con este.

Toda vez tomando en cuenta que la etapa del primer septenio es una fase netamente perceptual, en donde el modelo de aprendizaje por imitación es el que predomina, por lo cual el fortalecer estos nexos de identificación primaria en el individuo estimulará los procesos cognitivos y facilitarán una mejor comprensión y comunicación con su entorno. (Bastida, 2018). Fue muy importante a la hora de realizar la práctica, mencionar cuáles eran esas partes que ya se reconocían y qué funciones cumplían, de esta manera se logró conectar todos esos saberes y reconocer en la herramienta “Emociometro” como repercutían todas las emociones de acuerdo a las diferentes preguntas que se iban generando.

- **La transformación de las emociones:**

El uso de las herramientas pedagógicas pertinentes para llevar a desarrollo la planificación y ejecución de la actividad, es una categoría de análisis organizativo y de pertinencia que orientó al docente a la aplicación de métodos inclusivos y eficaces para la práctica pedagógica significativa. “El emociometro” (Isern & Carretero, 2016), es el instrumento didáctico que se ancló, para poder trabajar sobre aquella estructura del primer septenio en el estudiante, buscando a través de la identificación y regulación de sus propias emociones generar bases de adaptación, resolución de conflictos, reconocimiento del otro, del ambiente y cimentando la inteligencia emocional como mecanismo resolutorio de conflictos.

- **Educación integral:**

La tercera categoría de análisis se orienta a la relación docente / estudiante la cual repercute de manera directa sobre la eficacia y pertinencia del método, las herramientas y demás componentes educativos con los que cuenta el formador docente para el desarrollo de su aula. Según Dorothy (1998) definía el “Rapport” como aquel “fenómeno en el que dos o más personas sienten que están en “sintonía” psicológica y emocional (simpatía), porque se sienten similares o se relacionan bien entre sí. Este vínculo permite por lo tanto no solo la ejecución de la tarea, sino también crear el ambiente propicio e indicado para el desarrollo de tareas grupales y colectivas. Dentro de la dinámica del Rapport se estructuran 3 componentes: “atención mutua, positividad mutua y coordinación, siendo estos factores determinantes para establecer los espacios y las dinámicas relacionales entre el educador y el educando, tomando en cuenta la particularidad del caso que se analizó, sobre una población del primer septenio, se tuvo presente que “no enriquecer el ambiente” era un factor guía a seguir, pues mucha de la riqueza de la información e interacción que brinda el estudiante en sus primeros años de edad está motivada por la espontaneidad que encuentra con su interlocutor y el ambiente en donde ese encuentra inmerso.

## Conclusiones

- El primer Septenio como periodo incipiente en el desarrollo socio-cognitivo del ser humano, permite vincular un análisis reflexivo desde la esfera del aprendizaje y la enseñanza para el rol docente, permitiendo evidenciar aspectos de importante valor en la estructura individual, colectiva e interpretativa del estudiante. De esta manera para el educador, le será norte guía, lograr identificar las formas, los significados,

las construcciones simbólicas y demás elementos de contenido semántico que permean en la identidad del sujeto y en la forma en como interactúa y aprende en relación a los estímulos presentes en el contexto que le rodea; modelo de análisis ancla para el docente, generando una adaptación al Septenio en el cual se ubica la población estudiantil, transformando de esta manera las prácticas del aula, en dinámicas reflexivas e integradoras de los componentes subjetivos del ser en el estudiante, repercutiendo directamente en línea transversal de competencias (ser - saber - hacer) y en la aplicación de estas en contexto.

- El juego, como técnica y herramienta para el aprendizaje, se identificó como eje transversal metodológico de la experiencia, vinculando de manera inclusiva como primer atributo, la etapa de desarrollo de la población estudiantil intervenido (1er Septenio), y como segundo atributo, la calidad del método y la información que se obtuvo a partir de esta. Esta experiencia en el aula vincula el fortalecimiento del “Yo” a los procesos de enseñanza y de aprendizaje, orientando al estudiante a buscar la autorregulación de sus emociones, adquirir una conciencia básica de los límites de interacción con su entorno y a generar una conducta de autocuidado y de reconocimiento por el otro. Esta experiencia carecería de valor si no fuese documentada para su posterior análisis imposibilitando a futuro validar la objetividad de la práctica, observándose en el relato, el mecanismo idóneo para lograr captar una apreciación clara en un entorno, en donde la esfera socioafectiva del docente y el estudiante interactúan en un mismo espacio, repercutiendo en el aprendizaje y reaprendizaje de ambos actores en el aula.
- El relato como producto base para el desarrollo de sistematización de experiencias significativas en el aula, es una competencia que orientará al docente desde sus saberes, quehaceres y desde el ser, a

proceder de manera consciente en el entorno en el que se encuentre inmerso y a generar una optimización en sus prácticas educativas y laborales, observando en el relato el método canalizador de la práctica experiencial y en la sistematización el dispositivo lógico que ancla la experiencia a una estructura epistemológica que termina por objetivar la práctica educativa, generando una amalgama conceptual que será herramienta y modelo significativo en la práctica docente.

## Recomendaciones

- El desarrollo y construcción de un relato permite comprender la amplitud de aristas de análisis que puede contener un momento, una práctica, un evento o una situación ya fuese al interior del aula o en la esfera próxima al estudiante, permitiendo teorizar acontecimientos y experiencias que desde una mirada somera pasarían inadvertidos, sin embargo para el docente con un propósito analítico y crítico, le será fundamental integrar las aristas empiristas de la práctica a las bases del conocimiento científico, permitiéndole adentrarse en una dinámica consciente, permitiéndole aprender de lo enseñado, y enseñar de lo aprendido.
- Identificar y comprender los diferentes elementos de naturaleza tangible e intangible, como, aquellos intrínsecos e extrínsecos que dinamizan la experiencia del estudiante desde sus primeras etapas del desarrollo, es una labor exhaustiva que se vislumbra solamente posible de implementar por medio de una enseñanza personalizada y a un largo plazo. Por lo cual se invita al docente, que desde su labor ética y su compromiso deontológico, busque desarrollar herramientas, estrategias y técnicas, que logren identificar las estructuras y los modelos de aprendizaje presentes en el aula, permitiendo sentar precedentes epistemológicos que conlleven a la inte-

rriorización de bases técnicas y axiológicas al maestro “presente y futuro” para el desarrollo de experiencias académicas inclusivas, en donde se encuentre consciente del entorno que le rodea y de los atributos presentes en cada uno de sus elementos, vinculando la sistematización de experiencias significativas como como mecanismo enrutador de lo planteado.

## REFERENCIAS

1. Bastida, P. (2018). El primer septenio. Recuperado de [https://nanopdf.com/download/el-primer-septenio-m-pilar-bastida\\_pdf#modals](https://nanopdf.com/download/el-primer-septenio-m-pilar-bastida_pdf#modals)
2. Freire, P. (2009). Cartas a quien pretende enseñar. Siglo Veintiuno Editores.
3. Stewart, D (1998). Gower handbook of management skills. Gower Publishing.
4. Issern, S. & Carretero, M. (2016). El Emocionómetro del Inspector Drilo. Ed. Nubeocho.
5. Gutiérrez, J. (2021). Componente específico. DDU, Uniajc. Recuperado de: <https://aulasvirtuales.uniajc.edu.co/course/view.php?id=10540&section=2#tabs-tree-start>

