

Regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos e hijas inscritos en la Escuela Excelencia La Piñera, Buenos Aires-Puntarenas

Tesis presentada en la
División de Educación para el Trabajo
Centro de Investigación y Docencia en Educación
Universidad Nacional

Para optar al grado de Licenciatura en
Orientación

Ericka Tatiana Vásquez Murillo

Noviembre, 2023

Regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos e hijas, inscritos en la Escuela Excelencia La Piñera, Buenos Aires- Puntarenas.

Tesis presentada en la
División de Educación para el Trabajo
Centro de Investigación y Docencia en Educación
Universidad Nacional

Para optar al grado de Licenciatura en
Orientación

Ericka Tatiana Vásquez Murillo

Noviembre, 2023

Regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos e hijas inscritos en la Escuela Excelencia La Piñera, Buenos Aires-Puntarenas

Ericka Tatiana Vásquez Murillo

APROBADO POR:

Tutora del Trabajo Final de Graduación M.Ed. Ana Lucía Villalobos Cordero

Asesora M.Sc. Adriana Romero Hernández

Asesora Mag. Raquel Bulgarelli Bolaños

Representación del Decanato

VICTOR JULIO
VILLALOBOS
BENAVIDES (FIRMA)



Firmado digitalmente por
VICTOR JULIO VILLALOBOS
BENAVIDES (FIRMA)
Fecha: 2023.12.07 18:14:16
-06'00'

M.Sc. Víctor Villalobos Benavides

Representante Dirección de Unidad Académica M.Ed. Ana Lidieth Montes Rodríguez

Nota: Dadas las condiciones de excepcionalidad generadas en atención al Decreto Ejecutivo 42227-MP.S emitido el 16 de marzo, por la Presidencia de la República y el Ministerio de Salud y con base en los siguientes comunicados generados por la gestión universitaria, la hoja de firmas contiene únicamente la firma digital de la persona directora de la Unidad Académica, con base en el acuerdo UNA-CO-CIDE-ACUE- 214-2020.

Dedicatoria

A mí misma por el gran esfuerzo que realicé, a pesar de que no tenía motivación por culminar la investigación me exigí en terminarla, era parte del proceso el sentirme que ya había salido de la Universidad pero que al mismo tiempo me sentía con un compromiso por el TFG.

Aun así, logré continuar poco a poco con avances mínimos con el propósito de no descontextualizarme con la propuesta planteada, y los pequeños progresos llegan a ser notorios.

Me gustaría dedicarle mi investigación a mi mamá quien siempre me ha expresado que todo lo que me proponga lo puedo lograr, por confiar en mí, por apoyarme en mis estudios. Del mismo modo, a mi padre quien no es tan expresivo, pero siempre ha velado por mí a través de mi madre.

También le dedico mi estudio a mi cónyuge, Néstor. Quien ha estado junto a mí por 10 años, por lo que me ha apoyado en mi formación personal y profesional. Al mismo tiempo me ha motivado a cumplir mis metas, a través de sus acciones y esfuerzos me ha demostrado que se puede lograr todo lo que nos propongamos.

Agradecimientos

Agradezco a mi familia, especialmente a mis papás por apoyarme durante el proceso de mi formación profesional. Por estar pendientes de mi estado emocional y de mis necesidades básicas con el fin de colaborarme si era necesario.

También, me siento muy agradecida con mi pareja quien ha estado a mi lado desde el primer día de ingreso a la Universidad Nacional de Costa Rica. Él me ha brindado su apoyo en los momentos de crisis, desagradables por los que se suelen pasar en la vida ante ciertas adversidades, además ha sido un gran apoyo especialmente en el área emocional, alentándome en nunca rendirme y recalcándome mis cualidades y habilidades.

Agradezco a todas las personas que en su momento lucharon por la educación pública, gracias a la existencia de las universidades gubernamentales como lo es la Universidad Nacional, la cual me brindó la oportunidad de formarme profesionalmente en esta prestigiosa institución.

Agradezco, a todas las personas docentes con las que tuve el placer de compartir espacios de aprendizajes. Ya que sus particularidades y enseñanzas formaron parte de mi crecimiento personal y profesional. Especialmente a mi tutora del Trabajo Final de Graduación M.Ed. Ana Lucía Villalobos Cordero, a mis lectoras M.Ed. Adriana Romero Hernández y M.Ed. Raquel Bulgarelli Bolaños, quienes me brindaron acompañamiento para culminar esta etapa.

Resumen

Vásquez Murillo, E. T. *Regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos e hijas, inscritos en la Escuela Excelencia La Piñera, Buenos Aires-Puntarenas.*

Esta investigación constituye un aporte al área personal-social de la disciplina de Orientación; pues se analizó la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos e hijas escolares. Se logró mediante la exploración de acciones que caracterizaban el acompañamiento educativo, los pensamientos asociados y la identificación de emociones y estrategias de afrontamiento de las madres participantes. El enfoque utilizado fue el cualitativo y el diseño narrativo. En total participaron 5 madres con hijos (as) en segundo grado de la Escuela Excelencia La Piñera, Buenos Aires, Puntarenas. Las técnicas aplicadas fueron: la entrevista y el grupo focal. Para las madres el acompañamiento educativo es el apoyo que le brindan a sus hijos (as), el estar pendiente de ellos (as) con respecto a las responsabilidades académicas y buscar un lugar apropiado para ayudar a los niños (as) en su aprendizaje. Sin acompañamiento, es probable que sus hijos (as) no realicen sus responsabilidades académicas. En este proceso, las madres experimentaron pensamientos irracionales: inferencia arbitraria, catastrofización, maximización y minimización. Los pensamientos racionales determinados fueron: tolerancia a la frustración, flexibilidad de pensamiento y evaluación moderada de lo inconveniente. Las emociones más frecuentes fueron: alegría, ira, tristeza, orgullo y preocupación. Algunas estrategias de afrontamiento: búsqueda de alternativas, control o evitación emocional, evitación comportamental, evitación cognitiva, expresión emocional abierta. Se recomienda replantearse estrategias más adecuadas, participar en actividades favorecedoras de la regulación emocional, buscar apoyo profesional y disfrutar el proceso de aprendizaje de sus hijos.

Palabras claves. Regulación emocional, estrategias de afrontamiento, Orientación, acompañamiento educativo, madres.

Tabla de contenido

| | |
|--|-------------|
| Resumen | v |
| Índice de tablas | viii |
| Índice de figuras | ix |
| Lista de abreviaturas | x |
| Capítulo I | 1 |
| Introducción | 1 |
| Tema | 1 |
| Antecedentes | 2 |
| Justificación | 11 |
| Descripción y formulación del problema | 14 |
| Propósitos | 16 |
| Propósito general | 16 |
| Propósitos específicos | 16 |
| Capítulo II | 17 |
| Referente conceptual | 17 |
| Pensamientos | 18 |
| Emociones | 22 |
| Clasificación de las emociones | 23 |
| Funciones de las emociones | 24 |
| Estrategias de afrontamiento | 25 |
| Regulación emocional | 27 |
| Procesos | 28 |
| Acompañamiento educativo y orientación | 30 |
| Rol de las madres en el acompañamiento educativo | 33 |
| Capítulo III | 35 |
| Marco metodológico | 35 |
| Paradigma | 35 |
| Enfoque | 36 |
| Método | 37 |

| | |
|--|-----------|
| Diseño narrativo | 38 |
| Participantes del estudio | 39 |
| Temas a explorar | 39 |
| Técnicas de generación de información | 41 |
| Entrevista | 41 |
| Grupo focal | 42 |
| Ingreso al campo | 42 |
| Estrategias metodológicas | 43 |
| Estrategias de análisis | 44 |
| Consideraciones éticas | 45 |
| Capítulo IV | 47 |
| Presentación de datos y análisis de resultados | 47 |
| Capítulo V | 62 |
| Conclusiones | 62 |
| Capítulo VI | 67 |
| Recomendaciones | 67 |
| Referencias | 70 |
| Apéndices | 80 |
| <i>Apéndice A</i> | 80 |
| <i>Apéndice B</i> | 81 |
| <i>Apéndice C</i> | 82 |
| <i>Apéndice D</i> | 83 |
| <i>Apéndice E</i> | 84 |
| <i>Apéndice F</i> | 85 |
| <i>Apéndice G</i> | 88 |
| <i>Apéndice H</i> | 93 |
| <i>Apéndice I</i> | 96 |

Índice de tablas

Tabla 1

Temas a explorar

37

Índice de figuras

| | |
|--|-----------|
| <i>Figura 1.</i> Esquema de fundamentos teóricos. | 17 |
| <i>Figura 2.</i> Emociones de las madres en el acompañamiento educativo. | 56 |

Lista de abreviaturas

| | |
|--------------|--|
| CPO | Colegio de Profesionales en Orientación (CR) |
| ICE | Inventario de Cociente Emocional |
| IE | Inteligencia emocional. |
| INAMU | Instituto Nacional de Mujeres |
| INEC | Instituto Nacional de Estadística y Censos |
| MEP | Ministerio de Educación Pública (CR) |
| OMS | Organización Mundial de Salud |
| ONU | Organización de las Naciones Unidas |
| RE | Regulación emocional. |
| SECQ | Cuestionario de Competencia Social Emocional |
| TREC | Terapia Racional Emotiva Conductual |

Capítulo I

Introducción

Tema

En el presente estudio se aborda la temática de regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos e hijas. Por ende, se mostrará el planteamiento de la problemática, aportes claves que sustentan el tema y los antecedentes respectivos. De este modo, la investigación se lleva a cabo con el fin de contribuir con la disciplina de Orientación.

La disciplina de Orientación busca promover el bienestar integral del ser humano independientemente en la etapa evolutiva en la que se encuentra. Es importante, mencionar que esta disciplina tiene varias áreas y entre ellas contempla el área personal-social, Fernández (2018) indica que la orientación personal es un proceso que le permite al profesional en Orientación conocer a profundidad al individuo, asimismo, la persona profesional de dicha disciplina puede brindar un acompañamiento que le facilite al orientado (a) la información necesaria para su adaptación, tanto personal como social. La Orientación social, según el punto de vista de Camargo (2009) es lo que se lleva a cabo en conjunto con los demás, con el fin de transformar una realidad social en la cual las personas participantes se sientan satisfechas con la toma de decisiones que realizan de forma colectiva.

Por otra parte, Pereira (2015) hace referencia a que el área personal social es la “comprensión y manejo de los cambios biológicos, psicológicos, sociales y la responsabilidad personal ante sus actos y decisiones” (p. 68). Por medio de esta área la persona profesional en orientación puede ejecutar procesos que le favorezcan al ser humano, específicamente en potenciar el conocimiento de sí mismo y del medio que le rodea. Por lo tanto, es fundamental que las madres tomen en cuenta que sus hijos (as) enfrentarán estos cambios, quienes necesitarán un ambiente sano, comprensión y manejo emocional adecuado para no afectar el desarrollo educativo del niño (a).

Antecedentes

En la presente investigación, se pretende mostrar los antecedentes de la misma, por lo que se detalla la información relevante acerca de la temática regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo con el fin de que la persona lectora pueda visualizar los avances de los últimos años a través de una búsqueda exhaustiva de información desde una perspectiva orientadora y al mismo tiempo denotar vacíos de investigación. Para ello, se realizó una matriz de información (ver *apéndice A*), esta es caracterizada por los siguientes criterios de búsqueda: año, pregunta de investigación, temática, población, fundamentos teóricos, etapa evolutiva, objetivos, enfoque, ubicación (Provincia-País) y la modalidad del estudio.

También, es relevante señalar que para la construcción de esta matriz y la organización de los antecedentes se tomaron en cuenta investigaciones tanto a nivel internacional (Cuba, España, Chile, Malasia, Turquía y Ecuador) como a nivel nacional. Los descriptores de búsqueda para los antecedentes fueron emociones, control emocional, competencias emocionales, regulación de emociones, habilidades e inteligencia emocionales. Posteriormente, se llevó a cabo la agrupación de tópicos afines y su respectivo análisis de los principales aportes de las investigaciones.

No obstante, para efectos de esta investigación es relevante resaltar que con el paso de los años el tema de “regulación emocional” ha adquirido diferentes puntos de vista, lo cual ha reflejado una evolución significativa. En la década de los 80, para James (1884) las emociones estaban relacionadas a las reacciones corporales desencadenadas de hechos, es decir, de acuerdo con la percepción de la manifestación fisiológica surgen las emociones.

Sin embargo, a finales de la década de los 90, Broddy (citado por Bericat, 2012), mencionó que, los seres humanos tienen la capacidad de valorar cognitivamente los factores ambientales previos a la manifestación de una emoción. En el año 1997 Mayer y Salovey, crearon un modelo de inteligencia emocional en el que comprendían este término como la habilidad de concientizar las emociones en cuanto a percibir las, analizarlas y exteriorizarlas. Además, de poseer un conocimiento emocional y a su vez, regular las emociones (Fernández y Extremera, 2005).

Posteriormente, en el siglo XXI, Gross y Thompson (2007) aportaron el modelo de proceso de regulación emocional. Dicho modelo está constituido por los siguientes cinco puntos; situación de selección, modificación de la situación, despliegue atencional, cambio cognitivo y modulación de respuesta. Los cuales son de gran utilidad para modificar una respuesta emocional.

Por otra parte, la temática de emociones predomina en las investigaciones analizadas por lo que es relevante tener en cuenta que los antecedentes presentes hacen referencia a este tópico como eje central y otros derivados del mismo tales como; las competencias, las expresiones y estrategias emocionales. Por otro lado, a **nivel internacional** se organizan los hallazgos de las investigaciones según las similitudes que presentan los temas entre sí. La primera agrupación de temas a fines es, **regulación de emociones**, en la cual Sarrionandia y Garaigordobil (2016), Rojas (2018), Malkoç, Aslan, Arslan, Çekici y Aydın (2019) y Nabila y Mohamad (2020) realizaron aportes entre el 2016 al 2020, tres artículos y una tesis, bajo el enfoque cuantitativo, cualitativo y mixto. Los estudios se llevaron a cabo con personas adultas (personal de salud) y adolescentes (estudiantes), con la finalidad de estudiar variables relacionales (redes sociales) y la regulación emocional en un equipo de trabajo, así como examinar el papel de la regulación de las emociones interpersonales en la competencia interpersonal y también, explicar cómo los estudiantes con abuso de drogas regulan sus emociones y evaluar los efectos de un programa que fomenta la inteligencia emocional. Las investigaciones se originaron en España, Chile, Turquía y Malasia. Para el desarrollo de los estudios se aplicaron instrumentos de recolección de información tales como cuestionarios, escalas para medir la regulación de emociones e inventario de inteligencia emocional.

En relación con los hallazgos de esta primera agrupación, se puede concluir que a través de un programa para fomentar la inteligencia emocional (IE) se obtuvieron resultados favorables como es el aumento de felicidad en la población participante y al mismo tiempo este potenció la inteligencia emocional (que para efectos de su investigación la IE se entiende como un conjunto de factores emocionales). Otro punto importante es que las personas que mostraron actitudes positivas pueden experimentar emociones agradables como la alegría. Por lo tanto, se encuentra una similitud en los dos resultados debido a que hacen énfasis a una emoción satisfactoria. Por otra parte, se concluye que las personas que tienen dificultades en regular sus propias emociones pueden manejarlas en un espacio social, en sí, interactuando con otros

individuos. También que la regulación emocional es fundamental en la población del estudio, que consume sustancias ilícitas, ya que, a través de esta la persona tiene mayor control de sus emociones.

Seguidamente, de la agrupación de temas a fines a la regulación de emociones se obtiene las **competencias emocionales**, esta temática se presentó en dos artículos y una tesis, entre 2015 y 2021. Cabe mencionar que dos de las investigaciones se originaron en España con personas preadolescentes y la otra en Perú con personas que se encontraban en las siguientes etapas; adultez temprana, adultez intermedia y adultez tardía. Los enfoques de investigación utilizados en estos estudios fueron cuantitativos. Los instrumentos para la recolección de datos fueron los siguientes; Inventario de Conciencia Emocional ICE Baron y Cuestionario de Competencia Social emocional (SECQ).

Un punto disidente de las investigaciones es la visión que cada autor (a) le brinda a su estudio, teniendo en común la temática de emociones. Velásquez (2015) dirige su tema a evaluar las competencias emocionales de los participantes. Sin embargo, la forma en que lo ejecuta es identificando los niveles críticos de inteligencia emocional en los profesores de inicial, primaria y secundaria, lo cual indica que en esta población existe un alto nivel de inteligencia emocional. Por otra parte, Márquez y Gaeta (2018) enfoca su investigación en las competencias emocionales y en la toma de decisiones responsable, debido a esto, menciona que la conciencia de nuestras propias emociones y las relaciones interpersonales son de gran relevancia en el proceso de razonamiento, sin dejar de lado que el manejo emocional adecuado, incide en la toma responsable de decisiones. Portela, Alvariñas & Pino (2021) se refieren a las habilidades socioemocionales y a las habilidades blandas, por esto, se rescata que las niñas del estudio tenían mayores habilidades para el manejo de relaciones y los niños mostraron mayores habilidades de autogestión.

Otro de los temas relacionados a la regulación emocional es **expresión de emociones**, la cual estuvo presente en cuatro artículos, entre el 2017 y el 2021. Estos estudios se llevaron a cabo en Cuba, Ecuador, Chile y Perú, con personas adultas, bajo el enfoque cualitativo y mixto. Cabe recalcar que los instrumentos que se aplicaron para la recolección de información en los estudios analizados son: análisis de documentos, entrevistas, observación, encuestas, cuestionario e instrumento semiestructurado.

Entre los hallazgos de este tema se encuentra una disidencia, ya que Cassinda, Angulo & Guerra (2017) expresa, que en el contexto escolar existe una carencia en cuanto a la educación emocional, tanto en las personas docentes como en los estudiantes. En contraste, Astudillo, Chasi y Flores (2020) hacen énfasis a ciertas necesidades en el sistema educativo, específicamente que lo racional y lo emocional se debe visualizar como una unidad, esto es importante porque lo racional contribuye a la adaptación de situaciones nuevas, las cuales tienen relación con las emociones que puede experimentar el individuo ya que estas, activan recursos que conlleva a identificar las consecuencias emocionales frente al éxito o el fracaso en el proceso de enseñanza. Estos mismos autores (as) recalcan el papel fundamental de las emociones y en este caso surge la importancia de investigar en el contexto educativo.

Por otra parte, Quiroga y Aravena (2020) lleva a cabo un estudio en el cual hace uso de una metodología para que el personal docente “jefe” pueda desarrollar habilidades que sean de gran utilidad para dialogar con padres y madres que han sido clasificados como difíciles, debido a esto, se concluyó que el profesorado adquirió la habilidad de reconocer las emociones en la población a través de la metodología utilizada. No obstante, Cajina y Reyes (2021) caracteriza el miedo como un sentimiento gratificante y a su vez, percibe a la emoción como generadora de libertad y transformación. Todo esto, a raíz de la experiencia emocional subjetiva de los participantes en deportes extremos. Ambos aportes hacen referencia a las emociones de la persona en sus diferentes contextos.

La segunda agrupación es **acompañamiento educativo**, esta se apreció en tres artículos, originados en México y en Colombia entre 2012 y 2017, bajo el enfoque cualitativo y constructivista. Cabe resaltar que la población meta de dichos estudios fueron niños (as), adultos y adolescentes, y a su vez, referencian a la participación de los padres con respecto a asuntos escolares, la relación entre la familia y la escuela. Los instrumentos de recolección de información que se llevaron a cabo fueron; la entrevista, observación directa y cuestionarios con preguntas abiertas.

De acuerdo con los principales hallazgos de dicha agrupación, Julio, Manuel y Navarro (2012) se refieren a que los padres son más participativos con asuntos escolares si viven alrededor de la institución, además rescatan que el acompañamiento educativo es ir al centro educativo a dejar a sus hijos (as) lo cual también permite que haya un mayor acercamiento con el profesor (a). Del mismo modo, Valdés y Sánchez (2016) aportó que las personas docentes

tienen cierta creencia que limita la participación de los padres y madres de familia, por lo que se considera importante promover estrategias para que los y las docentes reevalúen su concepto con respecto a la colaboración de progenitores en la educación. Por otro lado, el estudio realizado por Pedraza, Salazar, Robayo y Moreno (2017) mostró que la familia es el primer espacio para toda la educación, también que el encuentro de los padres y las madres y docentes favorecen el desempeño del estudiante. En otras palabras, estos autores resaltan que la relación escuela-familia requiere de un esfuerzo de las personas involucradas en la educación de los niños (as) y jóvenes, desde sus necesidades, lo cual implica trabajar en equipo.

Los aportes mencionados son importantes en el quehacer de la persona orientadora puesto que permite conocer los avances que se han tenido en la educación. Específicamente el tipo de participación de padres y madres en el proceso de aprendizaje de sus hijos (as) por lo tanto, las contribuciones que realizaron tales autores presentan cierta similitud debido a que se dirigen al contexto educativo y de cierto modo al papel que asumen madres y padres.

Por otro lado, se analizaron investigaciones a **nivel nacional**, bajo la modalidad de tesis, del 2013 al 2021. Los estudios se realizaron con las siguientes poblaciones; estudiantes que asisten a la secundaria (adolescentes), adolescentes con VIH, madres-hijos (as) (adultez-niñez) y con jóvenes universitarios (adultez temprana). Estas investigaciones se llevaron a cabo bajo el enfoque cualitativo, cuantitativo y mixto. Los instrumentos para la recolección de datos fueron los siguientes; entrevista semiestructurada, cuestionario Ad Hoc (reforzamiento de pensamientos y emociones), información sociodemográfica, índice de Orientación Política-ideológica, escala de identidad Político Partidaria, escala de miedo y enojo conversación sobre el pasado, cuestionario sociodemográfico y entrevista estructurada.

La primera agrupación de los antecedentes a nivel nacional es **emociones**, esta se evidenció en dos trabajos finales de graduación en la modalidad de tesis, bajo el enfoque cuantitativo, en el 2017. Una de las investigaciones se realizó con díadas: madre-hijos, madre-hijas referente al contenido emocional que caracteriza las conversaciones acerca de experiencias pasadas en las díadas y el segundo estudio fue realizado con estudiantes universitarios, específicamente; analizar la relación entre el miedo y el enojo con respecto a la identificación partidaria (partidos políticos).

Con base en los hallazgos de esta agrupación, Ortega (2017) en su estudio observó una mayor autoexploración y manifestación de emociones en las mujeres que en los hombres. Sáenz (2017) señala que las díadas del estudio discuten cotidianamente acerca de las emociones de una forma explicativa, la cual contribuye positivamente en el desarrollo socioemocional de los niños (as) y a su vez, discuten en relación con la expresión emocional; llanto, sonrisas, besos, entre otros.

La segunda agrupación es **fracaso escolar**, la cual se reflejó en un artículo, desde una perspectiva cualitativa, en el 2013. Este estudio hace referencia a las causas del fracaso escolar en Primer Ciclo de la Educación General Básica. Entre los principales hallazgos se puede rescatar que el niño (a) está inmerso al contexto familiar y escolar, los cuales son cruciales para la educación. Murillo (2013) hace referencia a algunos indicadores que son causas del fracaso escolar en el contexto familiar entre ellos; el abuso emocional, madres jefas de hogar con baja autoestima, familias disfuncionales, entre otros. En cuanto al contexto escolar, los indicadores que muestra dicho autor es el espacio insuficiente para llevar a cabo las responsabilidades académicas, niños (as) desatendidos e incluso con conductas de agresividad y sin reglas o límites en casa.

Del mismo modo, se destaca la importancia de la relación entre la familia y la escuela, ya que, los hallazgos de dicho estudio reflejaron que se presentó poca responsabilidad de los progenitores, lo cual afecta en el aprendizaje del niño (a), además de que se presenta un porcentaje significativo de ausentismo debido a la falta de comunicación entre la familia y la escuela. En otras palabras, hay poco apoyo por parte de los padres y madres con respecto a la educación que se promueve en las aulas, puesto que, es crucial para los estudiantes el refuerzo del hogar (Murillo, 2013).

Por otro lado, cabe mencionar que existen asociaciones e institutos que se enfocan en abordar tópicos acerca del área emocional de los seres humanos por lo cual es un respaldo significativo que adquiere aspectos relacionados a la regulación emocional. A nivel internacional, está la Asociación Americana de Psicología (USA), la Red Internacional de Educación Emocional y Bienestar, Centro Mexicano de Inteligencia Emocional y social, Instituto europeo de Psicología Positiva (España), Instituto Psicología Emocional (España) y el Instituto Europeo de Innovación en Inteligencia Emocional (España). A nivel nacional se puede

contar con la Asociación Costarricense de Trastornos Anímicos Recurrentes, Rescatando Vidas y por nosotras (grupo de apoyo).

A partir de la exploración de los principales aportes de las investigaciones tanto internacionales como nacionales expuestas anteriormente. Se procede a realizar un análisis general con el fin de reflejar aspectos cruciales para la mayor comprensión del presente estudio. Asimismo, se analizaron seis tesis y 13 artículos para los antecedentes.

Cabe destacar que, a nivel internacional predominaron investigaciones pertenecientes a la cultura española con tres estudios, siguiéndole las culturas; chilena, colombiana y peruana, con dos estudios cada una. A pesar de que son países diferentes se encuentra una similitud en sus aportes ya que las competencias emocionales y las habilidades socioemocionales son fundamentales para la regulación de emociones. Por otra parte, se apreció que predominaron las investigaciones cualitativas.

Otro de los aspectos relevantes de esta exploración es que prevalecieron las etapas evolutivas adultez y adolescencia. En contraste, la etapa de la niñez y de la adultez tardía, se evidenció únicamente en uno de los estudios. A partir del proceso de indagación la emoción “miedo” fue abordada en diversos estudios, los cuales coinciden en que a través del temor la persona tiende a evitar diferentes actividades o acciones. De acuerdo con esto, un vacío de investigación es la carencia de estudios con relación a diferentes estados emocionales en etapas evolutivas como la niñez, adultez intermedia y adultez tardía. Debido a que los estudios que abordaron las temáticas relacionadas con el miedo y el enojo fueron realizados con personas adolescentes y jóvenes adultas.

No obstante, se aprecia que con el pasar de los años, la temática de regulación emocional ha adquirido cierta importancia. A pesar de esto, es fundamental generar nuevos conocimientos desde la perspectiva orientadora con el fin de enriquecer el área personal social de orientación. No obstante, cabe indicar que en los estudios realizados en contextos educativos predomina el enfoque hacia las personas docentes y estudiantes, aunque pocos estudios de los analizados para la presente investigación toman en cuenta a las madres y padres de familia encargados de la educación de sus hijos e hijas, pero principalmente se refieren a la participación de estos en el contexto educativo. Sin embargo, se destaca que la familia también forma parte de los centros educativos y, además, es un pilar para el proceso de aprendizaje de los niños (as). Sáenz (2017)

hace referencia a la discusión que se genera en las madres con sus hijos (as) acerca de las emociones y la expresión de las mismas teniendo un resultado positivo en la niñez.

Lo anterior evidencia la carencia de investigaciones acerca de la regulación emocional que vivencia las madres con hijos (as) en el I ciclo de la educación primaria, ya que tales estudios no abordan el área emocional de las madres. Por lo tanto, se considera un vacío de investigación debido a que estas personas son parte del proceso de educación de sus hijos (as) por lo que es crucial conocer lo que sucede realmente con ellas puesto que a las mujeres madres se les asigna ciertas tareas o roles ante la sociedad y esto demanda en las madres un esfuerzo significativo por concretarlas de manera “adecuada” o esperada socialmente.

De acuerdo con Inmujeres (2004) el rol de género determina el “comportamiento, las funciones, las oportunidades, los [sic] valoración y las relaciones entre mujeres y hombres” (p.8). Por ello, es sustancial que el presente estudio sea enfocado a las madres encargadas de la educación de sus hijos (as). Puesto que Torres, Garrido, Reyes y Ortega (2008) indica que más del 50% de las mujeres se consideran responsables de la educación de sus hijos (as). En otras palabras, las madres se encargan de apoyar a los niños (as) en sus hogares reforzando los contenidos que brinda la persona docente en la escuela. Además, los niños (as) que reciben apoyo en sus hogares con respecto a las obligaciones académicas muestran más confianza y seguridad en las aulas en el momento de realizar los ejercicios asignados (Llama, 2019).

Es relevante tener en cuenta que las madres como cualquier otra persona también asumen responsabilidades personales e incluso laborales lo cual genera un gran esfuerzo para ellas. Por lo que el manejo emocional de sí mismas es importante para sus hijos (as) ya que los niños (as) ponen en práctica aquel estilo emocional que le han reflejado en su hogar. Por esta razón, se considera fundamental que la educación emocional sea dirigida a diversos contextos entre ellos la familia, ya que, esta es el primer contexto socializador de los niños (as) (Mollón, 2015).

La familia adquiere un rol sustancial en la formación de los hijos (as) tanto en el ámbito personal como el académico, debido a que, estos se convierten en un ejemplo para los niños (as), si los progenitores regulan adecuadamente sus emociones entonces sus hijos (as) seguirán ese estilo, en el momento de afrontar las adversidades, de lo contrario los menores reflejarán impulsividad ante diversas situaciones con sus iguales (Mollón, 2015). De aquí que sea crucial

investigar acerca el área emocional de las mismas con el fin de realizar nuevos aportes a la disciplina de orientación. Por esta razón, el tema susceptible a investigar es “Regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brinda a sus hijos e hijas, inscritos en la Escuela Excelencia La Piñera, Buenos Aires-Puntarenas.” Ya que las madres son un modelo a seguir para los niños (as), quienes requieren acompañamiento para adquirir los conocimientos y la formación emocional que propicie mayor bienestar en su desarrollo y convivencia.

Por ello, se considera importante analizar la regulación emocional de dicha población con el fin de explorar las acciones que realizan las madres en el acompañamiento educativo, determinar los pensamientos asociados a ello, identificar las emociones y estrategias de afrontamiento de las madres en el acompañamiento educativo.

Justificación

Por lo general, las familias con hijos (as) que se encuentran en el proceso de educación primaria, asumen diversos cambios ya que se presenta una reestructuración de funciones para las personas encargadas de la crianza, entre ellas la educación y los aspectos económicos (Valdés, 2007). De acuerdo con la sociedad patriarcal se puede destacar que “desde la publicidad a la educación, todos los canales ideológicos preparan a la mujer desde niña para que cumpla y se adapte a sus funciones de esposa y madre” (Casares, 2008, p.5). En otras palabras, esta persona autora indica que a la mujer la consideran responsable de la educación de los hijos (as), mientras el hombre se desliga de estos roles.

Del mismo modo, cabe destacar que, a raíz de las clasificaciones, concepciones acerca de la “masculinidad” y “feminidad” surgen estereotipos ya que por décadas la sociedad patriarcal ha determinado ciertos roles, características o atributos a ambos sexos por lo que socialmente la humanidad visualiza o idealiza al hombre o a la mujer de una forma determinada lo cual se convierte en estereotipo de género. Ya que este, afecta en el crecimiento personal y en la toma de decisiones con respecto a tópicos relacionados con su propia vida (Naciones Unidas, 2022).

Sin embargo, en la actualidad se está presentando cambios en la asignación de roles en el que le permite a la mujer independizarse, entrar a un mercado laboral. Pero, Inmujeres (2004) indica que, aunque la mujer ingrese al mercado laboral, igual tiene mayor responsabilidad en su hogar que el hombre. Por lo que, sigue siendo todo un reto promover la igualdad entre hombres y mujeres con respecto a las tareas que se requieren realizar en el hogar.

Con base en estas luchas por lograr la igualdad entre los hombres y las mujeres, en el transcurso de los años se ha establecido convenios que protejan a la mujer, a fin de que estas tengan las mismas posibilidades que los hombres y a su vez, puedan ir modificándose socialmente los roles que se les ha otorgado a ambos sexos. La Organización de las Naciones Unidas (ONU) (2023) hace referencia a uno de los convenios internacionales acerca de la convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer, específicamente en el artículo 5 el cual se refiere a la toma de decisiones orientadas a “modificar los patrones socioculturales de conducta de hombres y mujeres, con miras a alcanzar la eliminación de los prejuicios” (párr.28). Torres et al. (2008) al mencionar que el 58% de las

madres consideran que parte de sus responsabilidades está en la educación de sus hijos e hijas. Por lo que nuevamente se recalca el rol que le asigna la sociedad a las mujeres madres en la dinámica familiar, puesto que tradicionalmente el hombre no asume de manera significativa la responsabilidad de la educación o el cuidado de los hijos (as) o al menos no se ha apreciado socialmente esa equidad entre la parte femenina y la masculina en cuanto a realizar funciones y tareas relacionadas con sus hijos (as).

Desde otro punto de vista, el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) (2016), hace hincapié a los hallazgos obtenidos por la EUT-GAM 2011, la cual fue un esfuerzo que se realizó por parte de diversos institutos y se llevó a cabo mediante un convenio por el INAMU y el IDESPO-UNA con el fin de recolectar información acerca del uso del tiempo del hombre y de la mujer. A raíz de los resultados por medio de la EUT-GAM 2011 se puede rescatar que el “trabajo doméstico y las tareas de cuidado continúan concibiéndose socialmente como responsabilidad fundamental de las mujeres y la corresponsabilidad es todavía una aspiración” (Instituto Nacional de Estadística y Censos, párr.16). Lo anterior evidencia la demanda que recibe la mujer de una sociedad patriarcal por lo que es de vital importancia estudiar acerca de la regulación emocional de las mujeres madres especialmente en el proceso de brindarle un acompañamiento educativo a sus hijos e hijas.

El INEC (2016) hace referencia a que la EUT-GAM mostró en sus resultados que los hombres asumen ciertas responsabilidades con las actividades del hogar, ya que, un 65% la participación de la mujer es mayor a la que realiza el hombre. Lo cual evidencia el arduo trabajo de la mujer en los diferentes contextos en el que se desenvuelve.

Expuesto lo anterior, cabe resaltar la importancia de realizar un estudio basado en la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo ya que los hallazgos anteriores evidencian que la sociedad patriarcal le atribuye diversas tareas domésticas y el cuidado a las mujeres sin dejar de lado la presión emocional que esto genera, puesto que en el caso de las mujeres madres tienen mayores dificultades debido a que socialmente se les asigna las tareas del hogar, el papel de esposa y la educación de los hijos e hijas. Además, la sociedad patriarcal dicta que estas se realicen de la mejor manera. Por esta razón, en muchos casos las madres se descuidan a sí mismas, especialmente en su bienestar emocional.

No obstante, en diversas situaciones a aspectos emocionales se les brindan poca importancia, ya que, de acuerdo con las Naciones Unidas (2020) la salud mental no ha adquirido un valor significativo como quizás lo ha tenido la salud física en Costa Rica. Del mismo modo, esta organización cita que “en el mundo hay menos de un profesional de salud mental por cada 10.00 personas” (p.7). Por lo que, es sustancial llevar a cabo un estudio relacionado al área emocional de las madres con el fin de aportar conocimientos novedosos para la disciplina de Orientación, desde una visión holística del ser humano. De acuerdo con la Ley N° 9213 de 04 de marzo del 2014, es importante la salud e higiene mental de las personas, quienes tienen derecho a obtener información acerca de la promoción de la salud mental (Sistema Costarricense de Información Jurídica, 2014), lo anterior evidencia que investigar el área emocional de las madres es relevante puesto que es sustancial generar suficientes conocimientos que permitan conocer y comprender más acerca del fenómeno.

Además, el bienestar emocional de las personas se ha visto afectado debido a la presencia del COVID-19, debido a que, este ha agudizado diferentes problemáticas en la cotidianidad de la población costarricense. Principalmente, en uno de los estudios dirigidos a esta temática se rescata que de las personas participantes “un 51,5% presentan reacciones emocionales adversas destacadas ante el miedo a la COVID-19 (incomodidad al pensar, miedo a perder la vida, nervios o ansiedad frente a noticias o historias sobre el virus)” (Carazo, Ortega, Arias, González, González, y Villegas, 2021, pp.51-52). Lo expuesto anteriormente, permite comprender los estados emocionales que han presentado las personas producto de los cambios inesperados que, de cierta manera, inducen al ser humano a modificar sus rutinas diarias, entre ellas, las metodologías en el proceso de educación en Costa Rica.

Asimismo, cabe mencionar que, producto del COVID-19 se ha presentado cambios significativos en la educación, iniciando con el cierre de escuelas lo cual detonó diferentes estados emocionales tales como estrés y ansiedad. Por lo que, la UNESCO y la Organización Mundial de Salud instan a las diferentes escuelas a promover la salud mental en los niños y niñas de educación primaria (Organización Mundial de Salud, 2021). De acuerdo con esto, es relevante tener en cuenta que si la población estudiantil sufre cambios drásticos en su proceso de aprendizaje automáticamente las madres que le brindan el acompañamiento a sus hijos (as) en dicho proceso, se le adjudicará mayor trabajo por el apoyo que requerirá el educando ya que estos dependen de sus progenitores para llevar a cabo sus responsabilidades académicas debido

a que se encuentran en una etapa de aprendizaje inicial en la que requieren de apoyo físico y emocional para lograr un aprendizaje adecuado. Y en este caso, las madres pueden vivenciar situaciones emocionales que influyan en el proceso de acompañamiento educativo.

Descripción y formulación del problema

Es importante tener presente que, para efectos de esta investigación, se comprende que la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos e hijas; es la capacidad de sí misma para tener un manejo de emociones, es decir, regular la intensidad de las emociones, teniendo en cuenta la relación entre el pensamiento, emoción y conducta (Bisquerra, 2020). De igual manera, el acompañamiento educativo es el proceso en el que las madres apoyan a sus hijos (as) en la realización de las responsabilidades académicas desde el hogar (Ghouali, 2007), por lo que la temática a investigar es esencial para el bienestar de las madres y de los niños (as), puesto que estos sujetos interactúan significativamente durante el proceso educativo y la formación académica no es lo único relevante sino en cómo se conllevan las situaciones presentadas en las otras dimensiones de vida.

Es importante destacar que las estrategias de evaluación en contextos educativos son fundamentales para dicho proceso, estas son una serie de métodos para guiar, propiciar y evaluar el aprendizaje de los y las estudiantes. Además, este estudio es un aporte para la disciplina de orientación ya que, para el profesional en esta área es relevante puesto que le permitiría mantenerse actualizado y así, poder tener presente el contexto en el que se encuentran los discentes. De acuerdo con Díaz y Hernández (citado por Secretaría de Educación Pública, 2013) los niños (as) deben de realizar estrategias de evaluación en sus hogares para lo cual requieren apoyo de progenitores que están a su cargo, en este caso particular se destacan las madres ya que es la población meta de la presente investigación. Además, dicho proceso es fundamental para los niños (as) y las madres, debido a que el área emocional se manifestará de manera significativa.

Con base en lo expuesto anteriormente, es elemental citar a Heredia (2020) quien señala que el desarrollo emocional adquiere la misma relevancia que el área académica, ya que es fundamental que el estudiantado fortalezca habilidades socioemocionales que le permitan enfrentar circunstancias adversas de tal manera que les genere satisfacción, un ejemplo de una

situación inesperada fue la aparición y la presencia del COVID-19, debido a esto, los educandos han experimentado frustraciones, ansiedades, desesperanza, estrés, enojo, entre otras. Por esta razón, es relevante generar conocimientos acerca de la regulación emocional de las madres ya que, los estados emocionales influirán en cómo los niños (as) regulan sus propias emociones puesto que estos aprenden a través del modelaje de las personas más cercanas.

Además, cabe mencionar que entre el 2018 al 2023, en periodo de pandemia, el Ministerio de Educación Pública atendió un 63% de llamadas telefónicas de estudiantes y familiares con dificultades emocionales (Dirección de Vida Estudiantil del MEP citado por Noveno Estado de la Educación, 2023). Lo cual desencadenó la necesidad de no solo atender la salud física sino también, la salud mental de las personas. Es por ello, que surge la importancia de atender el bienestar socioemocional en la educación costarricense, es decir, el Ministerio de Educación Pública tiene la responsabilidad de plantear estrategias dirigidas a las competencias académicas y a la salud mental, ya que las emociones son claves para el éxito escolar, puesto que, las emociones podrían contribuir u obstaculizar el aprendizaje (Lopes y Salovey, 2004; Casel, 2013, citados por Noveno Estado de la Educación, 2023).

Otro aspecto que contribuye a la problemática relacionada con la regulación emocional es que en otros contextos se evidencia dificultades de manejo emocional ante las adversidades. Por ejemplo, el personal en las áreas de salud que labora “...en los servicios de atención, presentan situaciones de ansiedad, estrés, depresión, llanto espontáneo, temores, miedos, culpa..., insomnio, problemas de concentración, irritabilidad, ideas irracionales...” (Bustamante, 2020, párr.1). Por lo que es importante considerar que se manifiesta una endeble en el bienestar emocional de las personas, teniendo en cuenta que en el caso de las mujeres se presenta una sobrecarga de trabajo puesto que, socialmente se le ha demandado a la mujer la responsabilidad de las tareas del hogar. Lo anterior, señala la importancia de investigar acerca de la regulación de emociones, pensamientos e incluso sus formas de enfrentamiento ante situaciones del diario vivir en un contexto relacionado al ámbito educativo. Por esta razón se plantea la siguiente problemática. ¿Cómo es la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo de sus hijos e hijas?

Propósitos

Propósito general

Analizo la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos e hijas.

Propósitos específicos

1. Exploro las acciones que caracterizan el acompañamiento educativo que brindan las madres a sus hijos e hijas.
2. Determino los pensamientos asociados al acompañamiento educativo de las personas participantes.
3. Identifico las emociones de las madres en el acompañamiento educativo que brinda a sus hijos (as).
4. Identifico las estrategias de afrontamiento de las madres en el acompañamiento educativo.

Capítulo II

Referente conceptual

A continuación, se muestra un esquema de los fundamentos teóricos de la presente investigación.

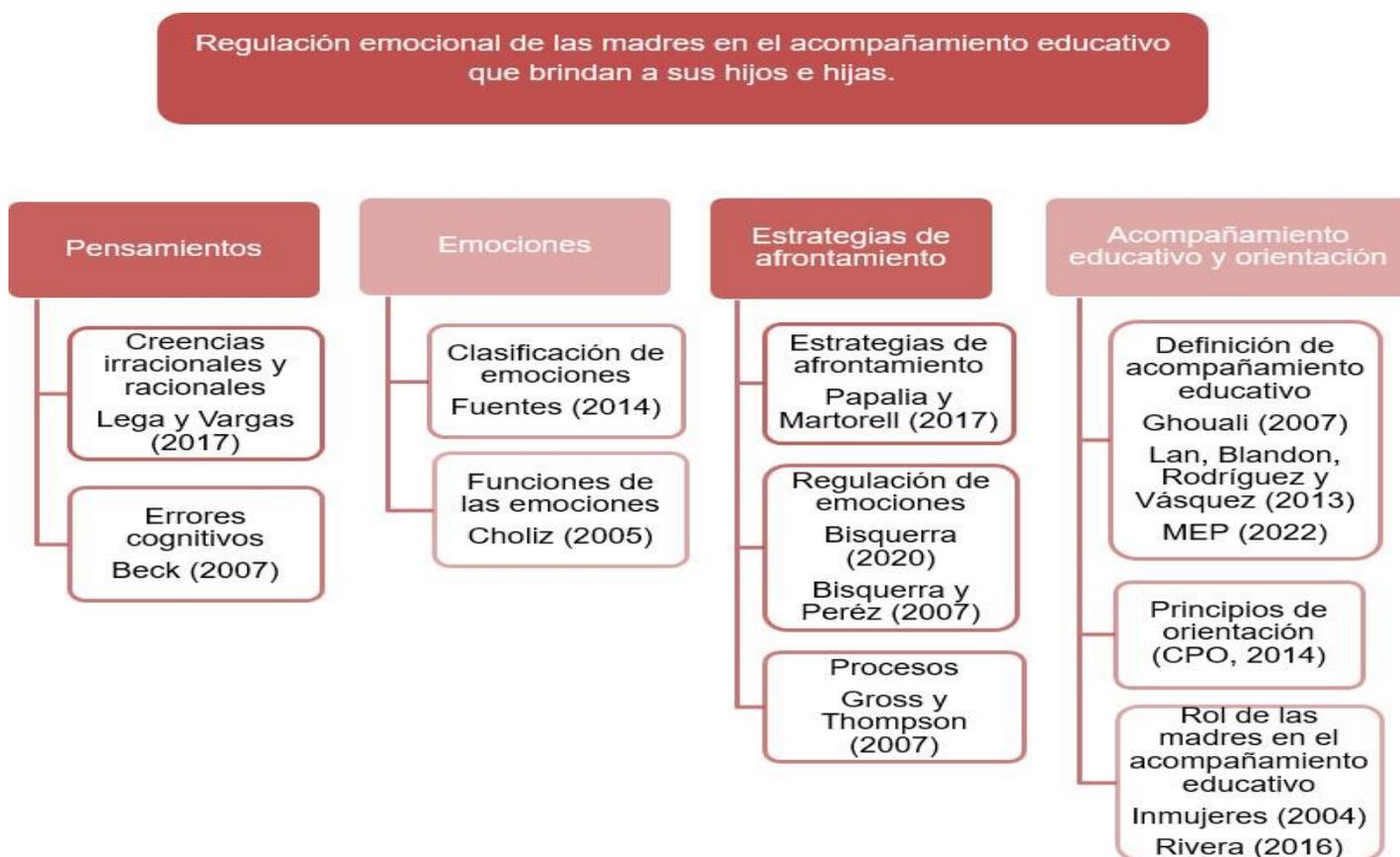


Figura 1. Esquema de fundamentos teóricos.

La regulación de emociones implica conocer diversos aspectos emocionales, es decir, no se trata únicamente de cómo se regulan las mismas. Sino que, es todo aquello que contribuye en la aparición de las emociones, en cómo se perciben y cómo se realiza el manejo de las mismas ante diferentes eventos. Lo anterior, contribuye con el quehacer de orientación puesto que, desde una perspectiva orientadora es fundamental considerar el bienestar emocional de las personas con el fin de brindar un acompañamiento y a través de este, promover la salud mental positiva.

Desde el punto de vista de la OMS (2001) la salud mental incluye aspectos relevantes tales como “el bienestar subjetivo, la percepción de la propia eficacia, la autonomía, la competencia, la dependencia intergeneracional y la autorrealización de las capacidades intelectuales y emocionales” (p.5). Por lo tanto, es importante tomar en cuenta dichos aspectos debido a que la regulación emocional es un punto clave para el proceso de acompañamiento educativo por parte de las madres hacia sus hijos (as). La persona orientadora visualiza diferentes factores en el desarrollo integral del ser humano, ya que toma en consideración el contexto en el que está inmersa la persona con el fin de promover un apoyo profesional relacionado a situaciones importantes a las que se enfrentan en sus ámbitos de estudio (Colegio de Profesionales en Orientación, 2022).

De acuerdo con la “acción orientadora como profesión va dirigida a que la persona logre su desarrollo personal, social y vocacional autónomo y responsable, concretando la toma de decisiones que mejor estimule su proceso de desarrollo” (Colegio de Profesionales en Orientación, 2022, párr.2). Lo anterior, se logra llevando a cabo los tres principios básicos de la orientación: la prevención, el desarrollo y la intervención social. Desde esta perspectiva se realiza la presente investigación ya que, esto facilitará la comprensión de las vivencias de las participantes puesto que, se valora diversos factores que pueden interferir en su bienestar integral, es importante aclarar que tanto las madres como sus hijos (as) son personas que se diferencian por la etapa vital en la que se encuentran.

La regulación emocional abarca distintos elementos teóricos, pero a su vez, interrelacionados entre sí, que permiten adquirir una mayor comprensión del problema del estudio. En otras palabras, es necesaria la contextualización de tipos de pensamientos, los tipos de emociones y las estrategias de afrontamiento dirigidos al acompañamiento educativo desde una visión orientadora.

Pensamientos

El ser humano tiende a generar pensamientos e ideas ante diversas situaciones, de acuerdo con lo que piensa e idealiza, esto puede influir de forma positiva o negativa en el estado emocional de sí mismo (a). De acuerdo con Beck (2006) las personas tienen pensamientos automáticos los cuales suelen ser veloces y breves, estos no están asociados a ningún razonamiento, se caracterizan por aparecer de manera espontánea. Por lo que, en distintas

ocasiones el ser humano concientiza como prioridad las emociones que surgen a través de estos pensamientos y no los propios como tal.

El **pensamiento** es una particularidad del ser humano originado por la intervención sensorial y la razón, puede ser un reflejo de lo que se siente, ya que crea una realidad subjetiva, alejada de la realidad objetiva, que se visualiza solamente en la mente de quien lo piensa, ya que muestran de alguna manera la realidad, los problemas, las situaciones y las necesidades que enfrenta el sujeto en contextos particulares (Naranjo, 2011). Los pensamientos de cada individuo vienen acompañados por lo general de alguna interpretación ya sea positiva o negativa de acuerdo con el contexto y la emoción que genera en sí la persona. Es decir, los pensamientos juegan un papel importante en el desarrollo y cumplimiento de objetivos y el manejo de nuestras emociones de manera general.

Por otra parte, la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC) de Albert Ellis hace referencia a las ideas o pensamientos erróneos de las personas ante diversos eventos. Ya que, “todos los seres humanos tienen una tendencia innata a pensar de forma irracional” (Lega y Vargas, 2017, p.5). Sin embargo, las personas pueden generar cambios con respecto a sus pensamientos siempre y cuando la persona tenga presente que se requiere de flexibilidad para optar por nuevas alternativas. Con base en esto, la persona orientadora puede apoyar a las madres, y al mismo tiempo, estos referentes teóricos facilitan la comprensión y el análisis de aspectos relevantes para este estudio, sin acudir a la necesidad de priorizar las percepciones de la investigadora sino las que poseen las madres.

No obstante, el ser humano desde la etapa de la niñez aprende en procesos de socialización creencias que las convierten en “creencias absolutas”, esto quiere decir que el individuo relaciona todo aquello de las situaciones que confirme o tenga coherencia con sus pensamientos que ha cultivado desde la infancia (Beck, 2006). De acuerdo con Lega (2017) las creencias irracionales se caracterizan por ser demandas absolutas, rígidas empleando los “debo, necesito, tengo”, a raíz de éstas se pueden derivar las inferencias tales como la catastrofización: evaluar una situación como extremadamente inapropiada y la baja tolerancia a la frustración: sentirse incapaz de sobrellevar un evento perturbador al menos de que se cumpla lo deseado, será feliz (baja tolerancia a la frustración).

Desde la perspectiva de Beck, Rush, Shaw y Emery (2010) se hace referencia a los errores cognitivos, estos se entienden como la dificultad que tiene la persona para identificar que sus

percepciones ante ciertas situaciones son erróneas, aun así, teniendo la evidencia que afirma lo contrario de lo que percibe. A continuación, se presenta los errores sistemáticos expuestos por Beck et al. (2010):

Inferencia arbitraria (relativo a la respuesta): es cuando una persona llega a una conclusión sin tener alguna evidencia que respalde lo dicho.

Abstracción selectiva (relativo al estímulo): se refiere a cuando una persona se enfoca en una característica específica dejando de lado a aquellas que son más importantes para el evento, en otras palabras, tal característica conceptualiza toda la situación.

Generalización excesiva (relativo a la respuesta): está relacionado a una regla global la cual se ha generado por uno o varios eventos, y esta conceptualización se puede aplicar ante situaciones relacionadas a las vividas o bien a aquellas que no presenta ninguna conexión.

Maximización y minimización (relativo a la respuesta): se refleja cuando una persona le ha asignado un significado a una situación y a partir de ello, se puede presentar la maximización y minimización. Según la valoración se constituye una distorsión.

Personalización (relativo a la respuesta): es cuando la persona se asigna fenómenos a sí mismo sin evidencia que afirme tal relación.

Pensamiento absolutista, dicotómico (relativo a la respuesta): la persona tiende a clasificar las situaciones entre dos extremidades, bueno o malo, en este no refleja puntos medios.

Con respecto a lo anterior, es sustancial indicar que los errores cognitivos que plantea Beck et al. (2010), son cruciales para la presente investigación, puesto que, estos podrían ocasionar ciertas perturbaciones para las madres. Es relevante tomar en cuenta estos tipos de pensamientos con el fin de analizar la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brinda a su hijo (a).

Sin embargo, el lado opuesto de los pensamientos que distorsionan la percepción de las personas son los **pensamientos racionales**, los cuales hacen referencia a un patrón de pensamiento que favorece el bienestar del individuo, llevando a percibir los eventos de tal manera que no sean rígidos.

Las creencias racionales y las irracionales presentan diferencias entre sí, las creencias racionales son flexibles, no dogmáticas, se expresan en preferencias y permiten percibir la realidad de manera más realista, la evaluación moderada con respecto a lo inconveniente, además de una apropiada tolerancia a la frustración y una aceptación adecuada de sí mismo (a), con las demás personas y con la vida en general (Lega, 2017).

De acuerdo con los pensamientos irracionales es probable que la persona experimente perturbaciones emocionales por su rigidez de sistema de pensamiento. En contraste, los pensamientos racionales permiten que los individuos vivencien situaciones más satisfactorias donde predominen las emociones agradables, en sí una salud mental positiva debido a su flexibilidad de pensamiento.

Con el propósito de comprender la relación entre los pensamientos, las emociones y el comportamiento de la persona, es importante tener en cuenta el aporte de la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC) creada por Alberth Ellis. La TREC se basa en el modelo ABCDEF, que tiene como función abordar las creencias que pueden interferir en el bienestar integral del ser humano. De acuerdo con Lega (2017) las siglas de dicho modelo se definen de la siguiente manera;

A: Acontecimiento activador resume la situación acerca de la cual la persona se siente perturbada. Puede ser un acontecimiento externo, observable por una persona neutra o interno como un recuerdo, un sueño o un pensamiento.

B: Sistema de creencias, el cual puede ser rígido o flexible, irracional o racional. Una creencia irracional se distingue porque es inconsistente con la realidad, es ilógica, absolutista, y disfuncional a largo plazo. Por el contrario, una idea racional es consistente con la realidad, es lógica, preferencial y ayuda a la persona a alcanzar sus metas.

C: Se refiere a las consecuencias y estas son emocionales y conductuales. Si hay un sistema de creencias flexible y racional las consecuencias serán saludables, si el sistema de creencias es dogmático y rígido, las consecuencias serán no saludables (p.5).

La D: hace referencia al debate que se realiza para debatir los pensamientos irracionales, la E: pensar racionalmente con el fin de cambiar creencias irracionales y F: emociones y comportamientos nuevos (Lega y Calvo, 2017, p.154).

Es relevante apreciar el aporte de Albert Ellis, debido a que fundamenta los propósitos de esta investigación, ya que permite comprender lo que producen los pensamientos de las personas ante determinados eventos o situaciones del diario vivir. La TREC “sostiene que el centro de la perturbación emocional de las personas se encuentra en la manera como se ven a sí mismas, a los otros y a la vida y al mundo en general” (Lega, 2017, p.1). Dicho esto, cabe destacar la importancia de prestar atención con respecto a lo que sentimos, la causa por la que me siento de tal manera y lo que podría hacer para mejorar aplicando la regulación emocional.

La Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC) señala que las personas tienden a pensar frecuentemente de manera irracional que, de manera racional. Sin embargo, no le resta el mérito del ser humano por la capacidad de realizar cambios en su estructura de pensamiento, con el fin de lograr patrones de pensamientos racionales. Los cuales favorecerán el bienestar emocional de sí mismos (Lega, 2017).

Además, cabe destacar que “los eventos no causan las emociones y conductas disfuncionales, sino nuestro sistema de creencias” (Lega, 2017, p.5). Por esta razón, se abordó las temáticas de pensamiento, emoción y estrategias de afrontamiento con el fin de analizar la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brinda a sus hijos (as).

Emociones

Las emociones son reacciones e impulsos que experimenta la persona, estas surgen a partir de diversos estímulos externos y a su vez, esto puede ocasionar que los pensamientos de la persona se conviertan en hechos reales. Por lo general, el individuo se desenvuelve en situaciones tanto cotidianas como en circunstancias poco frecuentes en las cuales la emoción contribuye en que la persona pueda adaptarse a su contexto (Fuentes, 2014).

Cabe resaltar que las emociones adquieren gran importancia en la existencia del ser humano, una de las razones que afirma esto, hace referencia a la oportunidad que tienen las personas de experimentar diversos estados emocionales los cuales pueden ser favorables o desfavorables para la salud mental de sí mismos (as).

Clasificación de las emociones

El ser humano tiene la capacidad de sentir diversas emociones ante situaciones estimulantes. Sin embargo, existen varias emociones que distintos autores (as) han clasificado como primarias o básicas en la humanidad, a pesar de que cada persona la manifiesta de formas distintas dependiendo de su historia de vida. Con base en Fuentes (2014) se hace énfasis a ocho emociones:

Ira: está asociada a la defensa del ser humano y puede dar inicios a estados o conductas agresivas. Dentro de esta emoción se experimenta cólera, irritabilidad, furia, resentimiento, entre otros.

Tristeza: considerada como una emoción negativa, a través de esta conocemos la soledad, autocompasión, pena, depresión, desesperación, entre otros.

Temor: totalmente relacionado con la lucha de supervivencia y existencia. La cual ocasiona ansiedad, inquietud, cautela, preocupación, terror, incertidumbre, entre otros.

Placer: se experimenta con mayor intensidad cuando se logra cumplir objetivos que han requerido de un esfuerzo mayor. Por lo tanto, se presenta alegría, orgullo, gratificación, estremecimiento, entre otros.

Amores: genera satisfacción, este provoca adoración, confianza, aceptación, entre otros.

Sorpresa: puede surgir a través de situaciones agradables como desagradables. Las que están inmersas en ellas son asombro, susto, conmoción, entre otros.

Disgusto: provoca el hecho de aislarse de la situación o lugar, lo cual hace sentir desprecio, aborrecimiento, aversión, repulsión, entre otras.

Vergüenza: es un cierto temor ante un sujeto. Aparece la timidez, tartamudeos, disgustos, molestias, mortificación, entre otras.

De acuerdo con lo anterior, las emociones pueden ser catalogadas como saludables y no saludables, según la situación que la persona esté enfrentando. Puesto que no todos los individuos muestran las mismas respuestas ante los mismos estímulos, es por ello, que se

considera fundamental las diversas emociones ya que algunos teóricos hacen referencia a que cada una de estas tiene sus propias funciones para la supervivencia de sí mismos (as).

Funciones de las emociones

Es de vital importancia tener conocimiento acerca de las emociones en cuanto a sus clasificaciones, pero también de las funciones de las mismas, ya que cada una de estas tiene un propósito en la vida del individuo. Por esta razón, cabe mencionar a Chóliz (2005) quien cita tres funciones de las emociones:

Funciones adaptativas: son aquellas emociones que le permiten al ser humano reaccionar ante las distintas condiciones ambientales las cuales están sometidas, es decir, le ayuda al cuerpo a prepararse para la adaptación que se requiera según su contexto.

Funciones sociales: estas ayudan al ser humano a llevar a cabo comportamientos adecuados, en los cuales la expresión emocional adquiere gran importancia debido a que, le permite a los demás prever la conducta asociada a las emociones.

Funciones motivacionales: existe una relación muy estrecha entre emoción y motivación, ya que el ser humano puede realizar actividades que muestren algún tipo de dirección y de intensidad. En otras palabras, las conductas motivadas se pueden generar a través de emociones y a su vez se puede apreciar reacciones emocionales en la persona, debido a dichas conductas. Por ello, es posible que se ejecuten actividades con mayor intensidad según el nivel de motivación y esto, facilita el proceso o el alcance de propósitos deseados.

Seguidamente, es sustancial comprender que las funciones de las emociones se pueden representar a través de dos lenguajes; el subjetivo y el funcional. Con respecto al primero se encuentra el miedo, ira, alegría, tristeza, confianza, asco, anticipación y sorpresa. El segundo lenguaje señala la protección, destrucción, reproducción, reintegración, afiliación, rechazo, y exploración (Plutchik citado por Chóliz, 2005).

Por lo tanto, es fundamental tener en cuenta que la regulación no solo es la forma en que el ser humano representa o gestiona sus emociones, sino que también incluye otros elementos como el conocimiento de sí mismo. Es importante que la persona logre identificar aquello que la perturba o bien lo contrario, le genera satisfacción en función de diferentes momentos. A

partir de esto, los individuos pueden mostrar un nivel de regulación emocional de acuerdo con la experiencia.

Estrategias de afrontamiento

La regulación emocional requiere de habilidades elementales que estén orientadas para afrontar distintos eventos presentados ante distintas adversidades del ser humano. El afrontamiento se entiende como “Acción y efecto de afrontar” (Real Academia Española, párr.1) son las estrategias utilizadas para lograr dar respuesta a un estímulo, y este tiene relación con las conductas y la mente. De acuerdo con Papalia y Martorell (2017) es aquello que el ser humano piense o realice para intentar adaptarse ante eventos estresantes.

Las estrategias de afrontamiento se pueden presentar de dos maneras, la primera, son aquellas que están asociadas a la emoción, la cual, se refiere al manejo emocional ante un evento estresante con el propósito de que el impacto físico o psicológico sea menor. Las personas acuden a este tipo de estrategias debido a que consideran que la situación no puede mejorar. Y las que se enfocan en el problema, son aquellas acciones que se realizan con el fin de mejorar una situación estresante, son dirigidas a tratar directamente la problemática (Papalia y Martorell, 2017).

Es esencial aludir que, para efectos de esta investigación es importante considerar teóricamente algunas estrategias de afrontamiento que son útiles para atender distintas situaciones. Con base en lo anterior, se toma como referencia a Londoño et al. (citado por Pérez y Rodríguez, 2011) quienes mencionan las siguientes estrategias:

Búsqueda de alternativas: se refiere a la secuencia de pasos dirigidos a solucionar dificultades en un momento que se considere oportuno.

Conformismo: estrategia cognitiva, se presenta cuando la persona se resigna a la situación a tolerar a aquello que le genera estrés.

Control o evitación emocional: estrategia cognitiva conductual que pretende, resistir el evento irritante a través del manejo emocional. También la persona tiende a no expresar las emociones debido a reprobación social.

Evitación comportamental: estrategia conductual, es cuando la persona ejecuta pasos con el fin de neutralizar las emociones generadas ante la situación.

Evitación cognitiva: se refiere a la neutralización de pensamientos perturbadores para la persona por medio de distracciones.

Reacción agresiva: está relacionado con la emoción de la ira debido a que se genera reacciones impulsivas hacia sí mismo y hacia los demás, que puede canalizar las emociones intensas que presenta el individuo en un momento dado.

Expresión emocional abierta: es cuando la persona tiende a proyectar las dificultades para el manejo emocional ante determinadas situaciones.

Reevaluación positiva: se refiere a la tendencia de visualizar lo positivo ante un problema.

Búsqueda de apoyo social: es cuando la persona se apoya en el afecto de sus familiares, amigos u otros con el fin de enfrentar las dificultades.

Búsqueda de apoyo profesional: estrategia conductual, es cuando el individuo acude a servicios profesionales con el propósito de atender a aquellas situaciones que se le dificulta por sí solo (a).

Espiritualidad: estrategia cognitivo-conductual, es cuando la persona se apoya en oraciones o peticiones hacia un ser sobre natural, dirigida a tolerar o solucionar a aquellas situaciones o emociones que les genera inquietud.

Espera: estrategia cognitivo-conductual, se refiere a que la persona tiende a dejar pasar el tiempo sin intentar resolver las dificultades, en otras palabras, que se solucionen por sí solas.

Es fundamental resaltar que las percepciones del ser humano interfieren significativamente en el desarrollo emocional. Por ello, las estrategias de afrontamiento le facilitan a la persona tomar una ruta para enfrentar situaciones, principalmente perturbadoras para el individuo. Sin embargo, estas formas de atender a los distintos eventos no siempre resultan de la mejor manera, en ocasiones las habilidades seleccionadas pueden resultar desfavorables. Además, se podría presentar un estado emocional vulnerable debido a la posibilidad de no lograrlo deseado.

Del mismo modo, cabe mencionar que la selección de las estrategias de afrontamiento dependerá de la percepción de la persona ante las situaciones presentadas. A pesar de esto, es importante señalar que, dependiendo de los eventos y del individuo, así pueden resultar efectivas las estrategias utilizadas.

Regulación emocional

La Regulación emocional (RE) es la habilidad que tiene la persona para manejar las emociones, específicamente teniendo en cuenta la relación entre pensamiento, emoción y conducta (Bisquerra, 2020). Asimismo, se puede mencionar que la regulación emocional es un proceso de aprendizaje en el que se puede trabajar en diversos aspectos referentes a estados emocionales con el fin de obtener un equilibrio emocional. Además, este autor consideró la RE como una de las competencias planteadas con su modelo de competencias emocionales.

Es importante tener alguna habilidad que le permita a la persona regularse a sí misma, se puede valorar como una competencia emocional, que según Bisquerra y Pérez (2007) es “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales” (p.69). Estas contribuyen significativamente en las personas debido a que les permite mantener una satisfacción emocional. Para el desarrollo de la regulación emocional, Bisquerra y Pérez (2007) expone lo siguiente;

Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento: los estados emocionales inciden en el comportamiento y ambos pueden regularse por la cognición (razonamiento, conciencia).

Expresión emocional: capacidad para expresar las emociones de forma apropiada. Habilidad para comprender que el estado emocional interno no necesita corresponder con la expresión externa que de él se presenta, tanto en uno mismo como en los demás.

Regulación: los propios sentimientos y emociones a menudo deben ser regulados. Esto incluye, entre otros aspectos: regulación de la impulsividad (ira, violencia, comportamientos de riesgo); tolerancia a la frustración para prevenir estados emocionales negativos (ira, estrés, ansiedad, depresión) y perseverar en el logro de los objetivos a pesar

de las dificultades; capacidad para diferir recompensas inmediatas a favor de otras más a largo plazo, pero de orden superior.

Habilidades de afrontamiento: Habilidad para afrontar emociones negativas mediante la utilización de estrategias de autorregulación que mejoren la intensidad y la duración de tales estados emocionales.

Autogenerar emociones positivas: capacidad para experimentar de forma voluntaria y consciente emociones positivas (alegría, amor, humor, fluir) y disfrutar de la vida. Capacidad para auto-gestionar su propio bienestar subjetivo en busca de una mejor calidad de vida (Bisquerra y Pérez, 2007, p.71).

Con base en lo anterior, se puede resaltar que la regulación emocional es sustancial para el ser humano, ya que este experimenta estados emocionales en diferentes contextos. Por lo que, a través de esta competencia la persona puede realizar un abordaje de la situación de tal manera que le permita mantener un equilibrio de sus emociones. En otras palabras, la RE incluye habilidades para afrontar estados emocionales desfavorables o favorables con el propósito de propiciar una mejor calidad de vida.

Procesos

Desde la perspectiva de Gross y Thompson (2007) es importante regular emociones tanto positivas como negativas, por lo que crearon un modelo que está conformado por cinco procesos; selección de situación, modificación de la situación, despliegue atento, cambio cognitivo y modulación de respuesta. Estos se especifican a continuación;

Selección de situación, está relacionada con la toma de decisiones que conduce a experimentar una situación determinada en la cual se vivenciará emociones tanto agradables como desagradables. En otras palabras, es comprender las posibles consecuencias que se pueden presentar de las situaciones remotas.

Modificación de la situación, consiste en que la persona lleve a cabo acciones que le permitan disminuir la intensidad de las emociones, esto se puede realizar de dos maneras; cambio cognoscitivo y evitar espacios físicos que puedan detonar un estado emocional impactante.

Despliegue atento, “*se refiere a cómo los individuos dirigen su atención a una situación determinada para influir en sus emociones*” (Gross y Thompson, 2007, p.11). Para ello, estos mismos autores señalan dos pasos pilares para el despliegue atencional los cuales son los siguientes:

- **Distracción**: enfoca su atención a aspectos específicos de la propia situación o bien, se centra en alejarse del evento en su totalidad.
- **Concentración**: es la acción de enfocar la atención en diferentes aspectos emocionales que caracterizan una situación.

Cambio cognitivo, se refiere a la modificación que realiza el individuo con respecto a la percepción que tiene acerca de una situación, ya que a través de esta se podría alterar la respuesta emocional. Para lograr un cambio cognitivo es importante cambiar la forma en que pensamos acerca del evento o bien, valorar sobre nuestra capacidad para manejar adecuadamente la situación.

Modulación de respuesta, “*es la influencia en factores fisiológicos, experimentales o conductuales. Respondiendo lo más directamente posible emociones*” (Gross y Thompson, 2007, p.11).

Cabe destacar que el modelo propuesto por Gross y Thompson (2007) para la regulación emocional es de gran relevancia para la presente investigación puesto que, evidencia diferentes procesos para atender estados emocionales, en este caso, durante el acompañamiento educativo que les brinda las madres a sus hijos. Asimismo, Morales (2014) hace referencia a dos técnicas que considera comunes para la regulación emocional, estas son:

Respiración, consiste en llevar a cabo un ejercicio de respiración con el fin de lograr que el tórax y el abdomen adopten el mismo movimiento, lo cual es recomendado realizarlo entre ocho y doce veces.

Entrenamiento asertivo, es importante que el ser humano concientice la situación que le está generando insatisfacción, una vez hecho esto, la persona realizará unos pasos que le permitirá una regulación emocional apropiada, tales como:

a) expresión cuidadosa de los propios derechos, intereses, sentimientos y pensamientos; b) concretar cuando y donde tendrá lugar la conversación; c) detallar al máximo la situación; d) realizar los mensajes en primera persona uniendo el sentimiento a la conducta, por ejemplo: ‘Me siento triste cuando...’; e) concretar el objetivo de la conversación, y f) mantener una actitud de cooperación para alcanzar el objetivo propuesto (Morales, 2014, p.9).

Por lo tanto, se puede concientizar la importancia de conocer aspectos claves o técnicas para regular las emociones, en sí, es un proceso de crecimiento en el que, llevando a cabo tales aportes, la persona puede desarrollar la habilidad de autorregularse. Por lo tanto, esto le permitiría lograr un bienestar emocional adecuado. Asimismo, el individuo alcanzará un autoconocimiento de lo que sucede con sus emociones, pensamientos y comportamientos. Principalmente, con respecto al proceso de acompañamiento educativo como se ha mencionado anteriormente, las personas a cargo de la educación de los niños (as) por lo general tienen una recarga de tareas por realizar en diferentes contextos.

Acompañamiento educativo y orientación

No obstante, el acompañamiento escolar es entendido como “...un proceso que pretende ofrecer, junto con la escuela, el apoyo y los recursos que los niños necesitan para triunfar en ella. Las acciones del acompañamiento deben estar centradas en la ayuda de las tareas...” (Ghouali, 2007, p.219). Por esta razón, es sustancial que las madres tengan presente que el acompañamiento educativo que brinda a sus hijos (as) puede favorecer en el logro de resultados significativos. Durán et al. (2002) señalan que el simple hecho de que los progenitores se dediquen a las “tareas de lectura, estudio o preparación personal motivará al hijo a hacer lo mismo, y le indicará a este que sus padres están siempre ahí, en el lugar de padres atentos, responsables y colaboradores, pero también exigentes” (p. 286). Lo anterior, evidencia lo importante que es el apoyo de la figura materna y paterna en cuanto a la educación, pero además de esto se muestra el esfuerzo que requiere de las personas adultas lo cual implica el área emocional, y esta dimensión es un punto clave para lograr resultados satisfactorios.

Es relevante destacar que las madres que tienen hijos (as) en la escuela, se enfrentan a una serie de situaciones que pueden interferir en el acompañamiento educativo. Puesto que, existen factores tales como el tiempo, el empleo, las responsabilidades personales, entre otros. Los cuales pueden ser obstáculos para apoyar a sus hijos (as) en sus labores académicas que realizan en los hogares (Lan, Blandón, Rodríguez y Vásquez, 2013).

Además, es sustancial acotar que el acompañamiento educativo no se centra únicamente en la labor de la persona docente, sino que las madres deben de apoyar a sus hijos (as) desde una perspectiva holística (Flórez, Villalobos y Londoño, 2017). Ya que diversos aspectos influyen en el proceso de aprendizaje, entre ellos, el manejo emocional, aunque es importante rescatar que las madres también experimentan distintas emociones las cuales requieren de cierta regulación para brindarle un acompañamiento adecuado a sus hijos (as).

Desde otro punto de vista, el acompañamiento educativo es una acción y a su vez un proceso que se caracteriza por el trabajo en equipo, debido a que, las familias, estudiantes, docentes, orientadores (as) entre otros, deberán colaborar en conjunto para llevar a cabo dicho acompañamiento. En el Sistema Educativo Costarricense, los y las profesionales en Orientación buscan potenciar el desarrollo integral de las personas, a través de estrategias que les permita fortalecer el autoconocimiento, este proceso se fundamenta específicamente por su intervención continua, basándose en los tres principios de la Orientación; prevención, desarrollo e intervención social desde una perspectiva educativa. A raíz de esto, surge la necesidad de que las personas que son parte del proceso formador requieran asesoramiento para alcanzar una educación integral en los niños (as), entre ellas se encuentran los padres y madres (Ministerio de Educación Pública, 2022).

Desde la labor orientadora se toma en cuenta los principios de la orientación ya que se puede llevar a cabo un acompañamiento desde una visión holística. El Colegio de Profesionales en Orientación (CPO) (2014) hace referencia a dichos principios, el primero es la prevención, el cual se refiere al accionar anticipado de la persona orientadora con el propósito de evitar riesgos o eventos que puedan afectar el desarrollo integral de la persona. Este principio se caracteriza por tres niveles de **intervención**;

- La prevención primaria; es cuando no se ha presentado ninguna situación.
- La prevención secundaria, es cuando ya se ha presentado situaciones que requieren ser atendidas por lo que el profesional de orientación intenta brindar un acompañamiento a la persona con el fin de reducir los problemas existentes.

- La prevención terciaria, se refiere a situaciones presentadas que ya requieren ser atendidas por otros profesionales.

El segundo principio de la Orientación es el de desarrollo, este consiste en “considerar como un proceso continuo dirigido al desarrollo integral de la persona. Los objetivos serán facilitar el desarrollo personal, asumir y clarificar valores, posibilitar la toma de decisiones y soluciones de las posibles crisis” (Colegio de Profesionales en Orientación, 2014, p.122). Por lo tanto, es importante que la persona orientadora tenga en cuenta los principios básicos de la orientación con el fin de brindar un acompañamiento adecuado según la situación.

El tercer principio es la intervención social, también es denominado como ecológico, “hace referencia a los contextos donde se mueve el individuo. Y hace énfasis en los valores e intereses del individuo, por medio de vivencias y experiencias” (Ministerio de Educación Pública, 2022, p.122). Por ende, es importante el apoyo de la persona orientadora para que el individuo tenga un crecimiento personal.

Cabe rescatar que dichos principios son relevantes para la presente investigación ya que este estudio se ha desarrollado desde la perspectiva orientadora. Por esta razón, es fundamental considerar los principios básicos del quehacer de la Orientación ya que lo expuesto anteriormente, son factores esenciales para la regulación emocional tanto de las madres como la de sus hijos (as) que cursan el segundo grado de la escuela. Debido al esfuerzo que realizan por atender las demandas educativas y al mismo tiempo acerca de su vida personal, teniendo en cuenta que existen otras responsabilidades y actividades del día a día. En otras palabras, como investigadora es crucial valorar estos aspectos para el logro de los propósitos planteados en este estudio.

Es importante considerar que las madres forman parte de las diferentes etapas y contextos en el que se encuentran inmersos sus hijos (as), por ejemplo, el proceso educativo. Cabe resaltar que en la niñez inicia un proceso de formación profesional, y este requiere de un acompañamiento educativo para adquirir aprendizajes significativos y para ello, las madres les brindan apoyo a los niños (as) para que puedan llevar a cabo las responsabilidades académicas (Bordignon, 2005).

Rol de las madres en el acompañamiento educativo

Los centros educativos son de gran apoyo para los estudiantes en cuanto a su formación académica. Sin embargo, es importante la labor de las madres para reforzar en sus hogares los aprendizajes de los niños (as), pero, también es fundamental prestar atención a aspectos emocionales durante el acompañamiento de las madres puesto que el estado emocional de las figuras maternas y de sus hijos (as) es crucial para dicho proceso.

Aunado a lo anterior, cabe recalcar que socialmente a la mujer se le ha otorgado y ellas han asumido diversas responsabilidades o roles, entre estos, se les asocia con el rol reproductivo el cual consiste en “la reproducción social y las actividades dirigidas a garantizar el bienestar y la supervivencia de la familia, es decir, la crianza y la educación de los hijos (as), la preparación de alimentos, el aseo de la vivienda” (Inmujeres, 2004, p.11). Por esta razón, es crucial generar conocimientos dirigidos a mujeres madres con hijos (as) en la escuela, ya que, sería de gran provecho para orientadores (as) que desempeñan sus labores en centros educativos de I y II ciclo, debido a que le permite tener presente factores que podrían interferir o bien favorecer el bienestar integral del estudiante.

Asimismo, en la educación primaria el rol de las madres gira con base en las necesidades de los niños (as). Entre ellas, establecer rutinas que les permitan generar aprendizajes con respecto a sus responsabilidades académicas; estudiar los contenidos vistos en clases y la realización de las tareas asignadas para el hogar (Rivera, 2016).

Por otra parte, Durán et al. (2002) se refiere a algunos aspectos que contribuyen con el rol de las madres en el acompañamiento educativo que les brindan a sus hijos (as) en sus hogares tales como;

Horario de estudio, el cual consiste en la planificación que realiza la madre para dedicarle tiempo específico a sus hijos (as) para el cumplimiento de las responsabilidades académicas. Existen formas de planificar tales como; organizar lo previsto durante el mes, semana o día. Para ello, es importante tener en cuenta lapsos de descanso, ser constante con los horarios de estudio establecidos con el propósito de generar un hábito adecuado.

Lugar de estudio, es un espacio en la vivienda que se establece para realizar diferentes actividades académicas por parte de los niños y las niñas. Por lo que, es importante que este

lugar contenga una silla y un escritorio-mesa con el fin de que favorezca el proceso de aprendizaje.

Motivación, es la acción y el lenguaje positivo que realiza las madres para reconocer el esfuerzo de sus hijos (as), usando frases como “bien hecho”, “estás mejorando”, “me gusta...”, “tienes razón...”, “me alegra...”, entre otras. A raíz de esta motivación, el niño (a) aprenderá a automotivarse lo cual le ayudará a tener un mayor rendimiento escolar por lo que evitará experimentar un estado emocional desagradable con relación a las responsabilidades académicas.

Rutina, se refiere al esfuerzo que realiza la madre por crear una rutina de estudio, y esta se logra con paciencia, dedicación y perseverancia hasta que el niño (a) se adapte. A través de esto, se formarán hábitos que lograrán obtener mayores resultados (Olaya y Mateus, 2015).

Lo anterior, son fundamentos cruciales para la presente investigación puesto que permite contextualizar teóricamente algunos roles de las madres que brindan acompañamiento educativo a sus hijos (as). Por lo tanto, se puede generar un conocimiento revelador en el ámbito educativo desde una visión holística y a su vez, teniendo en cuenta la diversidad de cada madre, con el propósito de registrar la realidad de cada persona participante del estudio.

Asimismo, en esta investigación se ha recalcado la importancia de la regulación emocional de las madres basándose en la relación entre los pensamientos, emociones y conductas con el fin de comprender la realidad que estas experimentan en su diario vivir. Ya que se visualiza a la madre como un ser integral, y dicha relación es relevante para el presente estudio.

Capítulo III

Marco metodológico

Paradigma

Este estudio desde el paradigma naturalista, pretende comprender las percepciones y creencias de las madres con respecto a su regulación emocional en el acompañamiento educativo. Del mismo modo, apreciar las conductas o hechos reales que se presenta en la población participante en función al objeto de estudio (Fernández, Hernández y Baptista, 2014).

Desde el paradigma naturalista, la realidad epistémica se basa en comprender lo que sucede en sí con las personas y el ingreso al campo permite tener mayor interacción con las madres a través de la ejecución de técnicas de generación de información. A raíz de esto, se podrá registrar lo que realmente se presenta en la población de estudio sin la necesidad de sesgar la información (Gurdián, 2007). Asimismo, los significados y percepciones de las madres están influenciadas por una cultura y a ciertas relaciones sociales que caracterizan en su manera de pensar, sentir y actuar. Es por esta razón, la relevancia de que la persona investigadora pueda insertarse en el contexto de las madres ya que la subjetividad se considera como un medio para conocer la realidad humana (Parra, 2005).

El paradigma naturalista desde la premisa ontológica, busca estudiar la naturaleza, el contexto del objeto de estudio, en este caso sería acerca de las emociones, los pensamientos y las estrategias de afrontamiento. Para efectos de esta investigación se tiene presente que no existe una única realidad, por lo tanto, la investigadora mantendrá una posición neutral en el mayor grado posible, con el propósito de registrar y comprender la realidad de las personas participantes independientemente si coincide con las creencias y percepciones de sí misma (Gurdián, 2007).

Para efectos de esta investigación se tomará en cuenta aspectos axiológicos con el propósito de evitar que los valores y creencias de la investigadora acerca de la temática a explorar no influyan en el proceso del estudio (Gurdián, 2007). Por ello, se tendrá presente lo siguiente; respetar los significados, percepciones o experiencias que tienen las personas participantes. En otras palabras, comprender la realidad acerca del objeto de estudio en su propio

contexto y con base en la subjetividad de madres, sin acudir a cuestionamientos de la información generada.

Además, de tratar a cada una de las personas de tal manera que no se presente discriminación o juicios de valor y mantener una relación profesional con las personas participantes. También, es importante realizar consentimientos informados de manera previa a las actividades a las que participarán las madres con el fin de garantizar la confidencialidad brindada. A parte de esto, mostrar un compromiso y responsabilidad con el proceso desde una perspectiva holística y profesional (Colegio de Profesionales en Orientación, 2012).

Asimismo, cabe recalcar que, a través de la premisa metodológica, se pretende llevar a cabo técnicas que permiten generar información acerca de la realidad de las madres con respecto al objeto de estudio, esto favorecerá el proceso metodológico que ayudará evitar sesgo en la información ya que se registrará la realidad expresada por las madres. Por lo que los resultados tendrían mayor credibilidad (Artavia y Gurdíán, 2020).

Enfoque

La investigación se fundamentará en un enfoque cualitativo, ya que, su naturaleza es interpretar la realidad de la población participante. Asimismo, este enfoque no es lineal, es decir, se puede retroceder o avanzar de una fase a otra, convirtiéndose en un proceso de investigación flexible, el cual permite pulir la pregunta de estudio y a su vez, conocer la cotidianidad de las personas participantes con respecto a la regulación emocional (Hernández et al, 2014).

Seguidamente, cabe destacar que el enfoque cualitativo se caracteriza por la interacción y diálogo de la persona investigadora con las madres para llevar a cabo las entrevistas. Además, de que la información generada se presenta de tal manera que excluye datos estadísticos, recalcando resultados en palabras, brindándole significado a aspectos en los que se indagaron. Otro dato relevante de la investigación cualitativa es que se caracteriza por unidades temáticas, las cuales coadyuvan con el enfoque de lo que se pretende estudiar con el fin de brindarle respuesta al problema de investigación (Barrantes, 2014).

Método

Esta investigación se fundamentará en un método fenomenológico, ya que, se pretende comprender realmente lo que ocurre, las vivencias, las percepciones y los significados de las madres (Gurdián, 2007). Debido a que es relevante comprender la realidad vivida por la población participante con el propósito de generar la información adecuada para los resultados del estudio.

En otras palabras, este método “admite explorar en la conciencia de la persona, es decir, entender la esencia misma, el modo de percibir la vida a través de experiencias, los significados que las rodean y son definidas en la vida psíquica del individuo” (Fuster, 2019, párr.31). Lo anterior, evidencia la importancia de interactuar con las madres de tal manera que se pueda llevar a cabo las acciones necesarias y profesionales con el fin de generar la información real de sus experiencias de vida con base en la regulación emocional.

Además, cabe indicar que este método se basará específicamente en la fenomenología hermenéutica puesto que se enfoca en la “descripción e interpretación de las estructuras fundamentales de la experiencia vivida, al reconocimiento del significado del valor pedagógico de esta experiencia” (Fuster, 2019, p.207). Cabe recalcar que lo primordial es la realidad de las madres desde su subjetividad basada en sus vivencias. A continuación, se contempla algunas fases del método fenomenológico;

Etapas previas: Conocer la realidad y dar respuesta a ¿Cómo es la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brinda a sus hijos (as)? (Gurdián, 2007). En esta etapa inicial la persona investigadora puede liberarse de sus prejuicios, ideologías, cultura entre otros. Con el propósito de no intervenir con la información generada por parte de las madres (Fuster, 2019).

Etapas descriptivas: consiste en realizar una descripción acerca de la experiencia vivida por las madres con respecto a la regulación emocional (Fuster, 2019). Para ello, es importante el ingreso al campo con el fin de generar información a través de técnicas tales como; la entrevista y el grupo focal. Por medio de esto, se pretende realizar una descripción fenomenológica. También, es fundamental anotar entre paréntesis algunas suposiciones teóricas e intentar registrar la información completa sin excluir contenido (Gurdián, 2007).

Etapa estructural: es la clasificación de tópicos naturales a partir de la descripción de la regulación emocional de las madres (Gurdián, 2017). De acuerdo con Max Van Manen (2003) citado por Fuster (2019) la “búsqueda del significado es la tarea más dificultosa de la reflexión fenomenológica” (p.211). Debido a que no son de manera general, sino que las madres los construyen desde sus vivencias es por ello, la importancia de tener un contacto más directo con las experiencias de las participantes del estudio con el propósito de describir en sí, su realidad (Fuster, 2019).

Etapa cooperativa y dialógica: Discusión de la información generada acerca de la regulación emocional de las madres logrando compararla con resultados de otras investigaciones con el fin de obtener mayor comprensión del tema de estudio (Gurdián, 2017). En otras palabras, se pretende describir de manera individualizada las experiencias de las madres con el fin de lograr resultados que arrojen un análisis general que caracterice al grupo de estudio, la unificación de todas las estructuras se convierte en un texto fenomenológico (Fuster, 2019).

Del mismo modo, Van Manen (2003) citado por (Fuster, 2019), recalcan que este proceso tiene como objetivo de “diseñar una descripción (textual) inspiradora y recordatoria de acciones, conductas, intenciones y experiencias de los individuos tal como las conocemos en el mundo de la vida” (p. 213), con el propósito de lograr resultados esperados y a su vez que la persona investigadora pueda comprender con mayor claridad los significados de las madres.

Diseño narrativo

En cuanto al diseño de investigación, cabe recalcar que se realizó bajo un diseño narrativo, puesto que el interés para el presente estudio es generar información acerca de la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo de sus hijos e hijas. Para describir y analizar dicha información basada en acontecimientos o sucesos de sí mismas con respecto a la regulación emocional (Salgado, 2007). “En este proceso, el investigador reconstruye la historia de la persona... posteriormente los narra bajo su óptica y describe... e identifica categorías y temas emergentes en los datos narrativos (que provienen de las historias contadas por los participantes)” (Salgado, 2007, párr. 23). Por lo tanto, dicho diseño se ajusta al propósito de la presente investigación debido a que contribuye para lograr alcanzar los logros esperados.

Es sustancial mencionar que el diseño narrativo se divide en varios tipos, para este estudio se empleará el tipo de tópicos, dado que el problema de investigación se enfoca en una temática específica, en este caso en la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que les brinda a sus hijos (as) (Mertens citado por Salgado, 2007).

Participantes del estudio

De acuerdo con las personas participantes de este estudio, cabe destacar que son madres adultas que tienen responsabilidades en la educación de sus hijos e hijas (Torres et al., 2008), específicamente niños (as) en segundo grado de la educación primaria inscritos en la Escuela Excelencia La Piñera de Buenos Aires, Puntarenas. Además, es importante indicar que se accedió a la población a través de la colaboración del orientador de dicha escuela, con el propósito de iniciar el contacto con las madres, luego, se coordinó con ellas para la ejecución de las actividades del estudio.

Posteriormente, se llevó a cabo la selección por conveniencia, de las personas participantes. Los criterios de selección fueron: madres que tenían participación en el acompañamiento educativo de sus hijos (as) y a su vez, tuvieran mínimo un hijo (a) cursando el segundo grado de la escuela. Además, cabe mencionar que las madres participantes son pertenecientes a una zona rural y su el grado académico es secundaria incompleta.

Temas a explorar

A continuación, se muestra la tabla 1 en la cual se plantea los temas a explorar de la presente investigación, con el fin de especificar los aspectos que se pretenden indagar a través de técnicas adecuadas para la generación de la información.

Tabla 1

Temas a explorar

| Tema a explorar | Propósitos | Dimensiones | Unidades temáticas | Desglose de las unidades |
|---|---|--|--|---|
| Regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo; es la capacidad que tienen las madres para regular las emociones concientizando la relación entre | Exploro las acciones que caracterizan el acompañamiento educativo que brindan las madres a sus hijos e hijas. | las Acciones que caracterizan el acompañamiento educativo | Acompañamiento educativo Rol de las madres en el acompañamiento escolar | Caracterización Horario de estudio Lugar de estudio Motivación Rutina |

| | | | | |
|---|--|--|---|---|
| <p>pensamiento, emoción y acción (Bisquerra, 2020). Dado que el acompañamiento educativo por parte de las madres se enfoca en apoyar a su hijo e hija en las tareas académicas (Ghouali, 2007).</p> | <p>Determino los pensamientos asociados al acompañamiento educativo de las personas participantes.</p> | <p>Pensamientos</p> <p>Son ideas e imágenes que se generan de forma interna en el acompañamiento educativo, los cuales no son observables, sino manifestados por la persona (Melgar, 2000).</p> | <p>Creencias irracionales</p> <p>Errores cognitivos</p> | <p>“Debo”, “tengo” y “necesito”.</p> <p>Inferencia arbitraria, abstracción selectiva, generalización excesiva, maximización y minimización, personalización, pensamiento absolutista.</p> |
|---|--|--|---|---|

| | | | |
|---|--|--------------------------------|--|
| Identifico las emociones de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos (as). | <p>Emociones</p> <p>Son reacciones subjetivas que vivencia el ser humano a través de estímulos internos o externos generados ante el acompañamiento educativo (Mora y Sanguinetti citado por Mora, 2013).</p> | Clasificación de las emociones | Ira, temor, sorpresa, amor, tristeza, vergüenza, disgusto, placer. |
| | | Funciones de las emociones | <p>Funciones adaptativas</p> <p>Funciones sociales</p> <p>Funciones motivacionales</p> |
| Identifico las estrategias de afrontamiento de las madres en el acompañamiento educativo. | <p>Estrategias de afrontamiento</p> <p>“Acción y efecto de afrontar” (Real Academia Española, párr.1) ante situaciones emocionales tanto agradables como desagradables. Las estrategias de afrontamiento se enfocan en la emoción: la</p> | Estrategias de afrontamiento | <p>Búsqueda de alternativas, conformismo, control o evitación emocional, evitación comportamental, evitación cognitiva, reacción agresiva, expresión emocional abierta, reevaluación positiva, búsqueda de apoyo social, búsqueda de apoyo profesional, espiritualidad y espera.</p> |

cual se refiere al control de la respuesta ante eventos estresantes con el fin de reducir daños mayores en el área física o psicológica. Asimismo, las estrategias de afrontamiento se pueden enfocar en el problema de manera directa, para que la situación estresante mejore (Papalia y Martorell (2017)).

Técnicas de generación de información

En esta investigación se aplicarán dos técnicas las cuales son aptas para generar información acerca de la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo. La persona investigadora podrá obtener mayor información, siempre y cuando se planifiquen preguntas aptas para la población y a la vez, relacionadas con las experiencias de las madres participantes.

Entrevista

La entrevista es una técnica que permite generar información a profundidad acerca de la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo a sus hijos (as). Por esta razón, es fundamental su ejecución debido a que permite comprender las experiencias y percepciones de las personas participantes (Bisquerra, 2014).

El tipo de entrevista es semiestructurada, ya que se pretende conocer lo que realmente sucede con las madres entrevistadas con respecto a sus vivencias (Fernández, Hernández y Baptista, 2014). Por lo tanto, la entrevistadora puede determinar previamente la información relevante para el estudio, y al ser preguntas abiertas, se presenta la ventaja de indagar aspectos precisos para conocer los significados que las madres le otorgan a temas concretos (Bisquerra, 2014).

Es relevante recalcar que los propósitos de este estudio tienen relación con la entrevista, ya que se pretende dar respuesta a la pregunta de investigación. Por lo tanto, a través de esta técnica se tiene como fin explorar las acciones que caracterizan el acompañamiento educativo, determinar los pensamientos asociados a dicho acompañamiento.

Por otro lado, es importante mencionar que esta entrevista está conformada por 18 interrogantes y los tipos de preguntas son de opinión, expresión de sentimientos y de conocimiento (Fernández, Hernández y Baptista, 2014), debido a que se busca conocer cómo es la regulación emocional de las madres desde sus experiencias. Para la aplicación de la técnica de entrevista cabe resaltar que se citaron a cuatro madres y solamente asistieron tres, por lo que se procedió la aplicación de la entrevista con las tres personas participantes.

Grupo focal

Es una técnica en la cual se plantean preguntas a un grupo de personas con el fin de conocer sus percepciones o experiencias ante un tema. Para esta investigación, el grupo focal será de gran utilidad para generar información acerca de la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo de sus hijos (as).

De acuerdo con lo anterior, la técnica de grupo focal es relevante debido a que le permite a la persona investigadora dirigir una entrevista de manera grupal en la que se puede conocer perspectivas distintas o similares en relación con una temática específica, como es el este caso de la presente investigación (Sutton y Ruiz, 2013).

Por otra parte, Prieto y March (2002) menciona que “el grupo focal lo constituyen un número limitado de personas: entre 4 y 10 participantes, un moderador y, si es posible, un observador” (párr.1). Lo anterior, favorece el presente estudio por ser de índole cualitativo ya que, debido a la cantidad de participantes se puede profundizar más acerca del acompañamiento educativo, los pensamientos, las emociones y las estrategias de afrontamiento. Por lo que se estaría mostrando una relación de la técnica con los propósitos de la investigación, además, la información generada será relevante para su respectivo procedimiento de análisis e interpretación de resultados.

En cuanto a las preguntas a aplicar en la técnica de grupo focal, Beck (citado por Tejero, 2021) recomienda que sean preguntas abiertas, las cuales permitan comprender la percepción de las personas participantes acerca de la regulación emocional, evitar emplear el “por qué” puesto que se podría interpretar como una demanda y guiar las preguntas desde lo general a lo específico.

Es importante mencionar que se citaron a cinco participantes para la técnica del grupo focal, sin embargo, asistieron únicamente tres madres. Por lo que, se procedió a aplicar dicha técnica con las personas que se presentaron.

Ingreso al campo

La persona investigadora redactó una carta (ver *apéndice C*) la cual está dirigida al director de la Escuela Excelencia La Piñera de Buenos Aires, Puntarenas, en esta se solicitó el

permiso para realizar el presente estudio en dicha institución. Cabe mencionar que el director de la escuela emitió una respuesta a través de una carta (ver *apéndice D*) en la cual indica que aprueba la solicitud recibida.

Además, cabe recalcar que la investigadora ha tenido una comunicación significativa con el orientador de la institución con el fin de lograr una posible cercanía con la población a través de encuentros presenciales en las instalaciones de la Escuela, respetando las órdenes sanitarias brindadas por el Ministerio de Salud de Costa Rica, para evitar contagios de COVID-19.

Para la aplicación de la técnica de entrevista la persona orientadora de la institución colaboró en citar cuatro madres en horarios diferentes, pero en el mismo día, aunque llegaron únicamente tres. La persona investigadora se reunió en la oficina de orientación de la Escuela Excelencia la Piñera con cada una de las mamás, por lo que se procedió a brindarle el consentimiento informado a cada participante en su hora de atención correspondiente y se inició la grabación de la entrevista.

Cabe resaltar que, para la aplicación del grupo focal la persona investigadora contactó a cada mamá para realizarle la invitación formal, puesto que anteriormente el orientador de la institución les había comentado. Se citaron a cinco madres y tres de ellas, fueron las que pudieron asistir, la actividad se llevó a cabo en el laboratorio de cómputo, a cada participante se le brindó el consentimiento informado, se inició la grabación durante la aplicación en sí de la técnica. Al finalizar, se les ofreció a las personas participantes un pequeño refrigerio. Es fundamental, mencionar que, la participante que se le asignó el seudónimo L.A participó en ambas técnicas de generación de información, a pesar de que la entrevista se aplicó en el 2022 y el grupo focal en el 2023.

Estrategias metodológicas

Para efectos de la presente investigación se realizó una reunión previa con el fin de que las madres se contextualizaran con el propósito general del estudio. Posteriormente, se agendó la aplicación de la entrevista a tres personas participantes en diferentes momentos, esta acción se llevó a cabo en las instalaciones de la Escuela Excelencia la Piñera.

Además, es importante resaltar que para la realización del estudio se ha llevado a cabo diferentes fases que están relacionadas entre sí. Primeramente, se formuló el problema de investigación ¿Cómo es la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo de sus hijos e hijas?, en segundo lugar, el planteamiento de los propósitos, en tercer lugar, el fundamento teórico y la selección de las técnicas e instrumentos de generación de información: la entrevista (ver *apéndice F*) y el grupo focal (ver *apéndice G*). Para la aplicación de las técnicas, se tomaron en cuenta distintos factores como la disponibilidad de las madres, la duración de la actividad y la selección de un espacio sin interrupciones dentro del centro educativo. En el caso del grupo focal se contó con el apoyo del orientador de la institución que estuvo anuente a colaborar con la investigación, asumiendo un rol de observador mientras la persona investigadora moderó dicha actividad.

Con base en lo anterior, es sustancial rescatar que en la tercera semana del mes de agosto de 2022 se coordinó con el orientador de la institución acerca de las actividades a ejecutar para el estudio. En la primera semana de setiembre de 2022 se realizó una reunión con las madres participantes, con el fin de darles a conocer en sí el propósito de la investigación. Posteriormente, en el mes de octubre se entrevistó a tres madres participantes y a su vez, se realizó la sistematización correspondiente. Seguidamente, en la segunda semana de marzo de 2023 se ejecutó el grupo focal y se sistematizó la información generada. Una vez concluido lo anterior, en el mes de marzo de 2023 se procedió con la interpretación de los resultados a la luz de la teoría, y así finalizar con las conclusiones y recomendaciones por parte de la persona investigadora.

Estrategias de análisis

Es importante recalcar que, una vez aplicadas las técnicas de generación de la información, se organizó la información a través de un texto fenomenológico, ya que la etapa estructural del método fenomenológico propuesta por Gurdián (2007), y el proceso de codificación planteado por Taylor y Bogdan (1990), hacen referencia a la unificación de temas que presentan similitudes generados por las personas participantes. Por lo tanto, es relevante integrar la información generada en dicho texto con el fin de brindar una mayor comprensión y

descripción de las percepciones, significados acerca de la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo de sus hijos (as).

Por ende, el enfoque de análisis propuesto por Taylor y Bogdan (1990) se ejecutó en tres pasos; descubrimiento, codificación y relativización. Dicho enfoque permite desarrollar la capacidad de comprender la realidad de las madres participantes de acuerdo con sus experiencias. Por lo tanto, es importante hacer referencia a cada uno de los momentos del enfoque de análisis planteado por dichos autores.

El primero, es el descubrimiento, en el cual se procedió en leer la información constantemente y así, lograr identificar los temas e ideas en común o diversas acerca de la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo.

El segundo, es la codificación, este hace referencia al desarrollo de las categorías de codificación de la información generada, con el propósito de clasificar el contenido que pertenece a cada categoría.

El tercero, es la relativización de la información, en este momento se planteó la interpretación de la información en el contexto del estudio. Para ello, fue fundamental revisar las respuestas de las personas participantes con el fin de verificar que la información no haya sido diferente a la realidad por la presencia del investigador (a).

Consideraciones éticas

En el presente estudio se tomaron en cuenta algunas consideraciones éticas con el fin de desarrollar una investigación que resguarde la identidad de las personas participantes. Por lo tanto, se brindaron consentimientos informados los cuales se les protegió la identidad ya que, las madres agregaron sus nombres completos. Sin embargo, para el análisis de la información se utilizaron seudónimos y se evitó posibles prejuicios.

La calidad científica de este estudio se garantiza a través de algunos criterios del rigor científico, estos son: triangulación, credibilidad y la confirmabilidad. Cabe destacar que en investigaciones cualitativas predomina la importancia de visualizar el mundo desde la perspectiva de las personas participantes.

La triangulación adquiere gran importancia debido a que se refiere al uso de diversas estrategias o métodos que permiten generar información acerca del fenómeno de estudio como lo es en este caso el uso de la entrevista y el grupo focal. Una ventaja del uso de la triangulación consiste en que las estrategias a ejecutar durante la investigación pueden arrojar resultados similares, dando a entender veracidad del estudio ya que se convierten en hallazgos (Benavides y Gómez, 2005).

Es importante recalcar que, si la información generada por las estrategias metodológicas es diferente, quiere decir que la triangulación se vuelve más compleja, por ende, brinda la oportunidad de que se propicien nuevas líneas de investigación para comprender aún más el fenómeno desde otros puntos de vistas. Para efectos de este estudio se llevará a cabo específicamente la triangulación de información; que consiste en verificar y comparar la misma a través de los resultados de la entrevista, el grupo focal y de las fuentes de información, con el fin de realizar el análisis e interpretación acerca de la regulación emocional de las madres (Benavides y Gómez, 2005).

Seguidamente, el criterio de credibilidad se logra con el hecho de que la investigadora confirme los hallazgos con las madres, ya que las personas participantes podrán tener oportunidad de reafirmar la información registrada por la interpretación de la investigadora o bien clarificar algunas interpretaciones erróneas y así concebir mostrar la realidad acerca de la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brinda a sus hijos (as) (Castillo y Vásquez, 2003).

Con respecto a la confirmabilidad, la investigadora presentó documentos y registros de la información asociada a la toma de decisiones del estudio. Es relevante destacar que dicho criterio se fundamentó a través del uso de grabaciones de voz de las experiencias y opiniones de las madres, dado que en la ejecución de las técnicas de entrevista semiestructurada y de grupo focal se realizó las mismas con el propósito de transcribir textualmente la información generada para el análisis e interpretación de resultados (Castillo y Vásquez, 2003).

Capítulo IV

Presentación de datos y análisis de resultados

El análisis de los resultados del estudio se presenta de acuerdo con los propósitos específicos y las categorías derivadas de cada uno. Cabe destacar que la información generada acerca de las vivencias, experiencias de las madres con las técnicas de la entrevista semiestructurada y el grupo focal, se trianguló con los referentes teóricos. Es importante resaltar que la entrevista se aplicó en el 2022 y el grupo focal en el 2023, una madre participó en ambas técnicas y las demás participantes colaboraron en una técnica.

I Propósito: Exploro las acciones que caracterizan el acompañamiento educativo que brindan las madres a sus hijos e hijas.

La primera categoría que se deriva de este propósito es acompañamiento educativo que está estrechamente relacionado con la regulación emocional de las madres que tienen hijos (as) en segundo grado de la escuela. En el proceso de aprendizaje de los educandos la familia juega un papel importante. Con base en el sustento teórico de la presente investigación, Ghouali (2007) hace énfasis en el apoyo y en los recursos que los hijos (as) requieren para alcanzar logros deseados dirigidos a la educación.

Cabe mencionar que las tres personas participantes en la técnica de la entrevista se refirieron a acciones de acompañamiento educativo realizadas, S.O (2022) afirma “*Siempre estar pendiente, le digo que estudie, lo chicos son mucho de que la mamá esté encima diciéndoles que estudien, que hagan las tareas, me siento con ella hasta que termine todos los trabajos, que haya entendido todo*”. L.A (2022) expresó “*Mi hija es muy lerdita para escribir entonces yo le hago material de apoyo y le pego en la pared así ella capta mejor la información*”. En el caso de A.N (2022) el acompañamiento educativo se basa en dedicarle tiempo a su hija y del mismo modo, promover a que su hija aprenda a realizar las tareas de manera autónoma, aunque indica que como madre siempre intenta estar presente para resolver determinados inconvenientes.

Por otra parte, a través de la técnica de grupo focal se obtuvo información relevante acerca del acompañamiento educativo. J.O (2023) menciona: “*mi acompañamiento es regular porque podría ser mejor, me falta sacar más tiempo para ayudarle. Solo reviso al final si la tarea está*

bien hecha y sino otra vez a hacerla". Y D.E afirma *"Yo con mi hijo le ayudo porque solos no hacen nada, considero que mi acompañamiento está bien es lo mejor que uno puede hacer"*.

Con base en los testimonios anteriores, se rescata que la presencia de la figura materna en la educación de niños (as) de I ciclo es crucial para la construcción de su bagaje de conocimientos debido a que las participantes de la investigación les brindan su apoyo y su tiempo. Asimismo, la creación de materiales y recursos para que a ellos (as) se les facilite la realización de tareas e incluso adquieran mayor conocimiento acerca del área de estudio.

El acompañamiento que le brinda la madre a sus hijos (as) les permite enfrentarse a diversos cambios en su etapa de niñez. Bordignon (2005) basado en las etapas del desarrollo psicosocial de Erik Erickson hace referencia al estadio: industria versus inferioridad, el cual inicia de 5-6 a 11-13 años es "el inicio de la edad escolar y del aprendizaje sistemático. Es función de los padres y de los profesores ayudar a que los niños se desarrollen sus competencias con perfección y fidelidad, con autonomía, libertad y creatividad" (p.56). Cabe destacar que en esta etapa se desarrollan habilidades y se promueven aprendizajes esenciales para el crecimiento de los niños (as) que cursan el segundo grado de escuela. Por lo tanto, es de gran importancia el acompañamiento que las madres le brindan a los niños (as) con el fin de promover y potenciar un desarrollo adecuado para dicha etapa.

La segunda categoría de este propósito es el rol de las madres durante el acompañamiento educativo. Las madres con hijos (as) que se encuentran cursando el segundo grado de la escuela asumen un rol fundamental, en el cual socialmente se les ha otorgado a las mujeres la responsabilidad de la formación académica de los hijos (as). Según Rivera (2016) ante la sociedad parte de los roles de las madres es acompañar a sus hijos (as) con la realización de tareas y retomar todo lo visto en clases. No es la intención de este estudio propiciar inflexibilidad o perpetuidad en los roles que hasta hoy se ha delegado y han asumido algunas de las mujeres madres en esta sociedad. Sin embargo, ante la realidad de las participantes es meritorio rescatar el trabajo y aportes que brindan a sus hijos/as y facilitar a futuro apoyos desde la Orientación para que las familias en su organización puedan distribuir responsabilidades y acompañar más eficientemente a la niñez a mejorar el desempeño académico.

A través de la técnica de grupo focal, se rescata un ejemplo acerca del rol de madres en el acompañamiento educativo. L.A (2023) mencionó que *"ahorita están viendo los tipos de*

huesos, entonces le hice un esqueleto y que ella vaya pegando con un adhesivo el nombre de cada hueso en el lugar correspondiente”, esta madre hace referencia a la importancia de ayudarle a su hija en casa, por medio de actividades atractivas para que estudie.

Con respecto al **horario de estudio** la participante L.A (2022) menciona *“Yo en la casa me quedo sola todo el día, entonces yo hago, y después de que salen y todo este hecho entonces que descanse un rato, que coma algo para iniciar con los trabajos”*. La participante S.O (2022) expresa que: *“En la semana saco como que hoy tengo que hacer esto y esto, y como son varios entonces sé que tengo que sacar tiempo para uno y para el otro y otro entonces, tal vez no lo anoto, pero lo tengo en mi cabeza y le hago saber a cada uno que día le toca hacer las tareas o estudiar, yo sé cómo va a estar de lunes a domingo entonces ya lo visualizo y lo acomodo”*.

Asimismo, la participante A.N (2022) comenta: *“Me siento con ella si se puede todas las tardes, tratar de estar libre y no tener que hacer nada en la casa y que toda la tarde estar desocupada y no estar que apurada, o diciéndole apúrese, porque siento que decirles a los hijos apúrense a hacer la tarea creo que lo van a hacer mal entonces hay que sacar el ratito para sacar las tareas de ella y no presionarla porque siento que si la presiono no se van a concentrar con lo que está haciendo”*.

Lo expuesto anteriormente, muestra que las madres participantes en su diario vivir asumen la responsabilidad de la educación de los hijos (as). Asimismo, en los testimonios se aprecia que las madres se encargan de las tareas del hogar, ya que hacen referencia que parte de su organización es terminar las “cosas” de la casa con el fin de estar desocupadas para concentrarse en los deberes de sus hijos (as). Dichas vivencias son reafirmadas por Inmujeres (2004), indicando que socialmente a las mujeres se les ha asignado el aseo de la vivienda, así también como la preparación de alimentos para la familia.

También se rescata que las personas participantes se organizan de tal manera que consideren oportuno, intentando llevar la organización y planificación del horario de estudio en su mente. Puesto que ninguna, mencionó el uso de recursos de apoyo como agendas o planificadores. Durán et al. (2002) hace énfasis en la planificación mensual, semanal o por día. Teniendo en cuenta minutos de receso con el fin de generar un hábito de estudio. De acuerdo con esto, se aprecia que las participantes del estudio se enfocan más en planificar el día a día,

considerando las demás responsabilidades que asumen en su hogar-familia y al mismo tiempo indicándoles a sus hijos (as) qué hacer por día.

Es importante considerar un **lugar de estudio** que contenga las condiciones necesarias para generar un ambiente apropiado para el aprendizaje como el tener un escritorio y una silla, un lugar silencioso en el que el estudiante se pueda concentrar con mayor facilidad (Durán et al., 2002). Por lo que, plantea dicho autor, se puede mencionar que coincide con la vivencia de la participante L.A (2022) quien hace referencia a un lugar adecuado para realizar las responsabilidades académicas ya que, opinó que *“en medio de la cocina y la sala le tenemos una silla con escritorio que le habíamos comprado, siempre es en ese lugar”*. Por otra parte, S.O (2022) expresó: *“Siempre estudiamos en el corredor porque no tenemos un cuarto especial para estudiar, me gusta en el corredor porque es abierto y hay más espacio, tenemos una mesa grande, que el lugar sea apropiado que no haya un montón de cosas que ella no se sienta como que pereza no tiene espacio entonces crear ese espacio bonito para ella porque uno no va a estudiar ahí donde no cabe nada ni tiene espacio”*.

Seguidamente, la participante A.N (2022) afirma: *“Soy una persona que me gusta el silencio, trato de que cuando me siento con ella en la mesa a hacer las tareas cierro la puerta para que ella no se distraiga y me levanto de la mesa hasta que ella termine. Sentir silencio y hacer tareas con ella es básico. Creo que es lo único, que ella sienta que estoy entusiasmada hacer tareas con ella que no nos esté perturbando problemas externos”*.

Con respecto a lo anterior, se puede rescatar que las participantes toman en cuenta un lugar adecuado para el estudio de sus hijos (as) con el propósito de favorecer la enseñanza y el aprendizaje del niño (a). Es fundamental mencionar que el ambiente de estudio puede influir en el estado emocional tanto para las madres como para sus hijos (as), ya que las participaciones de las madres reafirman que tienen un lugar apropiado para las responsabilidades académicas.

No obstante, Durán et al. (2002) se refiere a la importancia de la **motivación** en el acompañamiento educativo, entendiéndose como aquellas frases que las madres hacen uso con el fin de felicitar y motivar a sus hijos (as) durante el proceso de enseñanza-aprendizaje por sus logros graduales, puesto que, los niños (as) reflejan un mayor rendimiento educativo. Por lo tanto, teniendo en claro el sustento teórico de la presente investigación se puede evidenciar que las madres participantes emplean acciones, comentarios y frases relacionadas a la motivación.

Por ende, S.O (2022) le expresa a su hija: *“tú puedes, todo lo que se proponga lo vas a lograr. Es muy fácil abrazarla, felicitarla y motivarla en ese momento entonces diay yo le hago sentir a ella cuando estamos ahí”*. Seguidamente, A.N (2022) le recalca a su hija que es importante que ella siempre piense que puede, ya que de lo contrario decir que no puede, es no poner de su parte. Por último, L.A (2022) hace énfasis en que todos los días ella le expresa a su hija frases de motivación, ya que L.A considera que si las madres le ayudan a sus hijos (as) ellos se esfuerzan más por realizar sus responsabilidades académicas.

Por otro lado, Durán et al. (2002) explica acerca de la rutina en el acompañamiento educativo, haciendo énfasis en la importancia de la dedicación, el esfuerzo que realiza la madre para llevar a cabo las responsabilidades académicas de sus hijos (as).

En el ámbito educativo la rutina se puede reflejar a través de acciones diferentes del diario vivir de la madre y de su hijo (a), esto quiere decir, que la dinámica de estudio puede llevarse a cabo por medio de actividades diversas, pero siempre y cuando el objetivo este dirigido en el acompañamiento educativo, en sí, en las responsabilidades académicas. Con respecto a lo anterior, las participantes de la técnica de la entrevista expresaron lo siguiente:

La participante S.O (2022) le externa a su hija *“mi amor” ya me desocupé tengo el tiempo para usted”*. Asimismo, L.A (2022) afirma que *“con la maestra de apoyo tenemos unas rutinas para casa como leer, ver palabras, hacer oraciones con esas palabras, se trata de hacer en el orden que es, aunque no siempre es la misma hora”*. Y A.N (2022) expresó que de ser necesario busca apoyo de otros libros, además suele realizarle carteles a su hija (a) para que ella vaya aprendiendo a leer, en el caso de las matemáticas intenta enseñarle a la niña sumar. A.N hace referencia a que después de que se realicen las tareas en el caso de que su hija no comprenda algún tema o ejercicio matemático, ella invierte más tiempo para explicarle.

Los testimonios anteriores, evidencian la importancia de llevar a cabo acciones orientadas a potenciar el rendimiento y a su vez, el aprendizaje de la persona estudiante. Aunque se presente de manera distinta al final toma relevancia el acompañamiento brindado a la población estudiantil por parte de las personas a cargo. Puesto que, el discente se encuentra en una etapa de aprendizaje significativa, en la cual requiere apoyo para la construcción de su propio aprendizaje, ya que, a través de esas experiencias se formará cierta autonomía por parte del estudiantado.

II Propósito: Determino los pensamientos asociados al acompañamiento educativo de las personas participantes.

Los pensamientos asociados al acompañamiento educativo son un elemento crucial en la regulación emocional de las madres con hijos (as) en segundo grado de la escuela, entre ellas se rescata dos tipos de pensamientos: irracionales y racionales. Melgar (2000) señala que los pensamientos permiten que el ser humano elabore en su mente alguna acción sin necesidad de ejecutarla de manera observable, en otras palabras, imágenes e ideas no observables.

Cabe destacar que la primera categoría del II propósito del estudio son los pensamientos irracionales, estos hacen referencia a ideas erróneas ante un evento. De acuerdo con Beck (2006) desde la infancia el ser humano construye creencias que en su etapa de adultez las puede manifestar como creencias absolutas. Según Lega (2017) las creencias irracionales muestran poca o ninguna flexibilidad de pensamiento por lo que se puede generar alteraciones emocionales y comportamentales, estas creencias se caracterizan por el “debo, necesito, tengo”. Asimismo, Beck et al. (2010) hace énfasis a diferentes errores cognitivos los cuales afectan de que la persona perciba situaciones de una manera más sana y flexible.

La participante S.O (2022) recalca *“Tengo que estar al 100 para ella para poderle ayudar”*. Y A.N (2022) expresó *“para poderme sentar con ella yo tengo que dejar algunas cosas de lado mis problemas, las cosas de la casa, si es necesario buscar ayuda para controlarme para yo poderme sentarme con ella”*. Seguidamente, en la aplicación de la técnica de grupo focal se rescata la opinión de D.E (2023) quien señala que su hija *“debe de hacer todas las tareas”* y L.A (2023) expresó que su hija *“debe cumplir con cada una la responsabilidades y tareas que le pone la maestra”*.

Por ende, se muestra la creencia y la necesidad de las madres por estar centradas únicamente en sus hijas durante la realización de las responsabilidades académicas. Ya que, tanto A.N como S.O recalcaron que el evitar realizar otras tareas en el momento del acompañamiento educativo de sus hijas era una forma de apoyarlas. De lo contrario no le generaba ninguna satisfacción con respecto al acompañamiento.

De acuerdo con S.O y A.N (2022) se evidencia creencias irracionales puesto que, a raíz de su necesidad o demandas por no hacer otras actividades mientras le ayudan a sus hijas, se muestra un pensamiento rígido por lo que está asociado a un tipo de pensamiento irracional.

Debido a que, si no logran realizarlo de la manera en que lo desean pueden no sentir ninguna satisfacción. De las creencias irracionales se derivan algunas inferencias entre ellas la **catastrofización**, la cual se identificó en este caso puesto que A.N (2022) se refiere a que cuando le brinda acompañamiento a su hija con las tareas de la escuela no se siente completa consigo misma puesto que necesita que otras cosas marchen bien.

Seguidamente, otra de las inferencias que nos muestra la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC) es la **baja tolerancia a la frustración**, la cual Lega (2017) se refiere como la incapacidad de atender una situación perturbadora, únicamente tendrá satisfacción si logra lo deseado. Esto se evidenció en la técnica de grupo focal ya que D.E (2023) y J.O (2023) coinciden en que se frustran cuando sus hijas no realizan las tareas académicas, ya que comparten el temor de que no aprueben el nivel. Lo cual las conlleva a enojarse con sus hijas y actuar de una manera poco tolerante, aunque ambas señalan que en ocasiones es allí, cuando sus hijas buscan por cumplir sus responsabilidades escolares.

La segunda categoría de este propósito son los errores cognitivos, según Beck et al. (2010) son ideas erróneas acerca de un evento como lo es la **inferencia arbitraria**, este tipo de pensamiento hace énfasis a adelantarse a una conclusión sin tener suficientes evidencias que respalde lo dicho. Por ejemplo, J.O (2023) indicó *“primero exploto y luego razono, primero exploto sin dejarla hablar”*. Por lo tanto, el testimonio de J.O muestra que escucha a su hija hasta después de que concluye algo en específico, es decir, sin tener certeza de lo sucedido. La misma participante señaló ser más estricta, espera que su hija cumpla con todo ya que se dedica únicamente a estudiar. Esto muestra otro error cognitivo, **pensamiento absolutista** ya que la madre se refiere a que la ocupación de su hija es únicamente el estudio por lo que no le permite ser una estudiante que presente un rendimiento académico regular sino llevar notas apropiadas y todas sus responsabilidades académicas al día.

Por otro lado, se identificó la **maximización y minimización**, un pensamiento que Beck et al. (2010) señala como un error cognitivo el cual puede generar una distorsión en las madres un ejemplo de ello es el testimonio de A.N (2022) quien expresó en la técnica de la entrevista lo siguiente *“siempre hay problemas, pero tratamos de resolverlos para que ella se sienta entusiasmada para que no mire a uno que está preocupado por equis problema, tensa o llorando ella también se preocupa”* lo anterior, evidencia que la connotación que A.N le ha asignado al hecho de ayudarle a su hija sin preocupaciones o sin llantos es significativa.

Asimismo, en la técnica de grupo focal J.O (2023) señaló que no toma en cuenta el pensar, sentir y actuar de su hija ya que si lo hiciera la niña elegiría ver televisión en vez de las tareas y si ella no lo hiciera de tal manera, J.O (2023) indica que su hija *“estuviera en kínder”*.

En contraste, cabe destacar los pensamientos racionales los cuales hace énfasis a las preferencias, la evaluación moderada con respecto a lo inconveniente, tolerancia a la frustración y aceptación adecuada de sí mismo (a) (Lega, 2017). Dos participantes de la técnica de la entrevista expresaron información valiosa en la cual se identificó una flexibilidad de pensamiento ante un determinado tema, a continuación, se expone cada uno de los testimonios: L.A (2022) afirma *“Ella dice que no puede con la bulla de los compañeros que necesita todo en silencio. Y tampoco, no puede ser”*. Por consiguiente, S.O (2022) indicó *“cuando ellame da el examen, y yo, ayy pero inmediatamente digo no mi amor en la próxima le va mejor, ya lo superé, en el mismo momento porque no la voy a ir regañando hasta a la casa”*.

Lo anterior, muestra la flexibilidad de pensamiento por parte de las participantes ya que, aunque a sus hijos (as) les afecten algún evento, ellas como madres tienden a pensar de una manera más adecuada, reflejándole a los niños (as) otra opción de visualizar las situaciones presentadas. Según Lega (2017) es una forma de pensar de los seres humanos que suele desencadenar sentimientos gratos puesto que, no se esperaría que ocurra lo deseado para tener satisfacción.

Por otra parte, la evaluación moderada con respecto a lo inconveniente es fundamental puesto que permite experimentar momentos más satisfactorios, en la técnica de la entrevista S.O (2022) mencionó *“lo que yo sienta, eso le voy a transmitir a ella si yo estoy como un ogro eso va a sentir ella, depende con la actitud con la que le vaya a enseñar, entonces siento que eso es importante”* y A.N (2022) indicó que *“siento que cuando uno está frustrado, estresado o tiene problemas no es el momento adecuado para ayudarle a ella con las tareas”*.

Aunado a lo anterior, el pensar de las madres es fundamental ya que buscan evaluar la situación presentada y reconocer lo más adecuado al momento. Por lo que, siendo de tal manera se puede apreciar que se llevaría a cabo estrategias apropiadas para el ambiente del acompañamiento educativo y al mismo tiempo favoreciendo en la enseñanza y aprendizaje de sus hijos (as).

Por otra parte, la tolerancia a la frustración se identifica en la técnica del grupo focal a través de la participación de L.A (2023) quien expresó lo siguiente: *estudiamos y estudiamos y tal vez, a mí no me gusta las notas bajas, entonces me dice mami usted se va a enojar porque yo le digo para arriba del 90 menos no, porque yo desde que la veo ya veo que sacó menos del 90 porque ya le veo la actitud, entonces si como un toquecito me baja el ánimo porque yo digo ay tanta estudiada usted se lo sabía y hasta a uno se le pega todo, entonces tal vez si como un bajonazo pero después digo no, puedo superarlo trato de motivarme y decirle en el otro va a salir mejor, porque no fue que no estudiamos sino porque simplemente no entendió el examen o a veces ella se bloquea.*

Es importante rescatar que la participante L.A (2023) toma en cuenta el esfuerzo que realiza su hija y el de sí misma, ya que, aunque no sea de su agrado las notas menores de 90 logra mantener una postura saludable ante tal evento. Al mismo tiempo, motiva a su hija para una próxima oportunidad, lo cual muestra tolerancia a la frustración, de acuerdo con Lega (2017) la forma de pensar de L.A (2023) con respecto a esta situación es de manera racional, esto quiere decir que, contribuye con la regulación emocional de la madre e incluso del niño (a) ya que, de esta manera se promueve un ambiente de interacción saludable.

Por otra parte, la participante L.A (2023) indicó *me siento aceptada, lo estoy logrando como mamá porque si uno ve que lo están logrando, uno se siente satisfecho. Porque siento que, como mamá, aunque uno no le exige uno si se exige para que ellos salgan adelante lo cual se logra apreciar una aceptación de sí misma adecuada, enfocada en el apoyo que le brinda a su hija en el área académica. De la misma manera se apreció en la técnica de la entrevista a través de la participación de A.N (2022) quien expresó “me siento bien ser yo, ser lo que yo tengo en mi casa, no soy de que me interese lo que digan los demás de mí”*

III Propósito: Identifico las emociones de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos (as).

La primera categoría del III propósito del presente estudio son emociones de las madres en el acompañamiento educativo. Es importante, mencionar que las personas participantes de las técnicas: entrevista y grupo focal tuvieron en común algunas emociones que vivenciaron en el proceso de acompañamiento escolar que les brindan a sus hijos (as).

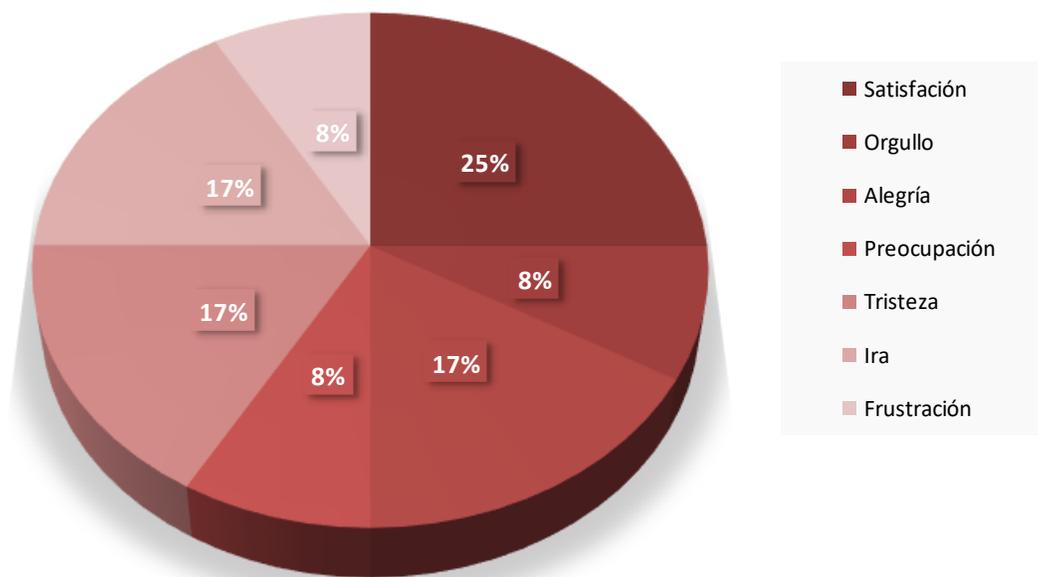


Figura 2. Emociones de las madres en el acompañamiento educativo.

En la figura 2, se logra apreciar que la satisfacción es la emoción que más vivencian las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos (as). Seguidamente, las emociones: alegría, ira y tristeza representan el 17% de las emociones que con mayor frecuencia experimenta las personas participantes. Según Fuentes (2014) las emociones son reacciones del ser humano, las cuales surgen a través de estímulos externos y de alguna manera favorecen en la adaptación de la persona en diferentes contextos. Por último, el orgullo, la preocupación y la frustración son las emociones que se identifican con el 8%, es decir, son las que menos experimentan las madres participantes del estudio.

Por otra parte, cabe mencionar que las emociones tienen cierta funcionalidad en el ser humano. Entre ellas se encuentran las **funciones adaptativas**, ya que las emociones presentadas en la figura 2 les permite a las madres manifestarlas según el momento en el que se encuentran. En otras palabras, la satisfacción, orgullo, alegría, preocupación, tristeza, ira y frustración, son emociones que tienen la funcionalidad de adaptación, es decir, que el cuerpo de las madres se prepare para afrontar las diversas situaciones cotidianas. Por ejemplo, L.A (2023) mencionó “cuando mi hija no termina los cotidianos en clases me preocupo y aunque sienta frustración,

intento ayudarle en casa para que los finalice". En tal testimonio se evidencia la manifestación de dos emociones, las cuales le permiten a la madre adaptarse a la situación buscando alternativas.

Con respecto a las **funciones sociales**, Chóliz (2005) hace énfasis a expresión emocional como el punto clave puesto que está asociado a la interacción con otras personas. Por medio de la técnica del grupo focal J.O (2023) hace referencia a que hay que tener diferentes emociones para lograr la interacción con las demás personas, debido a la diversidad del individuo.

De acuerdo con las **funciones motivacionales**, Chóliz (2005) hace referencia a la relación entre emoción y motivación, en la técnica del grupo focal la participante L.A (2023) indicó que su hija debe de *"estar motivada para hacer las cosas ya que si no tiene una motivación le da pereza o si es mucha emoción se esfuerza más, pero sí, la motivación es muy importante, claro estar siempre apoyándolos uno como papás"*. D.E (2023) afirma *"si uno amanece motivado entonces los niños van motivados a la escuela, pero si uno amaneció un poco ahí, entonces van y no le van a prestar atención a la maestra."* Es relevante destacar que desde esta perspectiva se puede apreciar cómo la motivación puede influir en llevar a cabo tareas o bien, como la emoción puede promover acciones para el logro de resultados satisfactorios.

Es fundamental tener en cuenta que la funcionalidad de las emociones se puede presentar en dos lenguajes: el subjetivo, el cual incluye diversas emociones entre ellas: la ira, alegría y tristeza. De acuerdo con el presente estudio, son algunas de las emociones que con frecuencia vivencian las madres. El lenguaje funcional, se refiere a la protección, destrucción, reproducción, reintegración, afiliación, rechazo y exploración. Tales características no se asocian con las personas participantes, excepto protección, debido a que, independientemente de las distintas emociones que puede experimentar las madres protegen a sus hijos (as) y el acompañamiento educativo es ejemplo de ello (Plutchik citado por Chóliz, 2005).

IV Propósito: Identifico las estrategias de afrontamiento de las madres en el acompañamiento educativo.

La primera categoría del presente propósito son estrategias de afrontamiento, la cual es fundamental para la regulación emocional especialmente en la población meta de este estudio. De acuerdo con Papalia y Martorell (2017) existen dos formas de afrontar alguna situación:

desde la regulación de emociones ante una situación y la otra está enfocada en resolver el problema en sí.

Cabe destacar que Londoño et al. (citado por Pérez y Rodríguez, 2011) hacen énfasis a algunas estrategias de afrontamiento, entre ellas la **búsqueda de alternativas**, la cual se evidenció en el accionar de la participante A.N (2022) quien recalcó la importancia de investigar acerca de lo sucedido, en sí, lo que le afectó a la niña ante una situación con el fin de brindarle ayuda a su hija y su vez, la misma se sienta entusiasmada.

A través de la técnica de grupo focal se rescata el aporte de J.O (2023) quien expresó “*Yo lo que hago es que negocio porque a veces me dice yo quiero ver tal cosa, entonces yo le digo 10 minutos de tele y termina la tarea y luego sigue haciendo lo que quiera*”. No obstante, D.E (2023) señaló “*le digo a mi hija que si hace las cosas bien tal vez la premie, si no está bien emocionalmente no la pongo hacer tareas en ese momento espero un ratito para que se sienta mejor*”.

Por otro lado, Papalia y Martorell (2017) hace énfasis a dos estrategias de afrontamiento: la primera dirigida a la emoción y la segunda al problema. Por lo tanto, es crucial rescatar que el aporte de A.N (2022) está enfocado en el problema y la participación de D.E, está dirigida a la emoción. Lo cual es fundamental hacer el contraste de perspectivas teóricas, ya que ambos teóricos lo proyectan diferente, pero coinciden en que son estrategias de afrontamiento.

Otra de las estrategias de afrontamiento es el **control o evitación emocional**, según Londoño et al. (citado por Pérez y Rodríguez, 2011) es la resistencia a la situación irritante a través de la regulación emocional. S.O (2022) opina: *No voy a hacer algo indebido, no voy a gritar, no voy a pelear. Tal vez si se enoja, pero tiene la capacidad de decir no todo está bien e igual tal vez ella es muy de ok lo hice bien y aunque sea un mini chocolate o algo así. Hay días que son una belleza que ella todo lo quiere hacer y terminar todo en una hora, trato de darme un espacio y dárselo a ella para calmarnos, cuando estamos más tranquilas continuamos.*

Con base en lo anterior, cabe mencionar que S.O intenta de alguna manera resistir a la situación que considera irritante, ya que evita seguir realizando las tareas en momentos en los que tanto ella como su hija se encuentran alteradas emocionalmente.

Con respecto a la estrategia de **evitación comportamental** se evidencia en algunas de las participaciones de la técnica de entrevista A.N (2022) señaló: *prefiero esperar que esa*

emoción se me pase para que ella sienta bien de poder hacer las tareas tranquila con ella, porque hay momentos que han sido muy difíciles entonces prefiero hacer otras cosas mientras se me baje esa emoción de equis circunstancia para sentarme con ella y sentir un poquito de paz para saber que voy a hacer con ella con las tareas.

Es importante, considerar que la evitación comportamental es una estrategia conductual, la cual quiere decir que son acciones que se llevan a cabo con el propósito de neutralizar alguna emoción que genere desagrado ante el evento (Londoño et al., citado por Pérez y Rodríguez, 2011). Por lo tanto, se evidencia en las acciones de A.N cuando se enfrenta a situaciones difíciles, ya que de alguna manera busca regular la intensidad de sus emociones.

También se identificó en el caso de S.O (2022) quien indicó *“cuando mi hija se molesta entonces le doy un recreo y le digo que se vaya a lavar la cara y yo también me doy un respiro cuando ya la situación está que yo tal vez explico muchas veces”*. Cabe mencionar que por medio del grupo focal J.O (2023) expresó *“Yo dejo lo que estoy haciendo y después cuando se me pasa la chicha la cólera, la frustración y las ganas de matarlas entonces las vuelvo a llamar”* y L.A (2023) afirma *“Yo me voy me tranquilizo y otra vez motivación”*. Por lo tanto, se rescata que las participantes del estudio suelen brindar un espacio con (as) el fin de lograr una regulación emocional más adecuada ya que, evitan discutir con sus hijos en momentos en que ambos se sienten molestos o alterados ante una situación.

Por otro lado, la **reacción agresiva** está asociada con la emoción de la ira y reacciones impulsivas hacia otras personas (Lega, 2017). D.E (2023) afirmó que: *Un día de estos tuve que agarrar la faja y darle porque no hay modificación de ninguna manera es de hablarle y hablarle, ni en la escuela hace los trabajos cotidianos. Solo notas de la maestra de trabajos incompletos y no hay otra. Yo regaño pego y todo porque di uno ya explicó y vuelven a hacer lo mismo.*

Lo anterior, muestra que en ocasiones la participante D.E acude a estrategias que se consideran agresivas, ya que, el bienestar físico e incluso emocional del menor se ve afectado. D.E recalca que su actuar se debe después de haber intentado la comunicación verbal, por lo que en su momento considera que la forma correctiva para sus hijos (as) es el castigo físico. J.O (2023) expresó *“yo primero exploto y luego razono. Yo le meto un cosco y le digo si me vuelve a decir eso mal le vuelvo a dar más duro jajaja. Y me funciona porque ya la otra vez lo dice*

bien”. Es importante tener en cuenta que las madres experimentan diferentes emociones, dificultándoseles mantener un manejo emocional adecuado por lo que detonan ante cierta situación y a raíz de esto, se muestra conductas o estrategias agresivas.

De acuerdo con la estrategia de **evitación cognitiva** Londoño et al. (citado por Pérez y Rodríguez, 2011), señalan que es la interrupción de pensamientos perturbadores a través de distracciones. Por lo tanto, se apreció en la opinión de S.O (2022) ya que expresó lo siguiente *“me preocupo según el día que he tenido, pero no se lo expreso a ella, trato de no preocuparla de pensar en otras cosas para distraer mi mente”*.

Por otro lado, se rescata la importancia de la **expresión emocional abierta**, la cual es una estrategia de afrontamiento en la que se evidenció en dos participaciones distintas: S.O (2022) afirma *“Yo le he dicho a ella que estoy un poco triste porque la maestra dijo tal cosa y ya ella se le quedan viendo a uno y se le ponen los ojitos rojos”* y L.A indicó que *“Hablarle, y decirle en que está fallando y que es lo hay que hacer, decirle la verdad. Que, si ellano termina los trabajos en el aula, no le darán los puntos del cotidiano y va a repetir el año”*.

Lo anterior, muestra que dos participantes de la investigación tienden a expresarle a sus hijas, su estado emocional con respecto a las responsabilidades académicas. Con el fin de apoyarlas en sus estudios y a su vez, obtener resultados satisfactorios de sus hijos (as) ya que siendo de esta manera favorecería a la regulación emocional de las madres y al mismo tiempo se promueve un acompañamiento educativo adecuado para sus hijos (as).

No obstante, la estrategia de **reevaluación positiva** según Londoño et al. (citado por Pérez y Rodríguez, 2011) se refiere a valorar lo positivo ante un problema. La participación S.O (2022) tiende a usar tal estrategia debido a que expresó *“yo soy muy positiva, ante todo. Yo trato de quitar lo negativo y siempre sacar lo bueno”*.

Por otra parte, la **búsqueda de apoyo social** es una de las estrategias de afrontamiento expuestas por Londoño et al. (citado por Pérez y Rodríguez, 2011), quienes señalan que es la acción de buscar ayuda en familiares o amigos. Por lo que, cabe rescatar que cuando S.O (2022) se enfrenta situaciones frustrantes se apoya principalmente en su esposo y en ocasiones con la maestra quien también muestra interés por la niña. En el caso de L.A (2023), indica que cuando siente que no sabe que hacer o si considera necesario tomar una decisión en conjunto con su esposo, busca un espacio para conversar con él. Cabe mencionar que S.O (2022) también tiende

a llevar a cabo la estrategia de búsqueda de apoyo profesional en momentos en los que considere que no puede por sí misma atender la situación presentada.

La **espiritualidad**, es una estrategia de afrontamiento dirigida a la expresión de peticiones u oraciones a un ser sobrenatural con el fin de atender eventos frustrantes de una manera adecuada (Londoño et al., citado por Pérez y Rodríguez, 2011). A.N y S.O (2022) fueron las participantes que mencionaron a Dios como el ser que ilumina sus días, que si no le brindan las gracias por todo lo que les provee su día no será bendecido. Ambas participantes le piden a Dios poder tenerles paciencia a sus hijas y poderlas comprender en los momentos difíciles durante el acompañamiento educativo.

No obstante, Durán et al. (2002) hace referencia que el ejemplo de la madre y del padre acerca de la realización de actividades consideradas productivas, de crecimiento personal y profesional, podrían contribuir de manera significativa en sus hijos (as) generando motivación por seguir el camino de sus encargados.

Capítulo V

Conclusiones

Es importante mencionar que las conclusiones, se plantearán de acuerdo con el propósito general y los específicos manteniendo el orden de los mismos.

Propósito general: Análisis de la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos e hijas.

- El acompañamiento educativo se comprende cómo, el esfuerzo que brinda la madre a sus hijos (as) con respecto a las responsabilidades académicas, específicamente el estar pendientes del avance, del método de aprendizaje y de guiar a sus hijos (as) realizar las tareas.
- De acuerdo con la participación de las madres, se concluye que sin su acompañamiento educativo es probable que sus hijos (as) no realicen sus responsabilidades académicas, ya que, las madres señalan que deben de estar hablándoles u ordenándoles a sus hijos (as) dedicarse al estudio.
- Es importante mencionar que las madres en el acompañamiento educativo experimentan emociones, pensamientos y estrategias de afrontamiento tanto saludables como no saludables, según la situación que presentan con sus hijos (as) en relación con las tareas escolares. Aunque, es importante destacar que las participantes reconocen cuando no logran gestionar sus emociones de la mejor manera, por lo que se esfuerzan para poder guiar a sus hijos (as) de una forma más apropiada sin acudir a regaños o castigos físicos.

I Propósito: Exploro las acciones que caracterizan el acompañamiento educativo que brindan las madres a sus hijos e hijas.

- Es importante destacar que los niños (as) aprenden con mayor facilidad a través de acciones de las madres como brindarles atención, realizarles materiales para estudio con el fin de comprender los contenidos vistos en las diferentes asignaturas de la escuela.
- El horario que las madres destinen para acompañar a sus hijos (as) en las tareas escolares o bien para prepararse para una prueba es fundamental puesto que, la madre guía a sus hijos (as) para que se ocupen de sus responsabilidades escolares. Para ello, es importante

que las participantes se hayan desocupado de los demás quehaceres ya que, los niños (as) se sienten más apoyados por su madre.

- Es fundamental mencionar que las madres proporcionan un lugar de estudio apropiado para hacer las tareas o bien estudiar con sus hijos (as), puesto que, consideran necesario una mesa o escritorio, silla y un ambiente tranquilo para la comodidad de la niña (o) en donde se disfrute del silencio para obtener mayor concentración.
- En el acompañamiento educativo, se resalta la motivación como clave del aprendizaje de los niños (as). Debido a que, a través del uso de palabras o frases motivadoras por parte de las madres, sus hijos tienden a realizar a aquello que consideren no poder hacerlo.
- Por lo general, las madres participantes mantienen una rutina con sus hijos (as) aunque realicen diferentes acciones, pero estas son dirigidas al acompañamiento educativo. Puesto que, las madres se esfuerzan y dedican tiempo todos los días a sus hijos (as) a través de acciones que promueva el aprendizaje en los niños (as).

II Propósito: Determino los pensamientos asociados al acompañamiento educativo de las personas participantes.

- Se evidenciaron en las madres algunos pensamientos irracionales en el acompañamiento educativo que le brindan a sus hijos (as) que cursan el segundo grado de la escuela. Debido a que, en ocasiones piensan que deben de estar concentradas únicamente en sus hijos (as) y para ello, deben de acabar otras responsabilidades o bien evitar ayudarlo a su hijo (a) mientras realizan otras actividades, por lo que muestran pensamientos rígidos.
- Cabe mencionar que las madres del estudio experimentan baja tolerancia a la frustración durante el acompañamiento educativo que le brindan a sus hijas (as) puesto que, presentan dificultad para el manejo de la frustración cuando sus hijas (as) no buscan por cumplir con sus tareas escolares.
- Las personas participantes han vivenciado el pensamiento irracional, inferencia arbitraria, durante el acompañamiento educativo, ya que, las madres se adelantan a una conclusión sin tener los fundamentos básicos, y luego de manifestar enojo escuchan realmente a sus hijas (as) acerca de lo sucedido.

- El pensamiento irracional, maximización y minimización lo manifiestan las madres en ciertos momentos durante el acompañamiento educativo, puesto que, consideran que para ayudarle a su hija con respecto a las responsabilidades académicas no pueden mostrar preocupaciones ni llantos, lo cual evidencia la connotación que tiene el hecho de cómo ayudarle a su hija (a).
- Las personas participantes del estudio suelen tener pensamientos racionales, como la flexibilidad de pensamiento. Debido a que, aunque las madres deseen notas altas y sus hijos (as) obtengan notas bajas, deciden motivar al niño (a) seguir intentándolo para obtener resultados satisfactorios. O bien, cuando su hijo (a) le afecta algo de las demás personas y por ello, no puede realizar las actividades escolares, su madre muestra una flexibilidad de pensamiento expresándole que no está a su alcance para cambiarlo y la importancia de enfocarse en aquello que si puede modificar.
- Con base en el acompañamiento educativo, las madres del estudio en ocasiones acuden a valorar ciertos inconvenientes pensando en realizar lo más adecuado en el momento. Principalmente, llevar a cabo acciones que no afecten en el aprendizaje de su hijo (a).
- También, las personas participantes suelen experimentar tolerancia a la frustración, cuando se enfrentan a situaciones desagradables o bien, a resultados de exámenes inesperados de sus hijos (as). Puesto que, deciden en apoyarlos y motivarlos para un próximo intento.

III Propósito: Identifico las emociones de las madres en el acompañamiento educativo que brinda a sus hijos (as).

- La satisfacción, es la emoción que más vivencian las madres durante el acompañamiento educativo, a pesar de que se enfrentan a momentos difíciles con sus hijos (as) en el que influye diversos factores, como ambientes, sociales y educativos.
- La alegría, ira y tristeza, son las principales emociones que experimentan las madres cuando se trata de la educación de sus hijos (as), cabe mencionar que es un proceso de aprendizaje en el que pasan por diferentes etapas o circunstancias, en las que las emociones pueden variar. Como lo es vivenciar felicidad en algunos días y en otros días

tristeza porque sus hijos (as) no obtienen los resultados esperados en cuanto a trabajos en clase como en exámenes.

- Los tipos de emociones que pueden vivenciar las madres también dependen de otros factores externos a sus hijos (as) debido a dificultades familiares o personales. Aunque las personas participantes se esfuerzan para que su sentir o pensar acerca de otros temas lejanos a sus hijos (as) no le afecte a la hora de brindarle acompañamiento con sus responsabilidades académicas.
- Por otro lado, las personas participantes del estudio sienten orgullo, preocupación y frustración con respecto al tema educativo de sus hijos (as), ya que, es un proceso en que las madres buscan que los niños (as) vayan logrando metas u objetivos y acompañan a sus hijos (as) en cada una de las facetas por lo que es común que las madres experimenten diferentes emociones.

IV Propósito: Identifico las estrategias de afrontamiento de las madres en el acompañamiento educativo.

- Las madres tienden a buscar alternativas para llevar a cabo acciones que contribuyan de manera adecuada el proceso de aprendizaje de sus hijos (as) durante el acompañamiento educativo.
- Las personas participantes logran el control o evitación emocional ante situaciones que consideren irritantes a través de la regulación emocional, ya que, intentan realizar las actividades académicas en otro momento en el que se sientan capaces de continuar apropiadamente.
- Las personas participantes del estudio tienden a acudir a la estrategia evitación comportamental durante el acompañamiento educativo, con el fin de neutralizar emociones poco deseadas a través de la realización de otras actividades con el propósito de ayudarle a su hijo (a) sin estar alterada.
- Es fundamental mencionar que las madres durante el acompañamiento educativo también han acudido a la reacción agresiva con sus hijos (as) llegando a gritos e incluso al castigo físico, cuando perciben poco interés de sus hijos (as) para realizar las tareas escolares.

- Evitación cognitiva es otra de las estrategias de afrontamiento que han llevado a cabo las madres durante el acompañamiento educativo, puesto que, en momentos presentan preocupaciones, ideas en sus mentes que le impiden tener tranquilidad. A través de esta estrategia, las madres han neutralizado tales pensamientos perturbadores por medio de otros pensamientos con el fin de distraer su mente.
- En otros momentos las madres del estudio deciden la expresión emocional abierta con sus hijos (as) expresando su estado emocional asociado al proceso de aprendizaje, educativo de los niños (as).
- Las madres durante el acompañamiento educativo han hecho uso de la estrategia de reevaluación positiva ante situaciones difíciles presentadas en el proceso educativo de sus hijos (as).
- En la investigación se evidenció la búsqueda de apoyo social y la espiritualidad como estrategias de afrontamiento de las madres durante el acompañamiento educativo. Puesto que, las personas participantes buscan apoyo con sus familiares y de un ser sobrenatural.

Capítulo VI

Recomendaciones

Las recomendaciones del presente apartado surgen a partir del proceso de investigación, las cuales tienen como fin contribuir con la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos e hijas. Por lo que las recomendaciones están dirigidas a la División de Educación para el Trabajo, Escuela Excelencia La Piñera y a las madres participantes, además se hace énfasis en las limitaciones y en los alcances.

División de Educación para el Trabajo

- Incentivar a los docentes en realizar su Práctica Profesional Supervisada de la disciplina de Orientación, en zonas rurales con el fin de que el estudiante innove ejecutando talleres, actividades o charlas que beneficien a la población meta.
- Guiar y motivar a los estudiantes de la carrera de Orientación llevar a cabo charlas o talleres de temas relacionados a la salud mental y académica con madres que tienen hijos (as) cursando la primaria.
- Se le recomienda al personal docente de la División de Educación para el Trabajo que incorporen en sus programas de cursos proyectos dirigidos a la regulación emocional con personas que habitan en zonas rurales, que tengan poco conocimiento de la temática.

Escuela Excelencia La Piñera

- Considerar ofrecer actividades, charlas o talleres acerca de la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos (as) con el fin de que la escuela mantenga mayor acercamiento con las madres y así, validar el esfuerzo realizado durante la etapa escolar.
- Qué el Departamento de Orientación de la Escuela Excelencia la Piñera promueva actividades con los niños (as) de segundo grado de escuela acerca de los tipos de emociones que el ser humano puede experimentar, ya que, las que observan en sus familiares pueden interferir en su proceso de aprendizaje.
- Es fundamental que la Escuela Excelencia la Piñera ofrezca su flexibilidad a universidades tanto públicas como privadas en recibir a estudiantes de la disciplina en orientación con el propósito de que se realicen actividades con las poblaciones

relacionadas al centro educativo tales como: el personal docente, administrativo, estudiantes y familia.

Madres participantes

- Se les recomienda a las madres solicitar ayuda a su pareja o algún otro miembro de su familia para brindar el acompañamiento educativo a sus hijos (as) con la idea de propiciar un equilibrio en las tareas del hogar.
- Buscar oportunidades y participar en actividades relacionadas a la regulación emocional con el propósito de que fortalezcan estrategias adecuadas para afrontar situaciones irritantes o difíciles con respecto al acompañamiento que le brindan a sus hijos (as).
- Qué las personas participantes se comprometan a disfrutar el proceso de aprendizaje de sus hijos (as) y al mismo tiempo los y las motiven a realizar cada vez mejor sus responsabilidades académicas.
- Qué las madres valoren las situaciones que les irrita en el acompañamiento educativo que les brinda a sus hijos (as) y a partir de ello, reconocer las estrategias que no le contribuyen de manera positiva y replantearse estrategias adecuadas que puede poner en práctica.
- Es importante que las madres busquen apoyo profesional a través de la Caja Costarricense del Seguro Social o bien, por medio de la iglesia católica de Buenos Aires de Puntarenas, en la cual brindan apoyo psicológico a cualquier persona que lo solicita y este tiene un costo económico de aproximadamente de 10.000 colones por sesión. Ya que, es relevante que atiendan temas inconclusos con el fin de mejorar su salud mental y así, evitar que otras preocupaciones interfieran en la regulación emocional de sí mismas en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos e hijas.

Limitaciones

- Es importante mencionar que en el progreso de la investigación se presentaron algunos aspectos limitantes para la realización del estudio. Por lo que se hace referencia a las siguientes limitaciones:
- La investigación estaba programada para finalizarla en un periodo de un año, específicamente en el 2022. Sin embargo, la persona investigadora se le dificultó aplicar en el 2021 las dos técnicas de generación de información, debido a los tipos de trabajo

que tenía en su momento puesto que eran en distintos lugares de donde se encontraba la población meta.

- Las personas participantes tenían poca accesibilidad con respecto al uso de plataformas digitales por lo que se debió posponer la aplicación de la última técnica de generación de información hasta que se lograra coordinar un encuentro presencial el cual dependía de la disponibilidad de las madres del estudio y que la investigadora estuviera en Buenos Aires de Puntarenas, en donde se encontraba la población meta.
- Cabe mencionar que cuando la persona investigadora laboraba en el mismo cantón que habitaba la población meta, los horarios eran poco flexibles para coordinar un encuentro con las madres. Además, de que tales reuniones se realizaban en las instalaciones de la institución por lo que debía ser de lunes a viernes.

Alcances

- Esta investigación es un gran aporte a las instituciones educativas de I y II ciclo, específicamente para el área de orientación, ya que, permite comprender y tener más conciencia acerca del contexto familiar de los estudiantes.
- Seguidamente, parte de los principales alcances fue conocer la vivencia de la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que le brinda a sus hijos (as) ya que, las participantes podían observar y escuchar que sus experiencias eran similares a las demás madres.
- La investigación fue cualitativa por lo que las técnicas de generación de información fueron entrevista y grupo focal, las cuales permitieron que las personas participantes se expresaran con libertad acerca de sus sentimientos y pensamientos favoreciendo el proceso, ya que, se logró conocer la realidad que las madres viven con sus hijos (as).

Referencias

- Artavia, A y Gurdián, A. (2020). *Fundamentos de investigación cuantitativa en educación*. San José, Costa Rica: EUNED.
- Astudillo-Calderón, J., Chasi-Zurita, J y Flores-Roha, L. (2020). La enseñanza y gestión de emociones. *Revista Polo de conocimiento*, 5 (10), pp. 489-514. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7659410>
- Barrantes, R. (2014). *Investigación: Un camino al conocimiento. Un enfoque cualitativo, cuantitativo y mixto*. San José, Costa Rica: EUNED.
- Beck, A., Rush, A., Shaw, B y Emery, G. (2010). *Terapia cognitiva de la depresión* (19 ed.). Editorial Desclée de brower, S.A.
- Beck, J. (2006). *Terapia cognitiva conceptos básicos y profundización* (2ª reimp.). Barcelona: Editorial Gedisa.
- Benavides, M y Gómez, C. (2005). Métodos en investigación cualitativa: triangulación. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, XXXIV (1), 118-124. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/806/80628403009.pdf>
- Bericat, E. (2012). *Emociones*. España: Editorial Arrangement of Sociopedia.isa. Recuperado de <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/47752/DOIEmociones.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Bisquerra, R y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, pp. 61-82. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/706/70601005.pdf>
- Bisquerra, R. (2020). *Regulación emocional*. Rafael Bisquerra. Recuperado de <https://www.rafaelbisquerra.com/competencias-emocionales/regulacion-emocional/>
- Bisquerra, R. (Coord.). (2014). *Metodología de la investigación educativa*. Madrid, España: Editorial La Muralla. Cap.2

- Bordignon, N. (2005). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto. *Revista Lasallista de Investigación*, 2(2),50-63. Recuperado en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=69520210>
- Bustamante, X. (2020). *CCSS se interesa y trabaja en salud mental de sus trabajadores ante COVID19*. Recuperado de https://www.ccss.sa.cr/noticias/salud_noticia?ccss-se-interesa-y-trabaja-en-salud-mental-de-sus-trabajadores-ante-COVID-19
- Cajina, M., y Reyes, M. (2021). Experiencia Emocional Subjetiva en Deportistas Extremos: Estudio Cualitativo. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 21(1), 1-17. <https://doi.org/10.6018/cpd.418141>
- Camargo, X. (2009). La orientación comunitaria y las herramientas comunicacionales para su abordaje.: Un enfoque social de la orientación. *Revista Mexicana de Orientación Educativa*, 6 (16), 24-29. Recuperado http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-75272009000100006&lng=pt&tlng=es
- Carazo, Ortega, Arias, González, González, y Villegas. (2021). *Salud mental y relaciones con el entorno en tiempos de COVID-19*. Recuperado de <https://investiga.uned.ac.cr/wp-content/uploads/2021/01/INFORME-Salud-mental-en-tiempos-de-COVID-19.pdf>
- Casares, E. (2008). La función de la mujer en la familia. Principales enfoques teóricos. Aposta. *Revista de Ciencias Sociales*, (36), pp. 1-21. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/4959/495950229003.pdf>
- Cassinda, M., Angulo, L., & Guerra, V. (2017). Characteristics of Emotional Expression in Primary School Children and Its Management from the Perspective of the Teaching Staff. *Revista Electrónica Educare*, 21 (1), 1-16. <https://doi.org/10.15359/ree.21-1.19>
- Castillo, E y Vásquez, M. (2003). El rigor metodológico en la investigación cualitativa. *Revista Colombiana Médica*, 34 (3), pp. 164-167. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/283/28334309.pdf>

- Colegio de Profesionales en Orientación. (2012). *Código de ética*. Recuperado de <https://www.cpocr.org/wp-content/uploads/2012/10/C%C3%93DIGO-DE-%C3%89TICA-CPO-5-nov-12.pdf>
- Colegio de Profesionales en Orientación. (2014). *Primer Congreso Nacional de Orientación “50 años de la Orientación en Costa Rica: logros y desafíos”, Memoria Primer Congreso Internacional de la Red Latinoamericana de Profesionales de la Orientación “La Orientación en América Latina: en la búsqueda de nuevas perspectivas”*, Heredia, Costa Rica. Recuperado de <https://www.cpocr.org/wp-content/uploads/2014/11/Memoria-Congreso-de-Profesinales-en-Orientacion-2014.pdf>
- Colegio de Profesionales en Orientación. (2022). *La Profesión de Orientación*. Recuperado de <https://www.cpocr.org/quienes-somos/la-profesion-de-orientacion/#:~:text=La%20Orientaci%C3%B3n%20como%20profesi%C3%B3n%20tie,la%20prevenci%C3%B3n%20y%20la%20intervenci%C3%B3n.>
- Chóliz, M. (2005). *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. Recuperado de <https://www.uv.es/choliz/Proceso%20emocional.pdf>
- Fernández, J. (2018). *La Orientación personal: terminología y contenidos*. *Revista Española de Pedagogía*. Recuperado de: <https://revistadepedagogia.org/wp-content/uploads/2018/04/8-La-orientaci%C3%B3n-personal.pdf>
- Fernández, P y Extremera, N. (2005). *La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey*. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19 (3), 63-93. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927005.pdf>
- Flórez, G., Villalobos, J y Londoño, D. (2017). *El acompañamiento familiar en el proceso de formación escolar para la realidad colombiana: de la responsabilidad a la necesidad*. *Psicoespacios*, 11(18), 195-217. Recuperado de <https://revistas.iue.edu.co/index.php/Psicoespacios/article/view/888/1191>
- Fuentes, Y. (2014). *El manejo de la inteligencia emocional como factor determinante para lograr un alto nivel de desarrollo social en los niños*. (Tesis para optar por el grado de

- Licenciatura en Pedagogía). Universidad de Sotavento A. C, México. Recuperado de <http://132.248.9.195/ptd2014/marzo/0711480/0711480.pdf>
- Fuster, D. (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. *Propósitos y Representaciones*, 7(1), 201-229. Lima, Perú. Recuperado de: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-79992019000100010
- Ghouali, H. (2007). El acompañamiento escolar y educativo en Francia, *Revista Mexicana de investigación Educativa*, 32 (12), pp. 207-242. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/140/14003211.pdf>
- Gross, J y Thompson, R. (2007). *Emotion Regulation: Conceptual Foundations [Regulación emocional: Fundamentos conceptuales]*. Researchgate. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/303248970_Emotion_Regulation_Conceptual_Foundations
- Gurdián, A. (2007). *El Paradigma cualitativo en la investigación Socio-Educativa*. San José, Costa Rica: Coordinación Educativa y Cultural Centroamericana (CECC). Agencia Española de Cooperación Internacional (AECI) lógicas para el análisis y la interpretación de resultados
- Heredia, Y. (2020). *El desarrollo emocional es tan importante como el académico*. Recuperado de <https://observatorio.tec.mx/edu-bits-blog/importancia-del-desarrollo-emocional-estudiantes>
- INEC. (2016). *Prevalen desigualdades por sexo en el uso del tiempo*. Recuperado de <https://www.inec.cr/noticia/prevalcen-desigualdades-por-sexo-en-el-uso-del-tiempo>
- James, W. (1884). *Extractos de "Qué es una emoción"*. Recuperado de <https://www.uv.es/=cholz/TextoJames.pdf>
- Julio, V., Manuel, M., y Navarro, L. (2012). Estrategia educativa para la participación de los padres en compromisos escolares. *Escenarios*, 10(2), 119-127. Recuperado de Dialnet-EstrategiaEducativaParaLaParticipacionDeLosPadresE-4497332.pdf

- Lan, Y., Blandón, D., Rodríguez, M y Vásquez, L. (2013). *Acompañamiento familiar en los procesos de aprendizaje*. (Tesis para optar el grado de licenciatura en lengua castellana) Universidad de San Buenaventura, Medellín, Colombia. Recuperado de http://bibliotecadigital.usb.edu.co/bitstream/10819/1677/1/Acompa%C3%B1amiento_Familiar_Aprendizaje_Lan_2013.pdf
- Llama, E. (2019). *Análisis del apoyo que brindan los padres y madres de familia o encargados (as), de los estudiantes de la escuela Rafael Moya Murillo: fortalezas y debilidades para la construcción de estrategias de acompañamiento pedagógico durante el proceso de transición de preescolar a primaria*. (Tesis para optar al grado de Licenciatura en Pedagogía con Énfasis en I y II Ciclos de la Educación General Básica) Universidad Nacional, San José, Costa Rica.
- Lega, L. y Vargas, A. (2017). *Manual práctico Terapia Racional Emotiva Conductual TREC: materiales y artículos de ayuda psicoterapéutica*. San José, Costa Rica.
- Lega, L y Calvo, M. (2017). *Terapia Racional Emotiva Conductual. Una versión teórico-práctica actualizada*. Barcelona: Paidós.
- Malkoç, A., Aslan, M., Arslan, R, Çekici, F & Aydın, Z. (2019). The Relationship between Interpersonal Emotion Regulation and Interpersonal Competence Controlled for Emotion Dysregulation. *International Journal of Higher Education*, 8 (1). <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1203744.pdf>
- Márquez, MC y Gaeta, M. (2018). Competencias emocionales y toma responsable de decisiones en preadolescentes con el apoyo de profesores, padres y madres: un estudio comparativo en alumnos de 4º a 6º de Educación Primaria en España. *Revista Electrónica Educare*, 22 (1), 1-25. <https://doi.org/10.15359/ree.22-1.9>
- Ministerio de Educación Pública. (2022). *Sistema Nacional de Orientación*. Recuperado de [Servicio Nacional de Orientación | Ministerio de Educación Pública \(mep.go.cr\)](http://servicio.nacionaldeorientacion.mep.go.cr)
- Melgar, A. (2000). *El pensamiento: una definición interconductual*. Recuperado de http://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/investigacion_psicologia/v03_n1/pdf/a02v3n1.pdf

- Mora, F. (2013). ¿Qué es una emoción? *Arbor*, 189(759). Recuperado de <https://arbor.revistas.csic.es/index.php/arbor/article/view/1543/1560>
- Morales, G. (2014). *Regulación emocional: concepto, estrategias y aplicaciones en la relación de ayuda*. (Memoria de Trabajo de Final de Grado). Universitat De Les Illes Balears. Recuperado de <https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/848/Compte%20Boix%20Almudena..pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Mollón, O. (2015). Educación Emocional En La Familia. Escuela De Padres: “+ Emocionales”. *Universitat Jaume*. Recuperado de [Educación Emocional en la Familia: Escuela de Padres “+ Emocionales” - Educrea](#)
- Murillo, M. (2013). El fracaso escolar en primer ciclo de la Educación General Básica Costarricense. Área lectoescritura. *Káñina*, 37 (2), 137-158. <https://doi.org/10.15517/rk.v37i2.11852>
- Nabila, F & Mohamad, A. (2020). Emotion regulation among adolescents with drug abuse: a qualitative study. *Malaysian online journal of educational sciences*, 8 (3). <https://eric.ed.gov/?ft=on&q=emotion&id=EJ1260122>
- Naciones Unidas. (2020). *Informe de políticas: La COVID-19 y la necesidad de actuar en relación con la salud mental*. Recuperado de https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/policy_brief_-_covid_and_mental_health_spanish.pdf
- Naranjo, M. (2016). *Enfoques conductistas, cognitivos y racional emotivos*. Costa Rica: Editorial de la Universidad de Costa Rica.
- Programa Estado de la Nación. (2023). Noveno Informe Estado de la Educación 2023. CONARE, PEN, 09. Recuperado de [Noveno Informe Estado de la Educación \[2023\] \(conare.ac.cr\)](#)
- Organización Mundial de Salud. (2021). *La UNESCO y la OMS instan a los países a que conviertan cada escuela en una escuela promotora de la salud*. Recuperado de

<https://www.who.int/es/news/item/22-06-2021-unesco-and-who-urge-countries-to-make-every-school-a-health-promoting-school>

- Organización de la Naciones Unidas. (2023). *Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer*. Recuperado de [Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer | OHCHR](#)
- Ortega, L. (2017). *Las emociones como mediadoras de la influencia del género sobre la identificación partidaria*. (Tesis para optar la Licenciatura en Psicología), Universidad Nacional de Costa Rica, San José, Costa Rica. Recuperado de <http://repositorio.sibdi.ucr.ac.cr:8080/jspui/handle/123456789/8808>
- Papalia, D. y Matorell, G. (2017). *Desarrollo Humano. 13ª. ed.* Editorial Mc Graw Hill Education. Recuperado de [Papalia & Martorell - Desarrollo humano \(13 ed.\) - pdf Docer.com.ar](#)
- Pereira, M. (2015). *Mediación docente de la orientación educativa y vocacional*. San José, Costa Rica: EUNED.
- Pérez, M., Rodríguez, N. (2011). *Estrategias de afrontamiento: un programa de entrenamiento para paramédicos de la Cruz Roja*. Universidad Católica de Costa Rica. Recuperado de [Redalyc. Estrategias de afrontamiento: un programa de entrenamiento para paramédicos de la Cruz Roja](#)
- Pedraza, A., Salazar, C., Robayo, A., y Moreno, E. (2017). Familia y escuela: dos contextos comprometidos con la formación en ciclo III de la educación básica. *Análisis*, 49(91), 301-314. Recuperado de [Familia y escuela: dos contextos comprometidos con la formación en ciclo III de la educación básica - Dialnet \(unirioja.es\)](#)
- Portela, I., Alvariñas, M & Pino, M. (2021). Socio-Emotional Skills in Adolescence. Influence of Personal and Extracurricular Variables. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 18 (9), 1-12. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094811>
- Prieto, M y March, J. (2002). Paso a paso en el diseño de un estudio mediante grupos focales. *Aten primaria*, 29 (6), pp. 366-373. Recuperado de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0212656702705854>

- Parra, M. (2005). *Fundamentos epistemológicos, metodológicos y teóricos que sustentan un modelo de investigación cualitativa en las ciencias sociales*. (Tesis doctoral). Universidad de Chile, Santiago, Chile. Recuperado de http://www.archivochile.com/tesis/11_teofiloideo/11teofiloideo0002.pdf
- Quiroga, M y Aravena, F. (2020). La metodología de control emocional en conversaciones con padres, madres y personas apoderadas y el desarrollo de habilidades conversacionales en docentes. Evidencia desde Chile. *Revista Electrónica Educare*, 24 (3), 1-25. Recuperado de <https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/EDUCARE/article/view/11066>
- Rivera, M. (2016). El rol de los padres en el proceso educativo. *Actualidad Educativa*. Recuperado de <https://actualidadeducativa.com/el-rol-de-los-padres-en-el-proceso-educativo/>
- Rojas, F. (2018). *Efecto de la regulación emocional y las redes sociales sobre el clima de equipo en un contexto hospitalario. Un análisis multinivel*. (Tesis para optar al grado de Magíster en ciencias de la Ingeniería). Universidad Católica, Marcoleta, Chile. Recuperado de <https://1library.co/document/qylro1dy-efecto-regulacion-emocional-sociales-contexto-hospitalario-analisis-multinivel.html>
- Sáenz, N. (2017). *El habla sobre emociones en el contexto de la reminiscencia: Un estudio comparativo de díadas madre-hijo y madre-hija provenientes de dos distintos climas educativos*. (Tesis para optar por el grado de Licenciatura en Psicología). Universidad de Costa Rica, Costa Rica. Recuperado de <http://repositorio.sibdi.ucr.ac.cr:8080/jspui/handle/123456789/6469>
- Salgado, A. (2007). Investigación cualitativa: diseños, evaluación del rigor metodológico y retos. Recuperado de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272007000100009
- Sarrionandia, A y Garaigordobil, M. (2016). Efectos de un programa de inteligencia emocional en factores socioemocionales y síntomas psicósomáticos. *Revista Latinoamericana de*

- Psicología*, 49 (2), 110-118. Recuperado de <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S0120053416300553?token=b0a190aeb4d44f799da36d4ba6115c48038fb6a4b9bc041d1bb40d65ff4429a813a404bcc99d2c744d6a11de29ed8dda&originregion=us-east-1&origincreation=20210521025652>
- Secretaría de Educación Pública. (2013). *Las estrategias y los instrumentos de evaluación desde el enfoque formativo*. Recuperado de https://www.educacionespecial.sep.gob.mx/pdf/doctos/2Academicos/h_4_Estrategias_instrumentos_evaluacion.pdf
- Sistema Costarricense de Información Jurídica. (2014). *Creación de la Secretaría Técnica de Salud mental, modificación de la ley Orgánica del Ministerio de Salud, Ley General de Salud y reforma ley N° 8718 "Autorización para cambio de nombre de la Junta de Protección Social"*. Recuperado de http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=76956&nValor3=96255&strTipM=TC
- Sutton, A y Ruiz, M. (2013). La técnica de grupos focales. *ELSERVIER*, 2 (5), pp 55-60. Recuperado de <https://www.elsevier.es/es-revista-investigacion-educacion-medica343-articulo-la-tecnica-grupos-focales-S2007505713726838>
- Taylor, S y Bogdan, R. (1990). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Recuperado de <http://mastor.cl/blog/wp-content/uploads/2011/12/Introduccion-a-metodos-cualitativos-de-investigaci%C3%B3n-Taylor-y-Bogdan.-344-pags-pdf.pdf>
- Tejero, M. (2021). *Técnicas de investigación cualitativa en los ámbitos sanitario y sociosanitario*. España: Editorial Universidad de Castilla-La Mancha. Recuperado de <https://ruidera.uclm.es/xmlui/bitstream/handle/10578/28531/06%20TECNICASINVESTIGACION-WEB-6.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Torres, V., Garrido, L., Reyes, A y Ortega, O. (2008). Responsabilidades en la crianza de los hijos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 13 (1), pp 77-89. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/292/29213107.pdf>
- Velásquez, P. (2015). *Evaluación de las competencias emocionales de los profesores tutores del Colegio San Agustín de Lima, en función a los resultados de la aplicación del*

inventario de inteligencia emocional baron (I-CE). (Tesis de Maestría en Educación con Mención en Teorías y Gestión Educativa). Universidad de Piura, Lima, Perú. Recuperado de https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/2470/MAE_EDUC_173-L.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Valdés, A. (2007). *Familia y desarrollo: intervenciones en terapia familiar*. México: Editorial El manual Moderno. Recuperado de [Familia y Desarrollo: Intervenciones en terapia familiar - Ángel A. Valdés Cuervo - Google Libros](#)

Valdés, A y Sánchez, P. (2016). Las creencias de los docentes acerca de la participación familiar en la educación. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 18(2), 105-115. Recuperado de [Redalyc. Las creencias de los docentes acerca de la participación familiar en la educación](#)

Apéndices

Apéndice A

Enlace para ingresar a la matriz de información, II fase estado de la cuestión

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1OZ5TSOrVasT46B8sWSPV1g6x9ViUPSb1jvHac-yU9R0/edit?usp=sharing>

Apéndice B

Enlace para ingresar a la matriz de información, antecedentes.

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1udOx69YG_QSpy9PAKDSPnHmk31G2mKBVj_MkHKXNINE/edit?usp=sharing

Apéndice C

Carta de solicitud para el ingreso a la institución

05 de octubre de 2021

Director
Escuela Excelencia La Piñera
Msc. Victor Manuel Cubillo Vargas

Estimado Sr. Director

Reciba un cordial saludo. Por este medio le comento que mi nombre es Ericka Tatiana Vásquez Murillo, cédula de identidad No. 1-1647-0975. Actualmente, estoy realizando mi trabajo final de graduación para optar por la licenciatura en Orientación en la Universidad Nacional.

Esta investigación se realizará bajo la modalidad de tesis, cuyo objetivo es “Analizar la regulación emocional de las madres durante el acompañamiento educativo a sus hijos e hijas”. Por lo tanto, tengo gran interés de realizar dicho estudio en la Escuela Excelencia La Piñera, que usted dirige. Es por esta razón, que le solicito respetuosamente su apoyo para poder ingresar a la institución con la finalidad de cumplir con tal objetivo. De ser positiva su respuesta mi compromiso es realizar la investigación con las consideraciones éticas requeridas y hacer la devolución de la información una vez finalizada la misma.

Sin más por el momento, se despide cordialmente,

Ericka Vásquez Murillo

Cédula 116470975

Apéndice D

Carta de respuesta de la institución

12 de octubre de 2021

Solicitante
Universidad Nacional
Bach. Ericka Vásquez Murillo

Estimada Sra. Solicitante

Reciba un cordial saludo. Por este medio le comento que la solicitud que su persona realizó para llevar a cabo su trabajo final de graduación en la Escuela Excelencia La Piñera ha sido aceptada.

Por lo tanto, puede iniciar con la preparación y coordinación necesaria para cumplir el objetivo de su investigación.

Sin más por el momento, se despide cordialmente,



Víctor Manuel Cubillo Vargas
Cédula 6 0244 0256



Apéndice E

Consentimiento informado para la entrevista

Universidad Nacional

Carrera: Licenciatura en Orientación

Modalidad: Grado de Tesis

Investigadora a cargo del proceso:

Bach. Ericka Vásquez Murillo

La entrevista que se pretende ejecutar se caracteriza por una serie de preguntas semiestructuras, las cuales permiten hacer referencia a temas específicos y, además, claves para realizar la investigación. Esta técnica tiene como propósito analizar la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos e hijas. Dicha entrevista se realizó en la Escuela Excelencia La Piñera.

Por otra parte, es importante contemplar aproximadamente 60 minutos para la ejecución de la entrevista, en la cual se grabará el audio de las personas entrevistadas y esta información será tomada en cuenta exclusivamente para fines de la investigación y evitar la manipulación de las respuestas. En otras palabras, la información generada durante la técnica será confidencial, con el fin de proteger la integridad de cada persona participante.

No obstante, cabe recalcar que las personas participantes no serán expuestas a daños físicos, mentales o emocionales, puesto que lo que se requiere para esta investigación es conocer las experiencias y percepciones de las madres con respecto a la regulación emocional.

Además, se ha dialogado con la Bach. Ericka Vásquez Murillo (investigadora), acerca de la participación en la entrevista la cual es voluntaria, que se hará uso de grabaciones y será totalmente confidencial.

Nombre completo de la persona entrevistada/seudónimo Cédula Firma Fecha

Apéndice F

Protocolo de la entrevista

Universidad Nacional

Licenciatura en Orientación

Entrevistadora: Ericka Vásquez Murillo

Fecha:

La entrevista que se llevará a cabo busca analizar la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos e hijas. La entrevista puede tomar alrededor de 60 minutos.

Otro dato importante de rescatar es que la información generada se tomará en cuenta únicamente para fines de la investigación. Sin embargo, en todo momento se promoverá la confidencialidad lo cual quiere decir, que se realizará un análisis global de los resultados para darle respuesta a la pregunta de investigación sin perjudicar la integridad de las personas participantes. En otras palabras, la información se caracterizará por el anonimato.

Es relevante mencionar que la entrevista será grabada con el consentimiento de las personas participantes, el fin de considerar textualmente las respuestas brindadas y evitar sesgar la información generada. Por esta razón, se le agradece la sinceridad en las respuestas ante las preguntas dirigidas por la persona investigadora. Gracias por la colaboración.

Guía de la entrevista

Parte I. Introducción

1. ¿Cuál es su nombre/Seudónimo? ¿Cuál es su ocupación?

Parte II. Acompañamiento educativo

2. ¿Describa de qué manera apoyas a su hijo (a) con las responsabilidades académicas?
3. ¿En casa, usted establece con su hijo (a) un lugar fijo para estudiar y realizar las tareas?
4. ¿Usted acostumbra a establecer alguna rutina o hábito con su hijo (as) para apoyarlo con las responsabilidades académicas?
5. ¿La motivación es parte del acompañamiento que usted le brinda a su hijo (a) en las tareas escolares? ¿Intenta promover alguna actividad con el fin de aumentar la motivación en usted y en su hijo (a)?

Parte III. Pensamientos

6. ¿Cómo describe su pensar con respecto al acompañamiento que usted le brinda a su hijo (a) en las tareas escolares?
7. ¿Cuáles son los principales pensamientos que experimenta en situaciones agradables en el acompañamiento educativo? ¿Cuál es el motivo por el que podría considerar que aparecen estos pensamientos?
8. ¿Cuáles son los principales pensamientos que experimenta en situaciones desagradables en el acompañamiento educativo? ¿Cuál es el motivo por el que podría considerar que aparecen estos pensamientos?
9. ¿Usted considera que es aceptada incondicionalmente por sí misma y por las demás personas?

Parte IV. Emociones

10. ¿Cuáles son las emociones que se manifiestan con mayor frecuencia?
11. ¿Cuáles son las principales emociones que experimenta cuando le ayuda a su hijo (a) con las tareas escolares? ¿Por qué considera que se manifiestan estas emociones?
12. ¿Usted considera que las emociones que experimenta favorecen el acompañamiento educativo que le brinda a su hijo (a)?

13. ¿Usted considera que las emociones que experimenta desfavorecen el acompañamiento educativo que le brinda a su hijo (a)?

Parte V. Estrategias de afrontamiento

14. ¿Usted considera que se le facilita expresar sus emociones en el acompañamiento educativo que le brinda a su hijo?
15. ¿Cuál cree que es la principal estrategia que le permite generar un ambiente sano mientras apoya a su hijo (a) con las responsabilidades académicas?
16. Cuando intenta apoyar a su hijo (a) con las responsabilidades académicas y no sucede de la manera en la que esperaba, ¿cuál es su principal comportamiento al respecto?
17. ¿Con cuáles personas o instituciones cuenta usted para el acompañamiento educativo de su hijo?
18. ¿Describe como planifica o establece el tiempo determinado para ayudarle a su hijo (a) con respecto a las responsabilidades académicas?

Apéndice G

Consentimiento informado para el grupo focal

Universidad Nacional

Carrera: Licenciatura en Orientación

Modalidad: Grado de Tesis

Investigadora a cargo del proceso:

Bach. Ericka Vásquez Murillo

El grupo focal que se pretende ejecutar se caracteriza por una serie de preguntas semiestructuras, las cuales permiten hacer referencia a temas específicos y, además, claves para realizar la investigación. Esta técnica tiene como propósito analizar la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos e hijas. La misma se ejecuta en la Escuela Excelencia La Piñera.

Por otra parte, es importante contemplar aproximadamente 60 minutos para la ejecución de la técnica, en la cual se grabará el audio de las personas entrevistadas y esta información será tomada en cuenta exclusivamente para fines de la investigación y evitar la manipulación de las respuestas. En otras palabras, la información generada durante la técnica será confidencial, con el fin de proteger la integridad de cada persona participante.

No obstante, cabe recalcar que las personas participantes no serán expuestas a daños físicos, mentales o emocionales, puesto que lo que se requiere para esta investigación es conocer las experiencias y percepciones de las madres con respecto a la regulación emocional.

Además, se ha dialogado con la Bach. Ericka Vásquez Murillo (investigadora), acerca de la participación en la técnica de grupo focal, la cual, es voluntaria. En esta se hará uso de grabaciones y la información obtenida será totalmente confidencial.

| Nombre completo de la persona entrevistada/seudónimo | Cédula | Firma | Fecha |
|--|--------|-------|-------|
|--|--------|-------|-------|

Apéndice H

Grupo Focal

Objetivo del grupo focal: Analizo la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos e hijas.

Tipo de grupo de discusión

El tipo de grupo focal es mini, ya que se cuenta con la participación entre 4 a 5 personas.

Mensaje de presentación o encuadre para los participantes

5 minutos

Bienvenidas a este grupo focal, es un gusto estar de nuevo compartiendo con ustedes. Les comento que el propósito de esta técnica es analizar la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos e hijas. Primeramente, agradecerles por el interés de participar en este proceso, también indicarles que esta sesión será grabada bajo su consentimiento con el fin de registrar la información tal cual como la expresarán ustedes. Es importante destacar que por ninguna circunstancia se revelará públicamente los nombres de ustedes, todo lo generado en esta sesión será totalmente confidencial.

Por esta razón, se les invita a participar con total naturalidad puesto que sus aportes son fundamentales, no se juzgarán ya que nos permite conocer la realidad de sus experiencias acerca de la regulación emocional en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos (as). Este grupo focal se organiza por tres bloques; pensamientos, emociones y estrategias de afrontamiento. Cada uno contiene una serie de preguntas que nos funcionará como guía para la discusión de dichos temas. La duración de esta sesión está planificada para una duración de 60 minutos aproximadamente.

Mensaje de cierre para los participantes

10 minutos

Para finalizar con esta sesión, me gustaría agradecerles nuevamente por compartir sus experiencias emocionales en este espacio el cual será de gran provecho puesto que se dará a conocer bajo confidencialidad las vivencias de las madres en un proceso de acompañamiento educativo y así todas las personas lectoras podrán concientizar sobre la realidad de las madres con hijos en segundo grado de la escuela.

Protocolo del grupo de discusión

A continuación, se hace referencia a la caracterización de las madres participantes de este estudio.

Perfil de los participantes

- Las participantes serán madres la Escuela Excelencia la Piñera, Buenos Aires, Costa Rica
- Rango de edad de las personas participantes: Entre 25 y 40 años
- Madres de niños (as) que cursan el segundo grado de la escuela.
- Las madres deben de estar a cargo de la educación de sus hijos e hijas.

Duración: 60 minutos.

Preguntas

Guía para el grupo focal

Parte I. Introducción

5 minutos

1. En una escala de 1 al 10, siendo 1 muy desmotivada y 10 muy motivada. ¿Cómo se siente en este momento?

Parte II. Pensamientos

15 minutos

2. ¿Cómo piensa que debe actuar su hijo (a) ante a las responsabilidades académicas?
3. ¿Qué suele pensar cuando su hijo (a) no muestra interés por realizar sus responsabilidades académicas?
4. ¿De qué manera ha modificado lo que piensa o percibe de alguna situación incómoda e irritante en el acompañamiento educativo de su hijo (a) para lograr resultados satisfactorios?
5. ¿Qué piensa acerca del acompañamiento educativo que le brindas a su hijo (as)?

Parte III. Emociones

15 minutos

6. ¿Cuál cree usted que es la funcionalidad de las emociones en el ser humano?
7. De acuerdo con las emociones que experimentas con mayor frecuencia. En una escala del 1 al 10, siendo 1 inadecuadas y 10 adecuadas. ¿Cómo catalogas tus emociones?
8. ¿Podrías describir a qué se deben las emociones que experimenta en el acompañamiento educativo?

Parte IV. Estrategias de afrontamiento**10 minutos**

9. ¿De qué manera busca usted alternativas para atender situaciones molestas durante el acompañamiento educativo de su hijo (a)?
10. ¿Cuáles han sido algunas de las situaciones en las que usted ha intentado controlar distrayéndose con alguna otra acción o pensamiento?
11. De acuerdo con un evento irritante en el proceso de acompañamiento que le brinda a su hijo (a) ¿describa cuál es su principal forma de afrontar la situación?
12. Podría usted describir las acciones que consideres que benefician el proceso del acompañamiento educativo que brinda a su hijo (a).
13. ¿Describa como usted toma en cuenta el pensar, sentir y actuar de su hijo (a) para la realización de las tareas escolares?

Apéndice H

Consentimientos informados de las entrevistas

Consentimiento informado para la entrevista

Universidad Nacional

Carrera: Licenciatura en Orientación

Modalidad: Grado de Tesis

Investigadora a cargo del proceso:

Bach. Ericka Vásquez Murillo

La entrevista que se pretende ejecutar se caracteriza por una serie de preguntas semiestructuras, las cuales permiten hacer referencia a temas específicos y, además, claves para realizar la investigación. Esta técnica tiene como propósito analizar la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos e hijas. Dicha entrevista se realizará en la Escuela Excelencia La Piñera.

Por otra parte, es importante contemplar aproximadamente 60 minutos para la ejecución de la entrevista, en la cual se grabará el audio de las personas entrevistadas y esta información será tomada en cuenta exclusivamente para fines de la investigación y evitar la manipulación de las respuestas. En otras palabras, la información generada durante la técnica será confidencial, con el fin de proteger la integridad de cada persona participante.

No obstante, cabe recalcar que las personas participantes no serán expuestas a daños físicos, mentales o emocionales, puesto que lo que se requiere para esta investigación es conocer las experiencias y percepciones de las madres con respecto a la regulación emocional.

Además, se ha dialogado con la Bach. Ericka Vásquez Murillo (investigadora), acerca de la participación en la entrevista la cual es voluntaria, que se hará uso de grabaciones y será totalmente confidencial.

| Nombre completo de la persona entrevistada/seudónimo | Cédula | Firma | Fecha |
|--|--------|-------|-------|
|--|--------|-------|-------|

| | | | |
|-----------------|---------------|----------------------|----------|
| [Redacted Name] | [Redacted ID] | [Redacted Signature] | 20/10/22 |
|-----------------|---------------|----------------------|----------|

Consentimiento informado para la entrevista

Universidad Nacional

Carrera: Licenciatura en Orientación

Modalidad: Grado de Tesis

Investigadora a cargo del proceso:

Bach. Ericka Vásquez Murillo

La entrevista que se pretende ejecutar se caracteriza por una serie de preguntas semiestructuras, las cuales permiten hacer referencia a temas específicos y, además, claves para realizar la investigación. Esta técnica tiene como propósito analizar la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos e hijas. Dicha entrevista se realizará en la Escuela Excelencia La Piñera.

Por otra parte, es importante contemplar aproximadamente 60 minutos para la ejecución de la entrevista, en la cual se grabará el audio de las personas entrevistadas y esta información será tomada en cuenta exclusivamente para fines de la investigación y evitar la manipulación de las respuestas. En otras palabras, la información generada durante la técnica será confidencial, con el fin de proteger la integridad de cada persona participante.

No obstante, cabe recalcar que las personas participantes no serán expuestas a daños físicos, mentales o emocionales, puesto que lo que se requiere para esta investigación es conocer las experiencias y percepciones de las madres con respecto a la regulación emocional.

Además, se ha dialogado con la Bach. Ericka Vásquez Murillo (investigadora), acerca de la participación en la entrevista la cual es voluntaria, que se hará uso de grabaciones y será totalmente confidencial.

| Nombre completo de la persona entrevistada/seudónimo | Cédula | Firma | Fecha |
|--|--------|-------|-------|
|--|--------|-------|-------|

| | | | |
|------------|------------|------------|------------|
| [Redacted] | [Redacted] | [Redacted] | [Redacted] |
|------------|------------|------------|------------|

Consentimiento informado para la entrevista

Universidad Nacional

Carrera: Licenciatura en Orientación

Modalidad: Grado de Tesis

Investigadora a cargo del proceso:

Bach. Ericka Vásquez Murillo

La entrevista que se pretende ejecutar se caracteriza por una serie de preguntas semiestructuras, las cuales permiten hacer referencia a temas específicos y, además, claves para realizar la investigación. Esta técnica tiene como propósito analizar la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos e hijas. Dicha entrevista se realizará en la Escuela Excelencia La Piñera.

Por otra parte, es importante contemplar aproximadamente 60 minutos para la ejecución de la entrevista, en la cual se grabará el audio de las personas entrevistadas y esta información será tomada en cuenta exclusivamente para fines de la investigación y evitar la manipulación de las respuestas. En otras palabras, la información generada durante la técnica será confidencial, con el fin de proteger la integridad de cada persona participante.

No obstante, cabe recalcar que las personas participantes no serán expuestas a daños físicos, mentales o emocionales, puesto que lo que se requiere para esta investigación es conocer las experiencias y percepciones de las madres con respecto a la regulación emocional.

Además, se ha dialogado con la Bach. Ericka Vásquez Murillo (investigadora), acerca de la participación en la entrevista la cual es voluntaria, que se hará uso de grabaciones y será totalmente confidencial.

Nombre completo de la persona entrevistada/seudónimo Cédula Firma Fecha

[Redacted signature and name] [Redacted ID] [Redacted signature] [Redacted date]

Apéndice I

Consentimientos informados del grupo focal

Consentimiento informado para el grupo focal

Universidad Nacional
 Carrera: Licenciatura en Orientación
 Modalidad: Grado de Tesis
 Investigadora a cargo del proceso:
 Bach. Ericka Vásquez Murillo

El grupo focal que se pretende ejecutar se caracteriza por una serie de preguntas semiestructuras, las cuales permiten hacer referencia a temas específicos y, además, claves para realizar la investigación. Esta técnica tiene como propósito analizar la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos e hijas. La misma se realizará en la Escuela Excelencia La Piñera.

Por otra parte, es importante contemplar aproximadamente 60 minutos para la ejecución de la técnica, en la cual se grabará el audio de las personas entrevistadas y esta información será tomada en cuenta exclusivamente para fines de la investigación y evitar la manipulación de las respuestas. En otras palabras, la información generada durante la técnica será confidencial, con el fin de proteger la integridad de cada persona participante.

No obstante, cabe recalcar que las personas participantes no serán expuestas a daños físicos, mentales o emocionales, puesto que lo que se requiere para esta investigación es conocer las experiencias y percepciones de las madres con respecto a la regulación emocional.

Además, se ha dialogado con la Bach. Ericka Vásquez Murillo (investigadora), acerca de la participación en la técnica de grupo focal, la cual, es voluntaria. En esta se hará uso de grabaciones y la información obtenida será totalmente confidencial.

| Nombre completo de la persona entrevistada/seudónimo | Cédula | Firma | Fecha |
|--|------------|------------|------------|
| [Redacted] | [Redacted] | [Redacted] | [Redacted] |

Consentimiento informado para el grupo focal

Universidad Nacional
 Carrera: Licenciatura en Orientación
 Modalidad: Grado de Tesis
 Investigadora a cargo del proceso:
 Bach. Ericka Vásquez Murillo

El grupo focal que se pretende ejecutar se caracteriza por una serie de preguntas semiestructuras, las cuales permiten hacer referencia a temas específicos y, además, claves para realizar la investigación. Esta técnica tiene como propósito analizar la regulación emocional de las madres en el acompañamiento educativo que brindan a sus hijos e hijas. La misma se realizará en la Escuela Excelencia La Piñera.

Por otra parte, es importante contemplar aproximadamente 60 minutos para la ejecución de la técnica, en la cual se grabará el audio de las personas entrevistadas y esta información será tomada en cuenta exclusivamente para fines de la investigación y evitar la manipulación de las respuestas. En otras palabras, la información generada durante la técnica será confidencial, con el fin de proteger la integridad de cada persona participante.

No obstante, cabe recalcar que las personas participantes no serán expuestas a daños físicos, mentales o emocionales, puesto que lo que se requiere para esta investigación es conocer las experiencias y percepciones de las madres con respecto a la regulación emocional.

Además, se ha dialogado con la Bach. Ericka Vásquez Murillo (investigadora), acerca de la participación en la técnica de grupo focal, la cual, es voluntaria. En esta se hará uso de grabaciones y la información obtenida será totalmente confidencial.

| Nombre completo de la persona entrevistada/seudónimo | Cédula | Firma | Fecha |
|--|--------|-------|-------|
|  | | | |