

Estrategias de educación emocional para la mitigación de conductas disruptivas en Educación Inicial II

Emotional Education Strategies for Mitigating Disruptive Behaviors in Early Childhood Education II

Anahí Belén Crespo

Novillo

Independiente

Cuenca - Azuay

anahi.cn16@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0007-9606-4293>

Correspondencia

anahi.cn16@gmail.com

Tipo de contribución:

Artículo de investigación

Como citar:

Crespo Novillo, A. B. (2026). Estrategias de educación emocional para la mitigación de conductas disruptivas en Educación Inicial II. Revista Científica Morlacos. 1(1), 12-15.

<https://revistacientificamorlacos.com>

Resumen:

Las conductas disruptivas en la educación inicial representan un desafío sustancial para la convivencia escolar y la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje, interfiriendo en el desarrollo socioemocional y cognitivo del alumnado. Estas conductas se manifiestan frecuentemente a través de la agresividad, impulsividad y dificultad para acatar normas. El presente estudio tuvo como objetivo fortalecer la educación emocional como estrategia pedagógica para disminuir las conductas disruptivas en niños y niñas de Educación Inicial II del Centro de Educación Inicial (CEI) Totoracocha. La investigación se enmarcó en un enfoque cualitativo bajo el paradigma socio-crítico, empleando el método de Investigación-Acción Participativa (IAP) durante un periodo de nueve semanas. La muestra intencional estuvo conformada por 23 estudiantes de entre 3 y 4 años. Mediante la observación participante, diarios de campo y entrevistas a la docente, se diagnosticó la situación y se implementó una intervención basada en mindfulness, yoga, bailoterapia y técnicas de respiración. Los resultados evidenciaron una transición de comportamientos reactivos a conductas autorreguladas, destacando la eficacia de la respiración consciente y el yoga en momentos de transición. Se concluye que la educación emocional sistemática no solo reduce la disrupción en el aula, sino que dota al infante de herramientas de afrontamiento, aunque se requiere el compromiso familiar para garantizar la sostenibilidad de los logros.

Palabras clave: educación emocional, conductas disruptivas, educación inicial, autorregulación, convivencia escolar.

Abstract

Disruptive behaviors in early childhood education pose a significant challenge to school coexistence and the quality of the teaching-learning process, interfering with students' socio-emotional and cognitive development. These behaviors frequently manifest through aggression, impulsivity, and difficulty in adhering to rules. The objective of this study was to strengthen emotional education as a pedagogical strategy to reduce disruptive behaviors in children attending Initial Education II at the Totoracocha Early Childhood Education Center (CEI). The research was framed within a qualitative approach under the socio-critical paradigm, employing the Participatory Action Research (PAR) method over a nine-week period. The purposive sample consisted of 23 students aged 3 to 4 years. Through participant observation, field journals, and teacher interviews, the situation was diagnosed, and an intervention based on mindfulness, yoga, dance therapy, and breathing techniques was implemented. The results showed a transition from reactive behaviors to self-regulated conduct, highlighting the efficacy of conscious breathing and yoga during transition moments. It is concluded that systematic emotional education not only reduces classroom disruption but also equips infants with coping tools, although family commitment is required to ensure the sustainability of these achievements.

Keywords: emotional education, disruptive behaviors, early childhood education, self-regulation, school coexistence.

1. Introducción

La educación inicial constituye una etapa crítica en la arquitectura cerebral y psicológica del ser humano. Durante los primeros años de vida, la plasticidad neuronal permite la consolidación de bases emocionales y sociales que predecirán el comportamiento futuro (Goleman, 2018). En este contexto, el aula se configura como el primer espacio de socialización secundaria donde el infante debe transitar del egocentrismo natural a la convivencia grupal. Sin embargo, la prevalencia de conductas disruptivas —entendidas como acciones que interrumpen el flujo educativo y violentan las normas de convivencia— se ha convertido en una preocupación creciente para docentes y directivos.

En el Centro de Educación Inicial (CEI) Totoracocha, específicamente en el nivel Inicial II, se detectó una incidencia significativa de comportamientos caracterizados por agresiones físicas entre pares, interrupciones vocales constantes, destrucción de material didáctico y resistencia a la autoridad. Según Bisquerra (2020), estas manifestaciones no deben interpretarse meramente como "mala conducta", sino como síntomas de un déficit en el desarrollo de la inteligencia emocional, particularmente en las competencias de autorregulación y empatía.

Teóricamente, este fenómeno puede analizarse desde la Teoría del Aprendizaje Social de Bandura (2018), que postula que el comportamiento agresivo o disruptivo es a menudo modelado a través de la observación de figuras de referencia en el entorno familiar y social. Si el niño carece de modelos de regulación emocional en casa, replicará patrones impulsivos en la escuela. Ante la ineficacia de los métodos conductistas tradicionales (castigos o tiempo fuera), surge la necesidad de intervenciones centradas en la educación emocional. Estudios recientes sugieren que técnicas como el *mindfulness* y el yoga infantil favorecen la atención plena y disminuyen los niveles de cortisol, facilitando estados de calma propicios para el aprendizaje (Zins et al., 2017).

El objetivo principal de esta investigación fue implementar y evaluar un programa de educación emocional para disminuir las conductas disruptivas

en estudiantes de Educación Inicial II, analizando los factores que favorecen el éxito de la intervención y aquellos que limitan su alcance.

2. Metodología

La investigación se fundamentó en un enfoque cualitativo, apropiado para comprender la naturaleza dinámica de las interacciones en el aula. Se adoptó el paradigma socio-crítico, buscando no solo describir la realidad, sino transformarla mediante la praxis educativa. El método seleccionado fue la Investigación-Acción Participativa (IAP), siguiendo el modelo en espiral de Kemmis y McTaggart (2014) que contempla las fases de planificación, acción, observación y reflexión.

La unidad de análisis estuvo conformada por 23 estudiantes (niños y niñas) de entre 3 y 4 años del subnivel Inicial II, paralelo "B", del CEI Totoracocha, ubicado en la ciudad de Cuenca. La selección de la muestra fue intencional por conveniencia, debido a la asignación de prácticas preprofesionales.

Instrumentos y Técnicas:

1. **Observación Participante:** Registrada en diarios de campo estructurados para captar incidentes críticos, reacciones emocionales y dinámicas grupales.
2. **Entrevista Semiestructurada:** Aplicada a la docente tutora al inicio y cierre del proceso para contrastar perspectivas sobre la evolución conductual del grupo.
3. **Guía de Observación de Conductas Disruptivas:** Una lista de cotejo utilizada para identificar la frecuencia e intensidad de conductas específicas (pegar, gritar, ignorar instrucciones).

El estudio duró nueve semanas. Las primeras dos semanas se dedicaron al diagnóstico (fase de deconstrucción). Las seis semanas siguientes consistieron en la implementación de la "Guía de Actividades de Regulación Emocional" (fase de reconstrucción), que integró yoga, *mindfulness*, bailoterapia y respiración consciente. La última

semana se destinó a la evaluación de la efectividad (fase de evaluación).

3. Resultados

Los hallazgos se presentan organizados en tres categorías emergentes del análisis de los diarios de campo y las observaciones: el diagnóstico situacional, el proceso de implementación y la evaluación del impacto.

3.1. Diagnóstico: La prevalencia de la impulsividad

En la fase inicial, se registró que el 65% de las interrupciones en clase derivaban de conflictos interpersonales por la posesión de juguetes o materiales. Las conductas disruptivas más frecuentes fueron la agresión física (empujones, mordiscos) y la disrupción sonora (gritos para imponer deseos). La docente tutora señaló en la entrevista inicial: *"Es difícil mantener la atención por más de cinco minutos; cuando un niño se desregula, se genera un efecto dominó en el resto de la clase"*. Este hallazgo corrobora la hipótesis del contagio emocional negativo en ausencia de herramientas de autorregulación.

3.2. Implementación: Resistencia y Adaptación

La introducción de las estrategias innovadoras mostró una evolución gradual:

- **Yoga y Mindfulness:** Durante las primeras sesiones, los infantes mostraron resistencia a cerrar los ojos o mantenerse quietos, interpretando la actividad como un juego de movimiento desordenado. Sin embargo, hacia la cuarta semana, lograron asociar la música instrumental y las posturas de yoga con el momento de "calma".
- **Bailoterapia:** Fue la actividad de mayor aceptación inmediata. Permitió canalizar el exceso de energía motora (hiperactividad) de forma controlada. Se observó que, tras 15 minutos de baile dirigido, los niveles de agresividad en el recreo disminuían notablemente.

3.3. Impacto: Cambios conductuales observables

Tras nueve semanas de intervención, se evidenció una reducción cualitativa de las conductas disruptivas.

- **Técnica de la "Respiración de la abeja":** Se convirtió en una herramienta autónoma. Se observó a tres estudiantes utilizando esta técnica por iniciativa propia ante una situación de frustración (no poder abrir una lonchera), en lugar de recurrir al llanto o al lanzamiento de objetos.
- **Clima de Aula:** Las interrupciones por agresión física disminuyeron, permitiendo tiempos de instrucción más prolongados. La docente reportó: *"Ahora reconocen cuando están enojados y algunos piden ir al rincón de la calma en lugar de pegar"*.

3.4. Factores limitantes A pesar del éxito general, se identificó un caso de conducta disruptiva severa persistente. Este estudiante mostró mejoras mínimas, lo cual, al triangular la información con la entrevista a la docente, se vinculó a una situación familiar compleja y permisiva. Esto delimita el alcance de la intervención escolar cuando no existe coherencia con las pautas de crianza en el hogar.

4. Discusión

Los resultados obtenidos validan la premisa de que la educación emocional no es un contenido transversal accesorio, sino un pilar fundamental para la gestión del aula en edades tempranas. A diferencia de las medidas coercitivas, que solo suprimen la conducta momentáneamente, estrategias como el yoga y el mindfulness dotan al niño de mecanismos internos de control, coincidiendo con lo expuesto por Zins et al. (2017) sobre el aprendizaje socioemocional como predictor del éxito escolar.

La eficacia observada en la bailoterapia y el yoga puede explicarse desde la neuropsicología: estas actividades permiten la descarga de energía cinética y la regulación del sistema nervioso autónomo, facilitando el paso de un estado de alerta (lucha/huida) a uno de calma y conexión social. Esto es crucial en niños de 3 y 4 años, cuyo córtex prefrontal —encargado del control inhibitorio— aún está inmaduro (Goleman, 2018).

Un hallazgo crítico de este estudio es la correlación entre el entorno familiar y la persistencia de conductas disruptivas. Tal como plantea la teoría de Bandura (2018), el modelado parental es potente. En el caso del estudiante que no respondió a la intervención, se confirma que la escuela actúa como un sistema compensatorio, pero no omnipotente; sin la alianza familia-escuela, la modificación conductual en casos severos es limitada. Esto sugiere que las futuras intervenciones no deben dirigirse solo al alumnado, sino incluir talleres de "parentalidad positiva" para los cuidadores.

5. Conclusiones

Primero, se concluye que la implementación sistemática de una guía de educación emocional basada en actividades lúdico-corporales (yoga, respiración, baile) reduce significativamente la frecuencia e intensidad de las conductas disruptivas en el nivel Inicial II. La mejora no solo se refleja en la disciplina, sino en el bienestar subjetivo de los niños, quienes aprenden a nombrar y gestionar sus emociones básicas.

Segundo, se determinó que el éxito de estas estrategias radica en su constancia y en la participación activa del docente como co-regulador emocional. La técnica de la respiración consciente demostró ser la herramienta más transferible, siendo utilizada por los niños en contextos fuera de la actividad guiada.

Finalmente, se reconoce que el factor de deserción de la "buena conducta" o la resistencia al cambio está intrínsecamente ligado a la falta de límites y normas claras en el hogar. Por tanto, se recomienda para futuras investigaciones en el CEI Totoracocha diseñar programas de intervención mixtos que involucren capacitaciones vivenciales para padres, buscando unificar los criterios de crianza y educación emocional entre la casa y la escuela.

Conflicto de Interés

La autora declara que no existe conflicto de intereses de naturaleza alguna con la presente investigación.

Fuente de financiamiento

La autora financió completamente la investigación con recursos propios.

Contribución de autoría (CRediT)

Anahí Belén Crespo Novillo: Conceptualización, Metodología, Investigación, Análisis formal, Visualización, Redacción.

El autor contribuyó activamente en el análisis de los resultados, la revisión y la aprobación del manuscrito final.

Referencias

- Bandura, A. (2018). Teoría del aprendizaje social. Morata. (Nota: Se recomienda verificar si se refiere a una reimpresión o edición comentada, ya que la obra original es anterior).
- Bisquerra, R. (2020). Educación emocional y bienestar. Wolters Kluwer.
- García, F., & Musitu, G. (2019). Estilos parentales y desarrollo infantil. Alianza Editorial.
- Goleman, D. (2018). La inteligencia emocional: Por qué es más importante que el cociente intelectual. Kairós.
- Kemmis, S., & McTaggart, R. (2014). The action research planner: Doing critical participatory action research. Springer.
- UNESCO. (2017). La educación emocional en la primera infancia. UNESCO Publishing.
- Zins, J. E., Weissberg, R. P., Wang, M. C., & Walberg, H. J. (2017). Building academic success on social and emotional learning: What does the research say? Teachers College Press.