UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Carrera de

Educación Básica

Itinerario Académico en: Educación General Básica

La Educación Emocional desde un enfoque integral: Abordaje en el Quinto Año de Educación General Básica

Trabajo de Titulación previo a la obtención del título de Licenciado/a en Ciencias de la Educación Básica

Autor

Camila Nicole Gutiérrez Bermúdez

Autor

Carlos Alejandro Nieves Illescas

Tutor

Dra. Blanca Edurne Mendoza Carmona.

Cotutor

Dr. Jaime Iván Ullauri Ullauri

Azogues - Ecuador

Febrero, 2025

TODA LA INFORMACIÓN EXPRESA EN EL PRESENTE TRABAJO DE TITULACIÓN ES DE ABSOLUTA RESPONSABILIDAD DEL AUTOR Y TUTOR Y SE ENCUENTRA DEBIDAMENTE AUTORIZADA PARA SU CORRESPONDIENTE PUBLICACIÓN

Agradecimientos y/o dedicatorias

A Dios, mi guía y fortaleza inquebrantable, gracias por iluminar mi camino en los momentos de incertidumbre y por rodearme de personas maravillosas que han sido mi apoyo en este proceso. Sin Tu amor, nada de esto hubiera sido posible.

A mi madre, ejemplo de lucha y amor incondicional, gracias por cada sacrificio, por nunca soltar mi mano y por ser mi mayor inspiración. A mis hermanos, Betsabé y Jhonny Emilio, mis confidentes y cómplices, gracias por su apoyo incondicional, por las risas que aliviaron mis días y por recordarme siempre que no estoy sola.

Y con todo mi amor a mi novio quien no solo ha sido mi compañero de vida, sino también mi compañero de tesis. Gracias por cada desvelo compartido, por tu paciencia infinita y por sostenerme en los momentos más difíciles. Por recordarme cada día mi potencial cuando yo dudaba de él, por tu eterno amor hacia a mí, por celebrar mis logros como si fueran tuyos y por caminar a mi lado en cada paso de este proceso, y por demostrarme, día tras día, que este camino lo recorremos juntos de la mano, con amor y esfuerzo. No hay palabras suficientes para expresar lo agradecida que estoy por todo lo que hemos construido juntos.

A todos ustedes, gracias por ser mi refugio, mi impulso y mi mayor inspiración. Este logro es el reflejo de su amor y apoyo incondicional.

Camila Nicole Gutiérrez Bermúdez.

Con la bendición de Dios y el inmenso amor que guía mi vida, dedico este logro a las personas que han sido pilares fundamentales en este camino. A ti, papá, por ser el ejemplo de fortaleza, dedicación y amor inquebrantable y confiar en mí y darme la mano para ser lo que hoy soy; a mi madre, cuyo sacrificio y apoyo incondicional han sido mi refugio seguro, recordándome siempre que con perseverancia nada es imposible; a mis hermanas, por compartir risas, aprendizajes y sueños; y a mi pequeño Max, que, fuiste mi fuente de alegría en cada día difícil.

Y a la mujer que ha sido mi compañera desde un principio mi flaca. Este logro es tan tuyo como mío. Gracias por ser mi refugio, por entenderme, por sostenerme cuando sentí que no podía más. Juntos hemos superado pruebas y celebrados triunfos, caminando siempre de la mano. En cada paso, en cada desafío, en cada triunfo, ahí estaré. No porque lo prometí, sino porque no concibo el camino de otra forma. Desde lo más profundo de mi ser, con gratitud infinita, les digo a todos: gracias. Este triunfo es nuestro.

Carlos Alejandro Nieves Illescas.

Resumen:

El presente Trabajo de Integración Curricular (TIC) tiene como objetivo desarrollar la educación emocional en el quinto año de Educación General Básica a través de actividades diseñadas en torno a la teoría de la educación emocional de Bisquerra. Surge ante la falta de estrategias concretas para fortalecer las competencias emocionales en el aula. Los ejes teóricos principales incluyen la educación emocional como parte del desarrollo integral, su aplicación en el aula según Bisquerra y el método RULER para su implementación.

La investigación se llevó a cabo bajo un enfoque cualitativo y el método de investigación acción (IA), con un diseño sociocrítico. Se abordaron las fases de diagnóstico, planificación, intervención y reflexión, involucrando activamente a los estudiantes en el proceso. Los resultados mostraron dificultades en el reconocimiento y expresión de emociones, junto con una gestión emocional limitada debido a la ausencia de actividades específicas en el aula. También se evidencia la necesidad de mayor capacitación docente en estrategias y herramientas pedagógicas para fortalecer la educación emocional.

Como respuesta, se diseñó e implementó una intervención didáctica basada en actividades prácticas utilizando el método RULER, con énfasis en la conciencia emocional. Esto promovió una mayor empatía, fortaleció el trabajo en equipo y mejoró el ambiente escolar. La propuesta busca ser una guía práctica para docentes interesados en integrar la educación emocional en el aula, contribuyendo a la formación integral del estudiantado.

***Palabras clave*:** Educación emocional, competencias emocionales, Bisquerra, método RULER, capacitación docente, formación integral.

Abstract:

This Curricular Integration Project (CIP) aims to develop emotional education in the fifth year of General Basic Education through activities designed around Bisquerra's theory of emotional education. It arises from the lack of concrete strategies to strengthen emotional competencies in the classroom. The main theoretical axes include emotional education as part of integral development, its application in the classroom according to Bisquerra and the RULER method for its implementation.

The research was conducted under a qualitative approach and the action research (AR) method, with a socio-critical design. The phases of diagnosis, planning, intervention and reflection were addressed, actively involving students in the process.

The results showed difficulties in the recognition and expression of emotions, together with limited emotional management due to the absence of specific activities in the classroom. The need for more teacher training in pedagogical strategies and tools to strengthen emotional education is also evident.

In response, a didactic intervention was designed and implemented based on practical activities using the RULER method, with emphasis on emotional awareness. This promoted greater empathy, strengthened teamwork and improved the school environment. The proposal seeks to be a practical guide for teachers interested in integrating emotional education in the classroom, contributing to the integral formation of students.

Key words: Emotional education, emotional competencies, Bisquerra, RULER method, teacher training, comprehensive education.

Índice del trabajo

Resumen: IV

Abstract: V

1. CAPÍTULO 1: Introducción ..... - 8 -

Línea De Investigación ..... - 9 -

Modalidad de Trabajo de Integración Curricular ..... - 9 -

1.1. Planteamiento del Problema ..... - 10 -

1.1.1. Objetivos de la Investigación ..... - 13 -

Objetivo General: ..... - 13 -

Objetivos Específicos: ..... - 13 -

1.2. Justificación: ..... - 14 -

2. CAPÍTULO 2: Antecedentes de la investigación ..... - 15 -

2.1. Antecedentes Internacionales ..... - 16 -

2.1. Antecedentes Nacionales ..... - 18 -

3. CAPÍTULO 3: Fundamentación Teórica ..... - 21 -

3.1. Enfoques de la Educación Emocional ..... - 22 -

3.3. El abordaje de la Educación Emocional desde el Ámbito Educativo ..... - 27 -

3.4. El Rol Docente en el Ámbito de la Educación Emocional ..... - 30 -

3.5. La Educación Emocional dentro del Sistema Educativo Ecuatoriano de Educación General Básica. ..... - 33 -

3.6. Aprendizaje Socioemocional y Educación Emocional ..... - 36 -

3.6.1. Aprendizaje Socioemocional ..... - 37 -

3.7. Integración de la Educación Emocional en el Currículo ..... - 40 -

3.7.2. Enfoque Interdisciplinario y Multidisciplinario para el desarrollo de competencias socioemocionales ..... - 44 -

4. CAPÍTULO 4: Marco metodológico ..... - 46 -

4.1. Paradigma Sociocrítico ..... - 47 -

4.2. Enfoque Cualitativo ..... - 48 -

4.3. Participantes y Contexto de la Investigación ..... - 49 -

4.5. Técnicas e Instrumentos ..... - 53 -

4.5.1. La Entrevista Semiestructurada ..... - 53 -

4.5.2. Observación Participante ..... - 54 -

4.5.3. Encuestas Cualitativas ..... - 55 -

4.5.4 Análisis Mediante la Red Semántica: ..... - 56 -

5. Capítulo 5: Propuesta de Intervención Educativa para el Fomento de la Educación Emocional en Quinto año de Educación General Básica ..... - 57 -

6. Capítulo 6: Análisis y Resultados de la Investigación ..... - 60 -

6.1 La importancia de la Regulación Emocional en el Aula ..... - 60 -

6.2 El Rol Docente para el Desarrollo de la Educación Emocional ..... - 68 -

6.3 Apoyo Emocional y Social de los Niños ..... - 74 -

6.4 Implementación de la Propuesta de Intervención Educativa para el Fomento de la Educación General Básica ..... - 77 -

7. Capítulo 7: Conclusiones ..... - 93 -

8. Capítulo 8: Recomendaciones ..... - 95 -

9. Referencias Bibliográficas ..... - 96 -

Anexos ..... - 103 -

Índice de Tablas

Tabla 1 *Competencias Emocionales Fundamentales* ..... *- 24 -*
Tabla 2 *Pautas para Enfrentar Competencias de la Educación Emocional.* ..... *- 28 -*
Tabla 3 ..... *- 37 -*
Tabla 4 *Competencias esenciales para la vida en el currículo* ..... *- 43 -*
Tabla 5 *Resultados Cuestionario* ..... *- 61 -*

Índice de Figuras

Figura 1 *Habilidades para la vida* ..... *- 39 -*
Figura 2 *Diseño metodológico* ..... *- 51 -*
Figura 3 *Manejo de Emociones de los Niños* ..... *- 62 -*
Figura 4 *Respuesta Sobre Manejo de Emociones de los Niños* ..... *- 62 -*
Figura 5 *Respuesta Sobre Manejo de Emociones de los Niños* ..... *- 62 -*
Figura 6 *Respuesta Sobre Manejo de Emociones de los Niños* ..... *- 63 -*
Figura 7 *Control de Emociones* ..... *- 64 -*
Figura 8 *Control de Emociones* ..... *- 65 -*
Figura 9 *Control de Emociones* ..... *- 65 -*
Figura 10 *Referencia del medidor emocional* ..... *- 79 -*
Figura 11 *Actividad inicial de la Propuesta* ..... *- 81 -*
Figura 12 *Imagen de la actividad inicial propuesta* ..... *- 81 -*
Figura 13 *Imagen de la Actividad inicial Propuesta* ..... *- 81 -*
Figura 14 *Imagen de la Actividad Propuesta – Sesión 1* ..... *- 82 -*
Figura 15 *Imagen de la Actividad Propuesta – Sesión 1* ..... *- 82 -*
Figura 16 *Imagen de la Actividad Propuesta – Sesión 1* ..... *- 82 -*
Figura 17 *Imagen de la Actividad Propuesta – Sesión 2* ..... *- 84 -*
Figura 18 *Imagen de la Actividad Propuesta – Sesión 2* ..... *- 84 -*
Figura 19 *Imagen de la Actividad Propuesta – Sesión 2* ..... *- 85 -*
Figura 20 *Imagen de la Actividad Propuesta – Sesión 2* ..... *- 85 -*
Figura 21 *Actividad Propuesta - Sesión 3* ..... *- 87 -*
Figura 22 *Actividad Propuesta - Sesión 3* ..... *- 87 -*
Figura 23 *Actividad Propuesta - Sesión 3* ..... *- 87 -*
Figura 24 *Actividad Propuesta - Sesión 4* ..... *- 89 -*
Figura 25 *Actividad Propuesta - Sesión 4* ..... *- 89 -*
Figura 26 *Actividades Propuestas - Sesión 5* ..... *- 91 -*
Figura 27 *Actividad Propuesta - Sesión 5* ..... *- 91 -*
Figura 28 *Actividad Propuesta - Sesión 5* ..... *- 91 -*

1. CAPÍTULO 1: Introducción

Esta investigación se centra en la implementación de la educación emocional en el quinto año de Educación General Básica, con el objetivo de abordar de manera integral las necesidades emocionales de los estudiantes. La problemática surge de la observación de que, en el contexto actual, las actividades educativas suelen priorizar los contenidos curriculares, dejando de lado espacios dedicados específicamente al desarrollo emocional. Esta carencia resalta la importancia de incluir estrategias que promuevan el reconocimiento, la comprensión y la gestión de las emociones dentro del aula.

El objetivo principal es fomentar la educación emocional mediante el uso de estrategias innovadoras como el método RULER, que se centra en el desarrollo de competencias emocionales esenciales para el bienestar y el aprendizaje, con esto se busca que los estudiantes aprendan a identificar y comprender sus emociones, sentando las bases para su desarrollo integral.

La investigación se sustenta en tres ejes principales: la educación emocional, el rol docente en la educación emocional y políticas públicas acerca de la educación emocional. El primer eje explora cómo la inteligencia emocional constituye la base para implementar procesos educativos más humanos y significativos. El segundo eje resalta la importancia de trabajar estas habilidades dentro del contexto escolar etapa clave para formar hábitos emocionales saludables. Finalmente, el tercer eje analiza la relación entre la educación emocional y las prácticas educativas, destacando su potencial para transformar el aula en un espacio de crecimiento tanto académico como personal.

Adoptando un enfoque cualitativo, esta investigación utiliza técnicas como la observación, la reflexión continua y la implementación de dinámicas participativas en el aula. Estas herramientas permiten no solo identificar las necesidades emocionales de los estudiantes, sino también evaluar el impacto de las estrategias aplicadas en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

La propuesta de intervención fue desarrollada se basa en la educación emocional según la teoría de Bisquerra y tiene como objetivo principal fortalecer las competencias emocionales de los estudiantes mediante estrategias activas y participativas. A lo largo de su implementación, se han diseñado y aplicado sesiones estructuradas en distintas fases, abordando desde la conciencia emocional hasta el desarrollo del bienestar. Cada actividad ha buscado generar un aprendizaje significativo a través del autoconocimiento, la regulación

emocional, la autonomía, la competencia social y la construcción de hábitos saludables. La metodología empleada ha permitido que los estudiantes no solo comprendan teóricamente los conceptos trabajados, sino que los interioricen y apliquen en su vida cotidiana, favoreciendo así un ambiente de aula más armonioso y enriquecedor.

Los resultados esperados buscan evidenciar la importancia de incluir la educación emocional en la práctica docente, no solo como un complemento al currículo, sino como un elemento esencial para la formación integral de los estudiantes. Se destaca el rol del docente como guía en este proceso, creando un ambiente de confianza y empatía donde los estudiantes puedan explorar y desarrollar sus habilidades emocionales. De esta manera, se promueve una educación que trasciende lo académico y contribuye al bienestar emocional de los niños y niñas.

Línea de investigación

La presente investigación se inserta en la línea de investigación: formación integral y desarrollo profesional docente, esta línea aborda diversos aspectos desde lo pedagógico hasta lo neurocientífico promoviendo una comprensión completa del proceso educativo. Pues en este caso en específico se busca explorar la educación emocional desde una perspectiva que no solo se centre en el aspecto psicológico, sino que también considere los componentes pedagógicos, curriculares y didácticos y cómo podemos apreciar esta línea de investigación permite abordar de manera interdisciplinaria y rigurosa las necesidades emocionales de los estudiantes, desarrollando propuestas innovadoras que promuevan su bienestar integral y su éxito académico.

Cabe resaltar que el carácter interdisciplinario evidenciado en esta línea permite integrar diferentes perspectivas y enfoques enriqueciendo así la investigación y generación de conocimiento en este campo, con esta línea de investigación se proporciona una base sólida para comprender cómo funcionan las emociones en el contexto educativo y cómo pueden ser gestionadas y fomentadas de manera efectiva por los docentes. Asimismo, esta línea de investigación también se centra en la innovación curricular y didáctica, lo cual es fundamental para diseñar y desarrollar programas educativos que integren la educación emocional de manera efectiva en el currículo escolar.

Modalidad de Trabajo de Integración Curricular

La elección de la modalidad de titulación TIC (Trabajo de Integración Curricular) se fundamenta en la necesidad de realizar un estudio que permita obtener datos directamente del contexto en el que se desarrolla el objeto de investigación. En el caso de este proyecto de titulación esta modalidad ofrece la oportunidad de investigar de manera directa la

implementación y efectividad de programas de educación emocional en el aula de quinto año de Educación General Básica. Al centrarse en la educación emocional de los estudiantes de quinto año, es crucial comprender cómo se están aplicando estos programas, cómo los estudiantes los perciben y cómo impactan en su bienestar emocional y su rendimiento académico.

Así también esta se ajusta a un proyecto de innovación educativa ya que se busca implementar, promover y fomentar el desarrollo tecnológico y la innovación educativa en el marco de las políticas y programas del Sistema Nacional de Ciencia, Tecnología, Innovación y Saberes Ancestrales. Por lo tanto, la educación emocional es un aspecto fundamental del desarrollo integral de los estudiantes, y su abordaje innovador y creativo contribuirá a mejorar la calidad de la educación y el bienestar de la comunidad educativa en general.

1.1. Planteamiento del Problema

La educación emocional es la habilidad innata y adquirida por los individuos para manejar y controlar tanto sus propias emociones como las de los demás, evolucionando gradualmente a lo largo de la vida. El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2020) reconoce la importancia de la educación emocional en el desarrollo de los niños y adolescentes pues, es necesario priorizar el bienestar de los niños y adolescentes sobre los conocimientos académicos y fortalecer el tema de la salud mental. A pesar de esto en general el sistema educativo tiende a ignorar o minimizar los aspectos emocionales, pues estos son cada vez menos tomados en cuenta por lo que se encuentra evidenciado que la educación emocional es una respuesta a las necesidades sociales que no están suficientemente atendidas en el curriculum académico ordinario.

Múltiples investigaciones a nivel mundial como las de Bisquerra (2000), Álvarez (2000), Cassasus (2006) manifiestan que la educación emocional sirve como una estrategia enfocada en reforzar las características personales de los alumnos, esta estrategia puede funcionar como preventiva hacia muchos problemas socioemocionales y académicos de la sociedad actual. Además, Pacheco (2016) plantea que la educación emocional propicia la convivencia escolar armónica y positiva, y el establecimiento de relaciones sociales empáticas y horizontales es por lo que debe ser considerado un pilar esencial en el desarrollo educativo.

Por lo tanto, las investigaciones mencionadas anteriormente coinciden y destacan la importancia de educar en la conciencia emocional ya que permitirá al estudiante conectar mejor con la realidad y su entorno, así como comprender que hay situaciones en la vida que

generan emociones positivas y qué es importante buscar aquellas cosas que nos brindan y dan respuesta a las mismas.

Así también existen estudios en América Latina tal como lo son los de Ibarra (2019) y Barrios y Gutiérrez, (2020), Barrios y Peña (2019), Porras et al., (2020) indican que las emociones son multidimensionales e importantes, es decir que son fundamentales y poseen diversas facetas, no obstante, su atención en los distintos entornos educativos plantean desafíos complejos pues una educación que incorpore el cuidado de las emociones resultará imprescindible el desarrollo de la vida del sujeto involucrado. Así también Anzelin et al., (2020) resaltan la necesidad de ahondar en las competencias emocionales que deben tener los docentes para proporcionar la retroalimentación afectiva más adecuada para sus alumnos, sin embargo, que sepan que debe hacerse así no quiere decir que tengas las herramientas para hacerlo en conformidad. Según el estudio de ERCE (2019) las escuelas muestran un efecto relevante en las habilidades socioemocionales, pero menos intenso que en los logros académicos de los estudiantes, es decir, aunque las escuelas ayudan a los estudiantes a crecer emocionalmente el mayor impacto o la atención se desvía más hacia el ámbito académico, pues las escuelas se muestran estar más enfocadas y equipadas para mejorar el rendimiento académico a través de distintas herramientas y metodologías, mientras que en el ámbito emocional pasa a segundo plano.

Con base en lo mencionado anteriormente podemos ver que se prioriza lo académico que lo emocional, por consiguiente, es necesario que cada país deba tener una revisión y actualización del currículum de educación de forma constante al igual que exhaustiva. La educación emocional tiene como objetivo ayudar a las personas a descubrir, conocer y regular sus emociones e incorporarlas como competencias (García, 2007). Sin embargo, que exista conciencia y la presencia de algunas políticas no garantiza la adecuada implementación de la educación emocional dentro del contexto áulico.

Por otro lado, desde el contexto ecuatoriano, se encuentra el currículo priorizado con énfasis en competencias comunicacionales, matemáticas, digitales y socioemocionales (2021) en donde claramente no se incluye a la educación emocional de forma disciplinar (como asignatura) sino como eje transversal del sistema educativo ecuatoriano. Pues cabe mencionar que la educación emocional se distingue de las competencias socioemocionales por su enfoque en el desarrollo de habilidades específicas relacionadas con la comprensión y gestión de las emociones propias y ajenas, mientras que las competencias socioemocionales abarcan un conjunto más amplio de aptitudes sociales y emocionales necesarias para interactuar en la sociedad.

Respecto a su integración en el currículo, la inclusión de la educación emocional como eje transversal implica abordar estas habilidades en todas las áreas de aprendizaje reconociendo su importancia en diversos aspectos de la vida tal como se lo ve evidenciado en el currículo priorizado, sin embargo, la crítica hacia esta modalidad radica en la posibilidad de que no reciba la atención y los recursos necesarios al no ser una asignatura independiente, por otro lado, su enseñanza como una materia específica garantizaría un enfoque más centrado y al igual que el desarrollo de recursos.

Según Arroba et al., (2022) dentro de un estudio realizado en Ecuador nos manifiestan que las emociones son una parte esencial en los seres humanos, y tiene participación en la construcción de la personalidad y en la manera como se dan las relaciones interpersonales, he ahí donde radica la importancia de la educación emocional de los estudiantes, por lo tanto, la falta de intervención educativa sobre educación emocional contribuye a que los alumnos dejen de lado y no le den la debida importancia a como se sienten y cómo gestionar sus emociones no solo dentro del ambiente educativo sino fuera de este.

Por lo tanto, esto demuestra que existe una deficiente o nula enseñanza de educación emocional a nivel del currículo explícito, esto quiere decir que no se trabaja de forma directa, sino más bien se desarrolla desde distintas ramas o asignaturas, de manera que dichos contenidos no son suficientes puesto a que el tema emocional no está siendo del todo enfatizado pues es necesario destacar y reconocer que los niños necesitan profundizar en el tema, porque como conocemos los niños tienen el derecho de tener la debida formación desde edades tempranas acerca de sus emociones. Dicho problema que se evidenció en el contexto áulico del quinto año de educación general básica subnivel medio en donde tiene lugar la presente investigación.

Durante la observación participante realizada en el quinto año de EGB de una unidad educativa en la ciudad de Cuenca (Ecuador), se identificó una falta de abordaje de la educación emocional dentro del aula. Por ejemplo, en los contenidos no se incluye el trabajo de los elementos de la educación emocional tal como lo son: la empatía, autorregulación emocional, resolución de conflictos, toma de decisiones, comunicación efectiva, trabajo en equipo, entre otros. Además, observamos que los estudiantes tienen dificultades para expresar sus sentimientos y emociones; existe vergüenza para hablar de estos temas entre ellos y también con la docente. Tienden también a restarles importancia sus emociones cuando hay algo que los está afectando, otra situación que hemos podido identificar es que la mayoría de los estudiantes desconocen acerca del tema de educación emocional, de igual

manera se evidencia que no se desarrollan muchas dinámicas educativas que garanticen una educación emocional estable y segura.

A partir de esta realidad, se observa la necesidad de fortalecer la educación emocional desde el espacio escolar, ya que en muchos casos la escuela se convierte en el principal lugar de contención y desarrollo personal para los estudiantes. Esta delimitación espacial y social permite comprender mejor las dinámicas que afectan el desarrollo emocional del grupo, y justifica la importancia de diseñar una propuesta educativa que responda a sus necesidades reales, considerando tanto el entorno donde se desenvuelven como las condiciones sociales que los rodean.

Por esta razón surge la interrogante acerca de cómo la escuela puede desarrollar y guiar a los niños frente a la educación emocional y generar conciencia acerca de la misma, por lo cual resulta indispensable que las instituciones educaciones asuman un papel activo en la educación emocional, sin embargo, esto no fue precisamente lo que se experimentó dentro de las prácticas pedagógicas.

Es necesario señalar que, esta problemática no está presente solo en quinto año de determinada institución, sino que está presente en el diario vivir de los niños y adolescentes alrededor de todo el mundo por lo que se hace necesario el abordar la educación emocional y como se puede trabajar al igual que fortalecer conocimientos de los niños acerca de la educación emocional, a partir de temas como: gestión de emociones, empatía, resolución de conflictos, toma de decisiones, comunicación efectiva, autorregulación emocional, etc.

En base a todo lo expresado anteriormente surge la siguiente pregunta de investigación: **¿Cómo fomentar la educación emocional en el quinto año de Educación General Básica subnivel medio?**

1.1.1. Objetivos de la Investigación

Objetivo General:

Fomentar la educación emocional en el quinto año de Educación General Básica subnivel medio.

Objetivos Específicos:

1. Analizar el abordaje de la educación emocional en el quinto año de educación general básica a través del rol docente.
2. Revisar el conocimiento y práctica de la educación emocional que tienen los estudiantes de quinto año de EGB.

3. Examinar documentos curriculares de EGB en cuanto al abordaje de educación emocional
4. Diseñar un plan de intervención para promover la educación emocional en el quinto año de EGB.
5. Aplicar el plan de intervención para fomentar la educación emocional en el quinto año de EGB.

1.2. Justificación:

Como sabemos la educación emocional es un tema relevante y de creciente importancia en el ámbito educativo debido a su impacto directo en el bienestar emocional, el rendimiento académico y el desarrollo integral de los estudiantes. Por lo tanto, abordar la educación emocional desde un enfoque integral en estudiantes de quinto año de Educación General Básica es esencial para proporcionarles las herramientas necesarias para afrontar los desafíos de la vida a corto y largo plazo.

Esta investigación beneficiará a todos los actores de la comunidad educativa, incluyendo a los estudiantes, docentes, padres de familia y la comunidad en general. Para los estudiantes la implementación de programas de educación emocional puede mejorar su autoconocimiento, autoestima, habilidades sociales y la capacidad para manejar el estrés y la ansiedad, lo que se traduce en un mejor desempeño académico y una mayor satisfacción personal, por otro lado para los docentes esta investigación ofrecerá herramientas y estrategias innovadoras para promover el bienestar emocional de los estudiantes en el aula, mejorando así el clima escolar y la calidad de la enseñanza. Además, los padres de familia se verán beneficiados al observar el progreso emocional y académico de sus hijos, lo que fortalecerá la relación familia-escuela y contribuirá al desarrollo integral de los estudiantes.

2. CAPÍTULO 2: Antecedentes de la investigación

La educación emocional ha surgido como un pilar crucial del desarrollo estudiantil destacando su impacto significativo en el bienestar personal y social de los individuos, dicho esto nuestra investigación se basa en una revisión de antecedentes tanto nacionales como internacionales para proporcionar un contexto robusto sobre el estado actual de las investigaciones sobre educación emocional.

Estos estudios analizan, desarrollan y destacan varios conceptos importantes a considerar en la educación emocional, al igual que la implementación y efectividad de programas en distintos niveles educativos enfatizando la necesidad de integrar la educación emocional en el currículo ya establecido para abordar carencias actuales. Además, se destaca el desarrollo de instrumentos específicos para analizar y examinar emociones al igual que las competencias de los estudiantes, por lo tanto, estos antecedentes proporcionan una base sólida para entender la importancia de la educación emocional y ofrecen pautas para su implementación efectiva, especialmente en estudiantes de quinto año de educación general básica.

2.1. Antecedentes Internacionales

La investigación realizada por Sepúlveda-Ruiz et al., (2019) en España nos presenta un estudio enmarcado en un Proyecto Europeo que busca comprender las condiciones de los sistemas educativos en relación con las emociones, con un enfoque particular en España (Málaga) en la franja de edad de 6-10 años. Se llevó a cabo un estudio cualitativo centrado en la dimensión afectiva de la educación con la participación de 17 docentes.

Los resultados revelan que, a pesar de que la legislación actual contempla la educación emocional el currículum escolar se enfoca predominantemente en la dimensión cognitiva, dejando de lado la dimensión emocional. Esto plantea un desafío importante para la escuela actual la misma que debe garantizar el desarrollo integral de sus alumnos por lo que es esencial que los procesos educativos se diseñen e implementen considerando el fomento de todas las dimensiones de la persona. Por lo tanto, esta investigación aporta significativamente a nuestra investigación pues se identifican las barreras y desafíos que obstaculizan la implementación de la educación emocional en el contexto escolar.

Además, al explorar las percepciones y prácticas de los docentes se destacan las brechas entre la teoría y la práctica, proporcionando así una comprensión más profunda de las necesidades y desafíos enfrentados por los educadores al momento de poner en práctica la integración de la educación emocional en el currículum escolar. Así también nos ofrece orientación valiosa para educadores y responsables de políticas facilitando la implementación de prácticas basadas en evidencia que promueven el desarrollo integral de los estudiantes y su bienestar emocional.

En la investigación de Bisquerra-Alzina y Chao-Rebolledo (2020) en España se enfoca en la educación emocional también conocida como educación socioemocional por su enfoque compartido en el desarrollo integral de las personas, centrándose en aspectos emocionales y sociales clave. Aunque cada término destaca diferentes aspectos ambos coinciden en su objetivo de promover el bienestar emocional de los individuos como una solución a necesidades sociales que no son suficientemente contempladas en el currículo tradicional. Su objetivo principal es el desarrollo de competencias emocionales y socioemocionales pues estas contribuyen y son parte esencial de la educación emocional ya que se enfocan en el desarrollo de habilidades esenciales para comprender, gestionar y relacionarse con las emociones de manera efectiva y de esta manera mejorar el bienestar personal y social.

Es importante mencionar que la educación emocional abarca conceptos de inteligencia emocional, inteligencias múltiples, neurociencia, psicología positiva y pedagogía humanista. Por lo que esta investigación fomenta nuestro trabajo en educación emocional al

proporcionar una comprensión profunda de cómo la educación emocional responde a necesidades sociales no atendidas adecuadamente en el currículo tradicional, al enfocarse en el desarrollo de manera conjunta de competencias emocionales y socioemocionales. Además, esta investigación destaca los beneficios de mejorar el bienestar personal y social a través de la educación emocional explícita. Así mismo proporciona pautas teóricas como es la relación de la pirámide de Maslow y las necesidades humanas en donde se manifiesta de manera clara la importancia de incluir la educación emocional para el desarrollo del ser humano. Con la implementación de esta pauta se puede guiar y mejorar la implementación de programas de educación emocional en diversos contextos educativos.

La investigación realizada por Bisquerra-Alzina y López-Cassá (2021) en Barcelona, España subraya la importancia de la evaluación en la educación emocional y presenta una amplia variedad de instrumentos de “medición de emociones”, inteligencia emocional y competencias emocionales. La evaluación rigurosa es esencial para proporcionar información acerca de cómo se encuentra la formación en educación emocional, por lo que los instrumentos presentados se basan en diversos modelos de inteligencia emocional y competencias emocionales, y se justifican las razones para preferir los instrumentos de autoinforme sobre los neurofisiológicos.

Además, se ofrecen recomendaciones para la elaboración de estos instrumentos, destacando la importancia de la sensibilidad, validez y fiabilidad. Las contribuciones de este trabajo son valiosas pues nos permitirá identificar el estado de las emociones en cualquier nivel y ámbito, además nos proporciona herramientas (cuestionarios, autoinformes, test, entrevistas, observación, etc.) y metodologías (inventarios, autoinformes o test.) para evaluar de manera efectiva las emociones, competencias emocionales y habilidades emocionales en cualquier momento que se requiera.

Pues todos los aspectos mencionados anteriormente forman parte de la educación emocional lo que es crucial para validar y mejorar los programas educativos en este campo, lo que nos lleva a tener en cuenta instrumentos de evaluación emocional tales como los cuestionarios con escalas de Likert que se muestran los más pertinentes y eficaces a la hora de evaluar nuestras emociones.

En la investigación de Pérez-Escoda y Filella-Guiu (2019) en España nos ofrece pautas para la instauración práctica de programas de educación emocional en centros educativos de cualquier nivel. Propone objetivos y contenidos curriculares adecuados para trabajar con personas de 3 a 16 años, y considera sobre las competencias a desarrollar, las metodologías y estrategias didácticas adecuadas, así como los criterios para la elaboración

de estos programas. Esta investigación contribuye a nuestra investigación al proporcionar un marco estructurado y práctico para diseñar e implementar programas educativos, destacando la importancia de adaptar los contenidos y metodologías a diferentes edades y contextos, subrayando la necesidad de preparar a los estudiantes para la vida a través del desarrollo integral de sus emociones. Dentro de esta investigación nos llamó la atención la mención de una propuesta de secuenciación de los contenidos de la educación emocional la misma que pone a conocimiento el tratar diversos temas de educación emocional con estudiantes de distintas edades lo que nos ayudaría a trabajar temas específicos con alumnos de edades determinadas.

La investigación realizada por Fernández-Berrocal y Cabello (2020) en España destaca la influencia y relevancia de la Inteligencia Emocional (IE) como fundamento de la educación emocional. Se describe el modelo de IE como habilidad y se resaltan sus ventajas sobre otros modelos como el de Daniel Goleman para su aplicación en la educación emocional tanto en la sociedad como en la escuela. Además, se presenta evidencia científica que demuestra los beneficios de la educación emocional en el ámbito escolar, subrayando su impacto positivo en la salud y la felicidad, la convivencia escolar y el rendimiento académico.

Esta investigación también introduce los programas de educación emocional RULER e INTEMO/INTEMO+, diseñados según el modelo de habilidad de Mayer y Salovey, que muestran cómo una educación emocional adecuada y bien implementada mejora significativamente la calidad y el bienestar de la vida sociofamiliar y académica del alumnado. Esta investigación destaca programas respaldados por evidencia de mejoras en la calidad de vida sociofamiliar y académica de los estudiantes al igual que proporcionan una guía valiosa y comprobada para desarrollar intervenciones que promuevan el bienestar emocional y el rendimiento académico. Por lo tanto, esta investigación no solo refuerza la base teórica del estudio, sino que también proporciona herramientas prácticas como el programa RULER y estrategias de implementación esta última nos pareció importante e innovadora para nuestro estudio la misma que puede ser adaptada y aplicada en nuestra investigación para maximizar su impacto y efectividad.

2.1. Antecedentes Nacionales

En la investigación de Palma-Delgado y Barcia- Briones (2020) se propuso analizar la relación entre los estados emocionales y el rendimiento académico de los estudiantes en Portoviejo, Ecuador. Para ello, se utilizó una metodología basada en la compilación bibliográfica desde un enfoque interpretativo-deductivo, bajo el tipo de investigación documental-bibliográfica. Se llevó a cabo una revisión bibliográfica de 25 textos académicos

publicados entre los años 2015 y 2020, con la inclusión de trabajos anteriores que abordaran la relación entre estados emocionales y desempeño académico, basándose en criterios de aportes, pertinencia y relevancia.

Los resultados de esta revisión revelaron una correlación entre los estados emocionales y el rendimiento académico, destacando que estados emocionales favorables conducen a altas calificaciones, mientras que estados emocionales desfavorables pueden influir en bajas calificaciones. Esta investigación subraya la importancia de los estados emocionales en el éxito académico y propone una educación emocional desde la infancia para el desarrollo de habilidades emocionales, destrezas y competencias que contribuyan a la formación de estudiantes emocionalmente saludables, mejorando así la calidad de la educación emocional. Por lo tanto, este estudio proporciona evidencia valiosa que respalda nuestra investigación al destacar la relevancia de abordar los estados emocionales en el contexto académico y proponer estrategias concretas para promover el bienestar emocional de los estudiantes desde una edad temprana.

La investigación de Sanmartín-Ureña y Tapia-Peralta (2023) en Loja- Ecuador se centra en la integración de habilidades de inteligencia emocional en el currículo escolar como un aspecto crucial de la educación emocional. Se define la inteligencia emocional como el conjunto de habilidades que permiten manejar las emociones de manera efectiva, mientras que la educación emocional es el proceso educativo que enseña y desarrolla esas habilidades. Juntas, estas dos dimensiones son esenciales para el bienestar personal y social contribuyendo a formar individuos más equilibrados, empáticos y capaces de enfrentar los desafíos emocionales de la vida. Así mismo es importante señalar que la educación emocional es fundamental para desarrollar la inteligencia emocional porque actúa como el medio a través del cual se cultiva y se potencia la inteligencia emocional en las personas.

Se argumenta que, desarrollar habilidades como el reconocimiento y regulación emocional, la construcción de relaciones saludables y el manejo del estrés permite a los estudiantes mejorar su bienestar psicológico. Esto se refleja en una mayor autoestima, una mejor gestión del estrés y relaciones interpersonales más positivas, asimismo, se resalta que la educación emocional influye favorablemente en el desempeño académico ya que los estudiantes que reciben esta formación muestran mayor motivación, concentración y resiliencia ante los retos escolares.

También se enfatiza en que la educación emocional favorece el desarrollo de habilidades sociales y de comunicación, favoreciendo un clima de aprendizaje positivo y colaborativo, por lo tanto, la información desarrollada en esta investigación fortalece a nuestro

estudio al resaltar la importancia de integrar estas habilidades en el currículo escolar para promover el bienestar integral de los estudiantes y crear entornos educativos más saludables y respetuosos.

En esta investigación realizada por Arroba-López, Ballesteros- Cascos et al., (2022) se aborda la relevancia y el impacto de la educación emocional dentro del sistema educativo del Ecuador reconociendo su papel integral en el desarrollo social y emocional de los estudiantes, se destaca cómo la educación emocional influye en el desarrollo emocional y, por ende, en el crecimiento socioemocional y evolutivo de cada individuo. El objetivo principal del estudio es examinar la inclusión y los alcances de la educación emocional en el currículo educativo ecuatoriano al igual que busca comprender cómo la educación emocional contribuye al aprendizaje significativo dentro del sistema educativo ecuatoriano y cómo esto repercute en la formación de adultos responsables y emocionalmente saludables, capaces de enfrentar los desafíos sociales y contribuir positivamente a la sociedad.

En resumen, esta investigación busca resaltar la relevancia y los beneficios de la educación emocional en el contexto educativo ecuatoriano, enfatizando su rol en la formación integral de los estudiantes y su impacto en la construcción social. De esta manera proporciona una base sólida y necesaria para el estudio en educación emocional al destacar la importancia, los beneficios y los alcances que esta tiene en el contexto educativo ecuatoriano lo que contribuye a nuestra investigación de forma significativa pues dichas características y objetivos de la educación emocional, al ser implementadas favorecen el desarrollo de una comunicación clara y afectiva, una toma de decisiones acertada al igual que una mejor resolución de conflictos. Además, contribuyen a prevenir situaciones disfuncionales, fortalecer un autoconcepto realista, mejorar la autoestima, fomentar la capacidad de adaptación y promover una actitud positiva. En conjunto, estos aspectos se traducen en un mayor bienestar emocional y social.

La investigación realizada por Granda-Granda y Granda-Carrión (2021) en Loja-Ecuador examina la educación emocional y su impacto en el proceso de aprendizaje durante la pandemia, enfocado en familiares y maestros de la escuela IV Centenario en Loja, Ecuador, su objetivo principal es revelar cómo la educación emocional contribuye al bienestar en el proceso de aprendizaje durante estos tiempos difíciles. Se fundamenta en referentes teóricos como Steiner y Perry (1997) y Bisquerra (2000), citado en Vivas García (2003). La metodología empleada es cualitativa, orientada hacia la comprensión profunda de los fenómenos educativos, utilizando entrevistas semiestructuradas dirigidas a padres de familia y docentes, y el análisis se basa en la triangulación de cinco categorías emergentes.

Las conclusiones resaltan la importancia de integrar la educación emocional con el proceso de aprendizaje para promover el bienestar durante la pandemia, señalando que su ausencia puede resultar en trastornos emocionales como miedo, ansiedad y depresión. Por lo tanto, esta investigación proporciona evidencia sobre la importancia de integrar la educación emocional en el proceso de aprendizaje no solo durante la pandemia sino en todo momento enriqueciendo nuestra investigación al resaltar cómo esta integración genera bienestar en familiares y maestros.

En esta investigación realizada por Cedeño-Tuarez et al., (2022) en Manta- Ecuador se centra en la creciente importancia de la educación emocional en el aprendizaje de los estudiantes, resaltando su influencia en el trabajo en equipo, liderazgo, relaciones interpersonales y vida laboral destaca cómo la educación emocional mejora el aprendizaje, promueve habilidades de liderazgo y facilita una comunicación efectiva, lo que tiene un impacto significativo en la vida en general. La investigación busca comprender la relación entre el aprendizaje significativo y la educación emocional en el contexto educativo, con el objetivo de proporcionar una base sólida para el diseño de cursos que promuevan experiencias de aprendizaje significativas y emocionalmente relevantes para los estudiantes.

Esta investigación nos ofrece un valioso aporte al resaltar la importancia de integrar la educación emocional en el proceso de aprendizaje de los estudiantes al evidenciar cómo la educación emocional mejora el trabajo en equipo, liderazgo, relaciones interpersonales y vida laboral, fortalece la comprensión de cómo estas habilidades emocionales influyen en el rendimiento académico y el desarrollo integral de los estudiantes.

3. CAPÍTULO 3: Fundamentación Teórica

En esta sección se desarrollará un análisis profundo sobre la importancia y el abordaje de la educación emocional. Posteriormente, se examinará cómo la educación emocional se aborda en el ámbito educativo, destacando aspectos como el reconocimiento y la expresión de emociones, el fomento de la empatía, el autoconocimiento, y la resolución de conflictos y habilidades sociales. También se analizará el rol docente y su relación con la educación emocional y finalmente se explorará el estado actual de la educación emocional dentro del sistema educativo ecuatoriano de Educación General Básica, incluyendo las propuestas y políticas públicas vigentes, así como la integración de la educación emocional en el currículo y las características de los contenidos relacionados.

3.1. Enfoques de la Educación Emocional

La educación emocional es un campo que ha ganado relevancia en los últimos años gracias a su capacidad de transformar la manera en que las personas manejan y comprenden sus emociones. Su implementación no solo mejora las competencias emocionales individuales, sino que también contribuye a generar relaciones interpersonales más saludables y contextos educativos más empáticos. En este sentido, es importante explorar los enfoques teóricos que han sentado las bases de la educación emocional, con el fin de comprender sus fundamentos.

Pues bien, los trabajos de Salovey y Mayer (1990) Goleman (1995) y Bisquerra (2000) han destacado internacionalmente por su abordaje de la educación emocional. A continuación, desarrollaremos algunos de sus aportes más relevantes.

El modelo de Peter Salovey y John Mayer (1990) establece las bases para la educación emocional definiendo primero la inteligencia emocional como la habilidad de las personas para percibir, expresar, comprender, razonar y regular las emociones propias y ajenas. Su enfoque se articula en cuatro etapas: percepción de las emociones, asimilación emocional, comprensión emocional y reflexión emocional. Aunque su modelo es individualista y autodidacta, promueve la idea de que un conocimiento profundo y una gestión eficaz de las propias emociones las cuales son esenciales para mejorar las relaciones interpersonales, en pocas palabras este enfoque enfatiza el desarrollo personal como paso previo para una mejor interacción con los demás.

Por otro lado, el modelo de Daniel Goleman (1995) amplía la perspectiva de la educación emocional al incluir un énfasis significativo en las competencias interpersonales. Goleman define la inteligencia emocional a través de cinco etapas: autoconocimiento, gestión emocional, automotivación, empatía y habilidades sociales. Este modelo subraya la importancia del autoconocimiento y la gestión emocional para mantener relaciones interpersonales saludables. A diferencia de Salovey y Mayer, Goleman aborda la educación emocional de manera más concreta en contextos educativos y organizacionales, sugiriendo que la alfabetización emocional es esencial para el desarrollo integral de los estudiantes.

Por su parte, Rafael Bisquerra (2000, 2010) introduce una visión integral y organizada de la educación emocional en el ámbito educativo en donde argumenta que la educación emocional debe ser una prioridad en los sistemas educativos para garantizar un desarrollo integral del individuo. Su modelo comprende cinco fases: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencias sociales y competencias para la vida y el bienestar. Este enfoque se distingue por su integración directa de la educación emocional

abordando no solo el desarrollo cognitivo, sino también los aspectos sociales, emocionales, morales y físicos del estudiante proponiendo una educación emocional desde una perspectiva holística y aplicada en el aula.

Siendo así podemos decir que, los modelos de Salovey y Mayer, Goleman, y Bisquerra se interrelacionan en un objetivo común el de promover la educación emocional. Mientras que Salovey y Mayer proporcionan la base teórica y científica del concepto enfocándose en el desarrollo individual, Goleman amplía este enfoque al contexto interpersonal y organizacional resaltando la alfabetización emocional como un componente esencial en la educación y Bisquerra por su parte, adapta y expande estos conceptos para crear un modelo educativo integral que busca incluir la educación emocional en todos los niveles del sistema educativo. Estos modelos, juntos, ofrecen una comprensión completa y aplicable de la educación emocional, abarcando desde la auto reflexión individual hasta la implementación en programas educativos y de desarrollo organizacional.

Haciendo énfasis en Bisquerra (2000) el mayor exponente de la educación emocional define la misma como: “Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral.” (Bisquerra, 2000, p. 243). Pues bien, para lo mencionado anteriormente se plantea el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con el propósito de capacitar al sujeto para confrontar mejor los retos que se le presenten en la vida cotidiana. Todo ello tiene como intención fomentar el bienestar personal y social del individuo en cuestión.

Ahora bien, recopilando la información anterior, según Machado, (2022) la educación emocional surge de los conceptos de la inteligencia emocional y de la creciente necesidad de la humanidad de medir, desarrollar y optimizar la gestión de las emociones, la misma está dirigida a mejorar y potenciar las competencias emocionales tanto a nivel personal como interpersonal. Reflexionar sobre este tema requiere una comprensión clara de inteligencia emocional, las competencias emocionales y la educación emocional como tal. Por lo tanto, la primera expresa la capacidad de manejar o regular adecuadamente las emociones mientras que la segunda a los conocimientos, habilidades y actitudes necesarias para expresar y gestionar de manera asertiva los diferentes acontecimientos emocionales, y la tercera se explica como el conjunto de actividades o acciones pedagógicas enfocadas en el avance y perfeccionamiento de estas competencias emocionales.

Lo anterior nos lleva a el propósito de la educación emocional que según Bisquerra (2000) es el desarrollo de habilidades emocionales, lo que involucra la formación de

programas sustentados en teorías para llevarlos a la práctica lo que precisa que las instituciones educativas dispongan de docentes debidamente capacitados y recursos curriculares direccionados hacia la educación emocional.

3.2. Competencias de la Educación Emocional

Como ya lo hemos mencionado anteriormente la educación emocional se ha consolidado como un componente completamente esencial en el ámbito educativo, reconociendo que el desarrollo integral de los estudiantes no puede limitarse a la adquisición de conocimientos académicos. La educación emocional tiene por objetivo principal el desarrollo de competencias emocionales en donde entendemos las competencias emocionales como: “El conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales” (Bisquerra, 2011, p. 11).

Estas competencias son cruciales para fomentar un ambiente de aprendizaje saludable, promover el bienestar personal y social, y preparar a los estudiantes para enfrentar los desafíos emocionales de la vida cotidiana. En este contexto, explorar las diversas dimensiones de la educación emocional nos permite entender cómo estas influyen en la formación de individuos emocionalmente inteligentes y socialmente responsables.

Por lo tanto, a continuación, mencionamos las competencias clave que son fundamentales para el desarrollo integral del individuo basándonos en el modelo de Bisquerra (2000):

Tabla 1

Competencias Emocionales Fundamentales

Competencia	Descripción
Conciencia emocional	Capacidad para identificar y comprender nuestras propias emociones y las de los demás, reconociendo los estados anímicos, desencadenantes y efectos.

Regulación emocional	Habilidad para gestionar y controlar las emociones de manera adecuada y constructiva, manteniendo el equilibrio emocional y facilitando el bienestar.
Autonomía emocional	Incluye autoestima, optimismo, responsabilidad, actitud crítica y disposición para buscar ayuda. Es esencial para la autogestión emocional y el desarrollo personal.
Competencias Sociales	Capacidad para interactuar de manera efectiva, mantener buenas relaciones y comunicarse de manera clara y respetuosa, incluyendo habilidades en la resolución de conflictos.
Competencias para la Vida y el Bienestar	Habilidades necesarias para adaptarse a situaciones, manejar el estrés y resolver conflictos, con el fin de mantener relaciones interpersonales saludables y lograr bienestar personal y social.

Nota. Elaboración propia a partir de Bisquerra (2000)

Cada una de estas competencias son cruciales para el desarrollo de la educación emocional, contribuyendo a una mejor comprensión y gestión de las emociones propias y ajenas, y mejorando significativamente las interacciones y relaciones interpersonales. Dicho lo anterior podemos decir que la educación emocional se enfoca en el desarrollo de competencias emocionales, por lo tanto, es fundamental para el desarrollo integral de los individuos desde la infancia donde las competencias emocionales incluyen un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular adecuadamente los fenómenos emocionales que se presenten.

Según Bisquerra (2001) la educación emocional propone: “El desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad

aumentar el bienestar personal y social" (p.5.), por lo tanto, destacamos la importancia de la educación emocional desde edades tempranas y el desarrollo de estas durante toda su etapa escolar ya que es algo crítico para el desarrollo emocional, pues aquí los niños empiezan a formar su identidad emocional y a aprender cómo gestionar sus emociones. Lo que nos lleva a la conciencia emocional que permite a los niños identificar y nombrar sus emociones, lo cual es el primer paso para manejarlas de manera efectiva. Por ejemplo, un niño que puede reconocer que está enojado puede aprender a expresarlo de manera constructiva en lugar de actuar impulsivamente, así que, la educación emocional prepara a los niños para enfrentar la vida con una actitud equilibrada y resiliente, promoviendo su bienestar a largo plazo.

En nuestra tesis hemos mencionado las Habilidades Clave para el Desarrollo Integral, pero es importante aclarar primero qué es el enfoque integral y por qué es tan relevante en el contexto de la educación emocional. Cuando hablamos de un enfoque integral en educación, nos referimos a una manera de enseñar que no se centra solo en los conocimientos académicos (como matemáticas o lengua y literatura), sino que considera al estudiante como un ser completo. Es decir, se toman en cuenta todas las dimensiones de su desarrollo: la parte intelectual, emocional, social, física y ética.

Aplicar este enfoque significa reconocer que cada niño o niña no solo necesita aprender contenidos escolares, sino también desarrollar habilidades para conocerse a sí mismo, manejar sus emociones, relacionarse con los demás, tomar decisiones responsables y vivir de manera equilibrada. Aquí es donde la educación emocional toma un papel fundamental, ya que aporta herramientas para que los estudiantes puedan crecer de forma sana y armoniosa en todos los aspectos de su vida.

Por eso, más allá de mencionar las Habilidades Clave para el Desarrollo Integral, debemos entender que estas forman parte de una visión más amplia: la formación de personas que no solo sepan, sino que también sientan, se comuniquen, colaboren, reflexionen y actúen de forma consciente y empática. El enfoque integral busca justamente eso: preparar a los niños para la vida, no solo para aprobar exámenes.

En síntesis, la educación emocional es esencial porque establece las bases para un desarrollo emocional saludable y equilibrado. Las competencias emocionales que se adquieran no solo beneficiarán el bienestar inmediato de los niños, sino que también los preparan para enfrentar los desafíos futuros de manera efectiva. Por esta razón, la educación emocional debe ser una parte integral de la educación primaria y secundaria, extendiéndose a lo largo de todo el ciclo vital y en diversos contextos como la familia, las organizaciones y los medios socio comunitarios.

3.3. El abordaje de la Educación Emocional desde el Ámbito Educativo

La educación emocional dentro del ámbito educativo se presenta como una herramienta clave para el desarrollo integral de los estudiantes, integrando aspectos cognitivos, sociales y emocionales en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Su inclusión en las aulas busca no solo mejorar el rendimiento académico, sino también fomentar el bienestar emocional y la convivencia armónica entre los estudiantes. A continuación, se explorarán las estrategias, teorías y metodologías que sustentan el abordaje de la educación emocional en el entorno escolar, así como su impacto en el desarrollo personal y colectivo.

Según López-Pereyra et al., (2020) el contexto educativo también aporta una estabilidad en el desarrollo psicosocial de las niñas y los niños. Por lo tanto, la educación emocional en el ámbito educativo se fundamenta en la premisa fundamental de que las emociones son componentes esenciales de nuestra experiencia diaria y, por lo tanto, deben ser educadas desde las primeras etapas de la vida para facilitar un desarrollo integral y una convivencia armoniosa consigo mismo y con los demás. Desde que nacemos, las emociones nos guían a través del llanto como primer lenguaje de comunicación y más tarde al aprender a hablar, se hace crucial dar nombre y comprender lo que sentimos. En este sentido, el adulto o educador desempeña un papel vital al ayudar al niño a expresar sus emociones de manera adecuada, modelando comportamientos emocionales positivos que el niño imitará.

Mientras que Amaya-Mendoza (2021) argumenta que se ha tomado conciencia de parte de los profesionales de la educación que las habilidades meramente cognitivas no son suficiente para alcanzar un rendimiento académico satisfactorio en el alumnado, deben discutir el establecer una formación integral para ir descubriendo e impulsando talentos en la población estudiantil; dicha formación puede tomar como eje aspectos emocionales en las aulas.

De esta forma podemos decir que, dentro del contexto de la educación la importancia de la educación emocional se ha destacado cada vez más como un componente crucial para el desarrollo integral de los estudiantes, pues este enfoque no se limita únicamente a la transmisión de conocimientos académicos, sino que también abarca la formación de habilidades emocionales y sociales fundamentales que son esenciales para la vida personal y profesional. Desde las primeras etapas de la infancia, los niños y jóvenes enfrentan una variedad de emociones complejas que impactan significativamente en su bienestar y en su capacidad para aprender y relacionarse con los demás.

En un entorno educativo que a menudo prioriza el rendimiento académico y las habilidades cognitivas, la educación emocional ofrece un contrapeso necesario al enfocarse

en el bienestar emocional y social de los estudiantes. Para (Vivas-Gallego et al., 2007) resaltan la relevancia y las estrategias de la educación emocional en el contexto educativo actual, destacando su impacto en el desarrollo integral de los estudiantes y su preparación para enfrentar los desafíos emocionales y sociales a lo largo de sus vidas.

3.3.1. Competencias Clave en la Educación Emocional y su Desarrollo en el Ámbito Escolar

La educación emocional en el ámbito escolar se centra en desarrollar competencias esenciales que permiten a los estudiantes gestionar sus emociones, fortalecer sus relaciones interpersonales y afrontar los desafíos de la vida de manera efectiva. Este apartado aborda diversas habilidades clave, como el reconocimiento y la expresión emocional, la empatía, el manejo del estrés, la resolución de conflictos, el autoconocimiento y la autoestima. A través de estrategias pedagógicas prácticas, se busca integrar estas competencias en el currículo escolar, promoviendo el bienestar integral de los estudiantes y creando un entorno educativo más positivo y enriquecedor.

Por lo tanto, Bisquerra, (2011) propone diversas pautas para enfrentar diferentes competencias de la educación emocional, desde el autoconocimiento y la autoestima hasta la resolución de conflictos y las habilidades sociales, subrayando su papel crucial en la formación de individuos equilibrados y empáticos en la sociedad contemporánea, por lo que establecen varias sugerencias para la gestión y control de emociones, las mismas que se detallan a continuación:

Tabla 2

Pautas para Enfrentar Competencias de la Educación Emocional.

Competencia	Descripción	Estrategias en el ámbito educativo
Reconocimiento y Expresión de Emociones	Habilidad para identificar y expresar emociones propias y ajenas de manera adecuada. Esta competencia fomenta una reflexión activa sobre las emociones.	- Uso de diarios emocionales para registrar y reflexionar sobre emociones. - Sesiones de discusión abierta en clase sobre experiencias emocionales.

Fomento de la Empatía y la Comprensión Emocional	Capacidad para comprender y compartir los sentimientos de los demás, promoviendo relaciones saludables y resolución de conflictos constructivos.	- Programas que promueven el entendimiento de emociones ajenas. - Actividades que respetan las diferencias individuales para fortalecer la empatía y colaboración en la comunidad escolar.
Manejo del Estrés y la Ansiedad	Técnicas para gestionar el estrés y la ansiedad de forma saludable, promoviendo el bienestar y el enfoque en el aprendizaje.	- Integración de ejercicios de respiración profunda y meditación guiada. - Métodos vivenciales y participativos adaptados al entorno y la historia personal de los estudiantes.
Resolución de Conflictos y Habilidades Sociales	Competencia para manejar conflictos de manera constructiva y fomentar interacciones sociales positivas y respetuosas.	- Prácticas como la negociación, mediación entre pares y el diálogo abierto. - Enseñar habilidades sociales para fortalecer la cohesión del grupo y el respeto mutuo.
Autoconocimiento y autoestima	Capacidad para reconocer fortalezas y limitaciones, desarrollar una imagen positiva de sí mismo y gestionar relaciones efectivas.	- Actividades que destaquen logros individuales y grupales. - Uso de afirmaciones positivas y establecimiento de metas alcanzables.

Nota. Elaboración propia a partir de Bisquerra (2011).

De igual forma (Vivas-Gallego et al., 2007) afirman que el autocontrol emocional no elimina la posibilidad de enfrentarse a situaciones conflictivas en la vida diaria; más bien, se enfoca en superar los bloqueos emocionales que tales situaciones pueden provocar. La clave radica en contemplar y controlar las emociones negativas para que no desplacen a las positivas.

Algunas personas tienen una habilidad innata para enfrentar positivamente las tensiones emocionales, mientras que otras pueden encontrar este desafío más difícil y, a menudo, recurren a la evitación o el escape, estrategias que no resuelven las fuentes del conflicto y que eventualmente debilitan la integridad emocional. Por lo que se recomienda:

- Auto conocerse a través de la propia reflexión para identificar las emociones positivas y negativas que experimentamos.
- Controlar la expresión de las emociones negativas y promover la expresión de las emociones positivas, esto favorece nuestro bienestar personal y las relaciones con los otros.

Asimismo, es importante desarrollar autoestima la misma que puede beneficiarse de la práctica de afirmaciones positivas y el establecimiento de metas alcanzables. Las afirmaciones positivas son declaraciones que repetimos para nosotros mismos con el fin de reforzar una imagen positiva de nuestras capacidades y valores. Por ejemplo, frases como "Soy capaz de manejar mis emociones" o "Confío en mis habilidades para superar los desafíos" pueden ser poderosas herramientas para fortalecer la autoestima (Vivas-Gallego et al., 2007).

Así que, al desarrollar todos los aspectos aquí mencionados de la educación emocional en el currículo escolar no solo se contribuye al desarrollo académico de los estudiantes, sino que también los prepara para enfrentar los desafíos emocionales y sociales de la vida. Al proporcionarles las habilidades y herramientas necesarias para reconocer y gestionar sus emociones, fomentar la empatía, manejar el estrés, mejorar la autoestima, resolver conflictos y mejorar sus habilidades sociales, las escuelas pueden jugar un papel fundamental en el bienestar integral de los estudiantes y en la creación de entornos educativos enriquecedores y positivos.

3.4. El Rol Docente en el Ámbito de la Educación Emocional

La educación emocional es un pilar fundamental en el desarrollo integral de los estudiantes, cuyo éxito depende en gran medida de la habilidad y actitud del educador para crear un entorno propicio de seguridad, respeto y confianza dentro y fuera del aula. Así

también es importante destacar que el educador puede influir positivamente en el bienestar emocional de los niños y jóvenes a través de sus actitudes, comportamientos y prácticas pedagógicas.

Pues bien, para (López-Cassá,2011) el educador despliega un papel crucial al actuar como modelo emocional para los estudiantes a través de su tono de voz, gestos, contacto físico y expresiones faciales, el educador transmite emociones que pueden impactar profundamente en el estado anímico de los estudiantes un tono de voz suave y tranquilo, acompañado de un contacto físico relajado, comunica calma y seguridad, elementos esenciales para fomentar un ambiente emocionalmente seguro en el aula.

Por lo mencionado anteriormente es importante que el educador permita y valide las emociones de los estudiantes sin imponer prohibiciones, cada niño tiene derecho a expresar sus emociones ya sean positivas o negativas, como tristeza, alegría, enfado o malestar. Así también es crucial evitar o minimizar las emociones negativas que puedan surgir ya que esto puede invalidar la experiencia emocional del estudiante y dificultar su aprendizaje emocional, vivir tanto las emociones positivas como las negativas es esencial para un desarrollo emocional saludable. Hay que tener presente que sentir miedo, angustia, culpa o vergüenza es tan natural como experimentar alegría, felicidad o amor, por lo tanto, el educador debe hablar de las emociones con naturalidad, sin dramatizaciones, fomentando así un ambiente donde los estudiantes se sientan cómodos para expresar y explorar sus propios sentimientos.

Según (Cedeño-Tuarez, et al., 2022) señalan que la educación emocional juega un papel importante en el desarrollo de actitudes prosociales, el funcionamiento de los individuos en la comunidad local y en la construcción de la sociedad civil. Es por esto que el educador debe reconocer y validar las emociones tanto propias como ajenas pues esto es fundamental para fortalecer las habilidades emocionales de los estudiantes el respeto por las emociones y sentimientos contribuye significativamente a mejorar las relaciones interpersonales y fortalecer la autoestima.

Dicho de esta manera (Bisquerra y Chao – Rebolledo, 2020) afirman que la educación emocional es un proceso educativo continuo y permanente y, por lo tanto, debe estar presente a lo largo de la educación formal, dentro del currículo escolar, desde la educación inicial hasta la educación superior; pero también tendría que permear los espacios formativos no formales, como la familia o las agrupaciones sociales y la formación continua en la vida adulta, es decir, la educación emocional es un proceso continuo que debe estar presente tanto en la educación formal desde la infancia hasta la universidad, como en los espacios no formales, como la familia y las relaciones sociales. No se limita a las aulas ya que las emociones son parte

esencial de la vida y aprender a gestionarlas y comprenderlas nos ayuda a vivir mejor en todas las etapas, este aprendizaje es constante y nos sigue formando incluso en la adultez.

Además, Granados y Sánchez (2020) manifiestan que, es evidente que ya no puede seguirse posponiendo el proyecto de una formación emocional de los niños. La escuela debe amoldarse a estas situaciones y buscar cambios que respondan a las nuevas necesidades sociales, por lo que el educador ayude a los estudiantes a regular sus emociones desde temprana edad, los niños deben aprender que sentir una emoción no implica actuar sobre ella de manera impulsiva o destructiva. Por ejemplo, enseñarles que la ira puede gestionarse sin recurrir a la violencia es crucial para el desarrollo de habilidades emocionales saludables. Así mismo el educador debe fomentar la empatía y la comprensión hacia los demás, ayudar a los estudiantes a considerar las perspectivas y emociones de los demás contribuye a mejorar las habilidades sociales y fortalecer las relaciones interpersonales.

Pues bien, Machorro-Cabello y Valdez-Fuentes (2019) aseguran que el docente tiene un papel importante en ese proceso de aprendizaje de los estudiantes, pues si gestiona adecuadamente sus emociones, los estudiantes se percatarán de ello y desearán aprender para gestionar adecuadamente sus emociones, lo cual tributará a su aprendizaje significativo, pues un estudiante motivado deseará aprender.

Así pues, por lo mencionado es crucial establecer la relación directa entre la educación emocional y el bienestar de los estudiantes por lo que el rol del educador es fundamental en este proceso como modelos y guías, los docentes deben poseer competencias emocionales desarrolladas para servir como ejemplos efectivos a seguir por parte de los estudiantes. Esto implica una sensibilización y formación continua en habilidades emocionales, facilitando así un ambiente educativo que promueva la seguridad, el respeto y la confianza entre los estudiantes.

También Bisquerra (2012) afirma que es importante tener en cuenta enseñar a los niños técnicas de regulación emocional, como la respiración profunda o la reflexión sobre sus sentimientos, les proporciona herramientas que pueden utilizar a lo largo de su vida, al igual que fomentar la autogestión personal, la autoestima y el optimismo en los niños les ayuda a convertirse en individuos autosuficientes y proactivos. La capacidad de ser responsable y mantener una actitud crítica y positiva frente a las situaciones que enfrentan es esencial para su desarrollo personal y social. Además, la disposición para buscar ayuda cuando sea necesario es una parte importante de la autonomía emocional, enseñando a los niños que está bien pedir apoyo cuando lo necesiten.

Con los ejemplos mencionados anteriormente comprendemos que la educación emocional es esencial porque establece las bases para un desarrollo emocional saludable y equilibrado. Las competencias emocionales adquiridas en los primeros años de vida no solo benefician el bienestar inmediato de los niños, sino que también los preparan para enfrentar los desafíos futuros de manera efectiva.

Por esta razón, la educación emocional debe ser una parte integral de la educación infantil, así como de la educación primaria y secundaria, extendiéndose a lo largo de todo el ciclo vital y en diversos contextos como la familia, las organizaciones y los medios socio comunitarios, así también es crucial que los aprendizajes no se limiten al entorno escolar, sino que se extiendan a la familia, actividades extracurriculares y tiempo libre, reconociendo que el desarrollo de competencias emocionales debe integrarse de manera continua a lo largo de toda la vida.

En conclusión, la educación emocional requiere un compromiso integral por parte de los educadores para cultivar un entorno donde los estudiantes puedan expresar libremente sus emociones, aprender a regularlas y desarrollar una comprensión empática hacia sí mismos y hacia los demás, pues al adoptar una la práctica efectiva de la educación emocional requiere que el educador no solo comprenda y aplique estos principios en su labor diaria, sino que también los internalice y refleje en todas sus interacciones con los estudiantes. Al hacerlo, el educador no solo fomenta al bienestar emocional y social de los estudiantes, sino que también les brinda herramientas valiosas para navegar de manera efectiva por sus propias emociones a lo largo de la vida.

3.5. La Educación Emocional dentro del Sistema Educativo Ecuatoriano de Educación General Básica.

Dentro de este contexto en Ecuador el currículo educativo tiene una fundamentación legal, con el derecho a la educación establecido desde la Constitución de la República del Ecuador (2021) en su artículo 26; y en la Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI, 2017) en el artículo 2, literal w, donde se garantiza el derecho a una educación de calidad y adecuada en todos los niveles educativos. Además, esta Ley plantea en el artículo 22, literal c, (LOEI, 2021) la formulación e implementación de políticas educativas y el currículo nacional obligatorio en los distintos niveles y modalidades.

Tal como lo dicta la ley en el artículo 22, literal c.

“Formular e implementar las políticas educativas, el currículo nacional obligatorio en todos los niveles y modalidades y los estándares de calidad de la provisión educativa, de conformidad

con los principios y fines de la presente Ley en armonía con los objetivos del Régimen de Desarrollo y Plan Nacional de Desarrollo, las definiciones constitucionales del Sistema de Inclusión y Equidad y en coordinación con las otras instancias definidas en esta Ley" (p.29)

Así mismo, dentro de la Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI, 2021) en el artículo 3, literal g establece que se debe dar la contribución al desarrollo integral, autónomo, sostenible e independiente de las personas para garantizar la plena realización individual y la realización colectiva.

Establecido el artículo 3, literal g.

"La contribución al desarrollo integral, autónomo, sostenible e independiente de las personas para garantizar la plena realización individual, y la realización colectiva que permita en el marco del Buen Vivir o Sumak Kawsay" (p.14)

Con lo expresado en los artículos de la LOEI (2021) se destaca aunque no esté directamente mencionada la educación emocional es un componente crucial y tiene un fuerte vínculo con ella dentro del sistema educativo especialmente en la Educación General Básica (EGB) pues este enfoque busca desarrollar competencias emocionales en los estudiantes, permitiéndoles gestionar mejor sus emociones, mejorar sus relaciones interpersonales y tomar decisiones responsables, de igual manera la inclusión de la educación emocional en el currículo escolar es fundamental para promover el bienestar integral de los estudiantes, preparándolos no solo académicamente, sino también emocionalmente para los desafíos de la vida diaria.

Por lo mencionado anteriormente el currículo de los niveles de educación obligatoria (2016) es el resultado de un proyecto educativo donde intervienen los habitantes de un país, con la finalidad de promover el desarrollo y la socialización de todos, en especial de las generaciones nuevas, dentro del currículo se registran medidas del funcionamiento del sistema educativo, la planificación, las orientaciones y las pautas que deben ejecutarse para hacer frente a las demandas y evaluar si se logran los objetivos propuestos.

La intención de un currículo es responder a las demandas existentes en el aprendizaje de la sociedad por ello, debe poseer fundamentos, coherencia y ajustes a las necesidades, con todas las condiciones que garanticen el cumplimiento y la continuidad, para que se concreten todos los propósitos y se logre el proceso de enseñanza-aprendizaje con la calidad esperada.

Arroba-López (et al., 2022) mencionan que el currículo educativo ecuatoriano ha tenido dos reformas de la Educación General Básica y una del Bachillerato General Unificado. La primera se realizó en el año 1996, donde se articuló entre las prioridades transversales, las destrezas fundamentales y los contenidos mínimos obligatorios, con las orientaciones metodológicas respectivas. Así mismo para el año 2009, se dio la segunda reforma de la Educación General Básica teniendo como principios la pedagogía crítica, donde se consideró la participación del estudiante en su proceso de enseñanza-aprendizaje, con la intención de formarlo para que enfrente los problemas de la cotidianidad.

En el año 2011, se realizó el ajuste curricular para el Bachillerato General Unificado, con el objetivo de brindar al estudiantado una preparación general acorde a su edad, sustituyendo un grupo de planes para responder a una estructura que coloque al estudiante como protagonista del proceso de enseñanza. Todas estas reformas y ajustes han proporcionado un currículo ajustado a las necesidades de los estudiantes, más flexible y abierto, con miras a alcanzar los aprendizajes de manera significativa y eficiente.

Posteriormente y como más reciente tenemos el Plan Educativo: aprendamos juntos en casa (2020) en donde podemos ver que se ha incorporado el aspecto de educación emocional como parte integral del desarrollo de los estudiantes. Sin embargo, a pesar de este avance, no siempre se implementa de manera exhaustiva en todas las instituciones educativas. La educación emocional es fundamental para el bienestar integral de los estudiantes, ya que les proporciona herramientas para comprender, gestionar y regular sus emociones de manera efectiva, pues esto no solo contribuye a mejorar el clima escolar y las relaciones interpersonales, sino que también potencia el aprendizaje académico al reducir el estrés y promover un ambiente de aprendizaje positivo. Es crucial que los programas educativos no solo incluyan la educación emocional en el papel, sino que también la integren de manera activa y sistemática en todas las actividades educativas y formativas, asegurando así un desarrollo integral y equitativo para todos los estudiantes.

Hasta llegar al reciente currículo priorizado, con énfasis en competencias comunicacionales, matemáticas, digitales y socioemocionales (2021) que surge como respuesta después de la crisis sanitaria que se vivió anteriormente, el mismo ofrece una estructura educativa que no solo abarca el desarrollo cognitivo de los estudiantes, sino que también promueve su crecimiento emocional y social. En este currículo se da la inclusión de destrezas con criterios de desempeño y sus respectivos indicadores de evaluación permite una evaluación más precisa y equitativa del aprendizaje, asegurando que los estudiantes

adquieran las habilidades indispensables para desenvolverse eficazmente en la vida cotidiana y en el ámbito profesional.

Además, se desarrolla bajo un enfoque interdisciplinario resaltando las conexiones entre diferentes áreas del conocimiento y preparando a los estudiantes para enfrentar desafíos complejos con una perspectiva amplia y colaborativa. En este sentido, los elementos del currículo ecuatoriano son esenciales para formar ciudadanos competentes, críticos y comprometidos con el desarrollo sostenible y la transformación social de su comunidad y del país.

3.6. Aprendizaje Socioemocional y Educación Emocional

En la actualidad, la política educativa exige una perspectiva integral que combine tanto habilidades cognitivas como emocionales esto incluye el desarrollo de relaciones humanas respetuosas que permitan a los estudiantes identificar, entender y gestionar sus emociones, además de definir sus proyectos de vida y alcanzar sus metas. Para ello, es necesario considerar una serie de factores que orienten los contenidos, procedimientos formativos y curriculares de cada contexto y sistema educativo.

López – Cassá (2005) manifiesta que

> Educar emocionalmente significa validar las emociones, empatizar con los demás, ayudar a identificar y a nombrar las emociones que se están sintiendo, poner límites, enseñar formas aceptables de expresión y de relación con los demás, quererse y aceptarse a uno mismo, respetar a los demás y proponer estrategias para resolver problemas. p.156

Por lo tanto, la promoción de la salud mental de los niños y adolescentes es otra prioridad, que puede lograrse mediante políticas y leyes que promuevan y protejan la salud mental, apoyando a los cuidadores para que ofrezcan un cuidado cariñoso, poniendo en marcha programas escolares y mejorando la calidad de los entornos comunitarios y en línea.

Los programas de aprendizaje socioemocional en las escuelas son de las estrategias de promoción más eficaces para cualquier país, independientemente de su nivel de ingresos (Organización Mundial de la Salud, OMS, 2022). Por ende, el aprendizaje debe integrar tanto los aspectos cognitivos como los no cognitivos, es decir, los emocionales y éticos, con el objetivo de brindar igualdad de oportunidades a los niños, niñas y adolescentes del Sistema Nacional de Educación, fomentando la prevención de todo tipo de violencias y riesgos psicosociales.

3.6.1. Aprendizaje Socioemocional

Según el plan educativo: juntos aprendemos y nos cuidamos (2020- 2021) el aprendizaje socioemocional es un proceso educativo mediante el cual los estudiantes adquieren e incorporan en su vida valores, actitudes y habilidades que les facilitan el reconocimiento y gestión de sus emociones. Este enfoque les permite desarrollar una identidad propia, fomentar la empatía, colaborar con otros, establecer relaciones saludables, tomar decisiones responsables y afrontar desafíos de manera ética y constructiva.

El apoyo socioemocional es una tarea común de cada comunidad educativa, orientada a promover el bienestar integral del colectivo, a garantizar que cada niño, niña y adolescente disfrute de todos sus derechos, y al cuidado y apoyo de quienes cuidan y son garantes de estos derechos. (UNICEF, 2021). Este enfoque está alineado con las propuestas de la OMS y la (Organización Panamericana de la Salud, OPS), que promueven tanto la salud mental como emocional, y el fortalecimiento de factores protectores en niños, niñas, adolescentes y jóvenes mediante el desarrollo de habilidades para la vida.

3.6.2. Habilidades Clave de la Educación Emocional para el Desarrollo Integral de los Estudiantes

La educación emocional es un componente crucial de la formación integral de los estudiantes. Se centra en ayudar a los estudiantes a desarrollar una serie de habilidades emocionales esenciales para su bienestar y éxito en la vida. Estas habilidades son categorizadas en tres áreas complementarias entre sí, según la OMS y la OPS:

Tabla 3

Habilidades Clave para el Desarrollo Integral

Habilidades	Descripción	Componentes principales
Habilidades Sociales o Interpersonales	Capacidad para interactuar efectivamente	- Comunicación - Habilidades para la negociación/rechazo

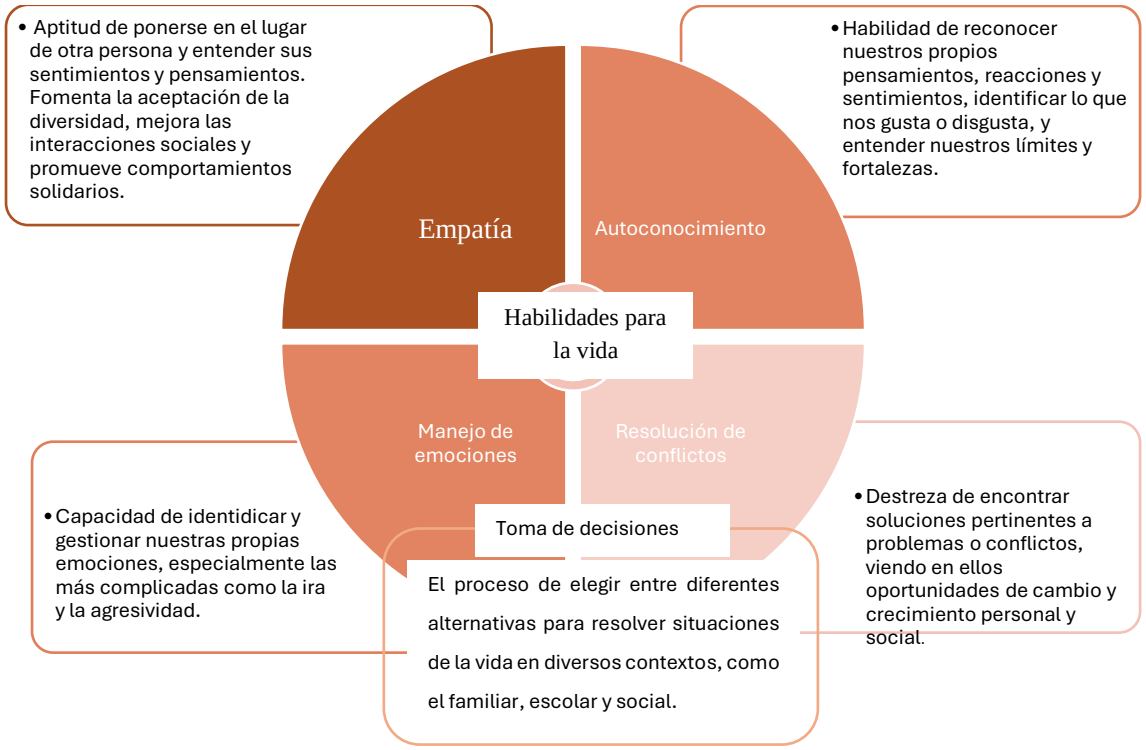
	con otros y desarrollar relaciones saludables.	- Confianza - Cooperación - Empatía
Habilidades cognitivas	Competencias relacionadas con el pensamiento crítico y la toma de decisiones para enfrentar situaciones y resolver problemas.	- Solución de problemas - Comprensión de consecuencias - Toma de decisiones - Pensamiento crítico - Autoevaluación
Habilidades para el Control de Emociones	Capacidad para manejar emociones de manera adecuada y equilibrada, promoviendo el bienestar personal.	- Manejo del estrés - Gestión de sentimientos - Control y monitoreo personal

Nota. Elaboración propia a partir de OMS (2022) y OPS (2001).

Por otro lado, en el Plan Educativo: juntos aprendemos y nos cuidamos (2020 – 2021) se han establecido cinco habilidades para la vida centradas en las destrezas emocionales de los estudiantes:

Figura 1

Habilidades para la vida



Nota. Elaboración propia a partir de Plan Educativo: juntos aprendemos y nos cuidamos (2020 – 2021)

Pues bien, con lo mencionado anteriormente podemos decir que de esta manera la propuesta de educación emocional busca mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje proporcionando una orientación pedagógica para impulsar el desarrollo integral de los estudiantes. Al integrar las habilidades socioemocionales con las cognitivas, se favorece un ambiente positivo de aprendizaje, promoviendo una interacción beneficiosa y relaciones de respeto y solidaridad dentro del grupo.

Para Bisquerra (2003), “la finalidad de la educación es el pleno desarrollo de la personalidad integral del individuo.” (p.26). Así pues, la integración de la educación emocional en el currículo oficial de Ecuador representa un avance significativo hacia un modelo de educación integral. Este enfoque no solo abarca sino mejora las competencias emocionales y sociales de los estudiantes, sino que también contribuye a su bienestar general y éxito académico.

Al preparar a los estudiantes para manejar sus emociones y relaciones de manera efectiva, la educación emocional les proporciona herramientas esenciales para enfrentar los retos del futuro y convertirse en miembros activos y responsables de la sociedad. La implementación de la educación emocional en el currículo educativo ecuatoriano garantiza que los estudiantes desarrollen las competencias necesarias para vivir de manera plena y satisfactoria, promoviendo un ambiente educativo que fomente el bienestar integral y el desarrollo humano.

3.7. Integración de la Educación Emocional en el Currículo

En los últimos años, el sistema educativo ecuatoriano ha reconocido la importancia de la educación emocional y la ha integrado de manera significativa en su currículo oficial, esta incorporación responde a la necesidad de proporcionar a los estudiantes las herramientas necesarias para enfrentar los desafíos emocionales y sociales de manera efectiva. (Arroba et al., 2022)

A continuación, analizaremos cómo se ha integrado la educación emocional en el currículo de Ecuador, destacando sus componentes y objetivos, así como las características de los contenidos específicos relacionados con esta área.

Por lo tanto, destacamos que la integración de la educación emocional en el (Currículo De Los Niveles De Educación Obligatoria, 2016) es un proceso que busca desarrollar competencias emocionales en los estudiantes de manera permanente y continua, esta integración se realiza a través de diversos componentes y objetivos que se alinean con las necesidades de desarrollo integral de los estudiantes, pues la educación emocional en el currículo ecuatoriano se enfoca en fomentar el bienestar personal y social de los estudiantes, promoviendo un aprendizaje significativo y preparándolos para enfrentar los retos futuros.

Pues bien, dicho esto uno de los principales componentes de la incorporación de la educación emocional en el currículo ecuatoriano es establecer un ambiente educativo que promueva el cuidado, la protección y el afecto este enfoque busca que los estudiantes se sientan valorados y reconocidos lo cual es fundamental para su desarrollo emocional, además, se fomenta la interacción y participación en una convivencia armoniosa, lo que contribuye a una adecuada apreciación de sí mismos y de los demás.

Por otro lado, también tenemos el Plan Nacional para el Buen Vivir (Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo - Senplades, 2017- 2021) basado en los principios de la Constitución de la República del Ecuador (2008), en donde consideramos que también juega un papel crucial en la integración de la educación emocional en el currículo este plan

enfatiza el desarrollo de los niños y niñas desde el bienestar y la satisfacción de sus necesidades. Incluye la ejecución de actividades que promuevan la alegría, el relajamiento, la espontaneidad y la vitalidad, factores que fomentan la autoconfianza, la autoestima positiva y la capacidad de establecer relaciones interpersonales significativas.

Así también dentro del marco normativo de la educación en Ecuador (LOEI, 2021) establece que los métodos de enseñanza son necesarios para que los estudiantes desarrollen competencias emocionales estos métodos están diseñados para que los estudiantes puedan vivir al máximo su potencial, lo cual se refleja en la manera en que interactúan con los demás, por mencionar entre estos beneficios se encuentran el mejoramiento de competencias emocionales y sociales, la disminución de problemas de externalización como conductas disruptivas y el consumo de drogas, la reducción de problemas de interiorización como la depresión y el estrés, el mejoramiento de actitudes y comportamientos positivos, y el aumento de calificaciones escolares.

Como sabemos la educación emocional se nutre de diversas disciplinas, incluyendo la educación emocional, las emociones positivas, el bienestar, la psicología positiva y las neurociencias. En el contexto del currículo educativo ecuatoriano (Currículo de los niveles de educación obligatoria, 2016) la educación emocional ofrece múltiples posibilidades para el progreso y desarrollo de los estudiantes la cual no solo se trata solo de mejorar el cociente intelectual, sino de alcanzar competencias emocionales que permitan un aprendizaje significativo y efectivo, lo mencionado anteriormente requiere que los docentes incorporen las emociones dentro del aprendizaje, creando un ambiente positivo y agradable para el proceso educativo.

Siendo así Verdugo-Coronel (2021) afirma que es un hecho que la educación emocional en los contextos educativos desde muy temprana edad favorece el desarrollo emocional y por tanto el aprendizaje para el logro del éxito académico de los estudiantes en todos los niveles educativos y de manera particular de los estudiantes de educación general básica. Y aquí es donde los docentes juegan un papel fundamental en este proceso en donde no solo deben impartir conocimientos, sino también contribuir al desarrollo integral de cada estudiante, preparándolos para participar activamente en la construcción de la sociedad. Los docentes deben acompañar a los estudiantes en su desarrollo afectivo, cognitivo, psicomotriz, social, identitario y autónomo, con el objetivo de potenciar las competencias emocionales y asegurar una educación de calidad.

Hernández-Padilla (2021) considera que la educación emocional es totalmente necesaria para el adecuado desarrollo personal a nivel individual y social y es muy importante

que se empiece a trabajar desde edades tempranas. Por lo tanto, la regulación emocional, la educación emocional también se enfoca en desarrollar competencias sociales y habilidades para la vida, estas habilidades son esenciales para el bienestar personal y social, y preparan a los estudiantes para enfrentar los desafíos a lo largo de su vida. La identificación y manejo de emociones es un tema fundamental en la educación emocional pues los estudiantes aprenden a reconocer sus propias emociones y las de los demás. Así que podemos decir que, el manejo adecuado de las emociones permite a los estudiantes enfrentar situaciones difíciles de manera efectiva y mantener relaciones saludables.

3.7.1. Características de los Contenidos Relacionados con la Educación Emocional en el Currículo de educación General Básica

A raíz de lo mencionado anteriormente el Ministerio de Educación de Ecuador (2021) emitió un Currículo Priorizado con un énfasis particular en competencias comunicacionales, matemáticas, digitales y socioemocionales (2021). Este documento responde a la urgencia de ajustar el sistema educativo a los requerimientos contemporáneos, proporcionando a los estudiantes las herramientas necesarias para enfrentar los desafíos del siglo XXI. El currículo se estructura por subniveles y es adaptable en modalidades presenciales, semipresenciales o a distancia, asegurando así su flexibilidad y accesibilidad.

La razón de ser de este currículo es fortalecer competencias esenciales para la vida, centrándose en cuatro áreas clave: Competencias comunicacionales, las matemáticas, la digitalización y las habilidades socioemocionales, en donde se manifiesta que cada una de estas competencias es fundamental no solo para el éxito académico, sino también para el desarrollo personal y profesional de los estudiantes.

Este enfoque tiene como objetivo proporcionar a los estudiantes las herramientas necesarias para tomar decisiones informadas, resolver problemas complejos, interactuar de manera efectiva con los demás y gestionar sus propias emociones, factores esenciales para el éxito en su vida personal y profesional, pues bien, para dar continuidad a las competencias que propone este currículo y en qué consisten las mismas detallamos a continuación:

Tabla 4

Competencias esenciales para la vida en el currículo

Competencias	Descripción
Comunicacionales	Se refieren a la capacidad de comprender y producir textos en diversos contextos. Enfatizan la lectura y escritura como herramientas fundamentales para el aprendizaje. Incluyen habilidades de escucha activa y comunicación oral.
Matemáticas	Desarrollan razonamiento lógico y crítico, habilidades para resolver problemas y tomar decisiones informadas. Se enfocan en la comprensión de conceptos matemáticos y su aplicación práctica en contextos diversos. Incluyen operaciones básicas y razonamiento matemático.
Digitales	Incluyen el uso de dispositivos digitales y aplicaciones para lectura, escritura y cálculo. Las competencias avanzadas abarcan tecnologías como inteligencia artificial y análisis de grandes datos. El pensamiento

	computacional es clave para resolver problemas complejos.
Socioemocionales	Comprenden conocimientos, habilidades y actitudes para regular emociones y establecer relaciones positivas. Se enfatiza su importancia para el bienestar emocional, la prevención de violencias y el desarrollo personal.

Nota. Elaboración propia a partir del Currículo Priorizado con un énfasis particular en competencias comunicacionales, matemáticas, digitales y socioemocionales (2021).

3.7.2. Enfoque Interdisciplinario y Multidisciplinario para el desarrollo de competencias socioemocionales

El Currículo Priorizado del Ministerio de Educación de Ecuador (2021) se organiza por áreas del conocimiento, promoviendo un enfoque interdisciplinario que resalta las conexiones entre diferentes disciplinas. Este enfoque permite una comprensión más global de los fenómenos estudiados y asegura que los estudiantes puedan abordar un tema desde diversas perspectivas teóricas y prácticas.

Las áreas de conocimiento cubiertas en el currículo incluyen Lengua y Literatura, Matemática, Ciencias Naturales, Ciencias Sociales, Lengua Extranjera, Educación Física y Educación Cultural y Artística. En el nivel de Bachillerato, estas áreas se subdividen en asignaturas más especializadas como Biología, Física, Química, Historia, Filosofía y Educación para la Ciudadanía, además del módulo interdisciplinar de Emprendimiento y Gestión.

El proceso de enseñanza y aprendizaje se aborda desde todas estas áreas, y se promueve la colaboración entre docentes y estudiantes para fomentar una educación integral. La flexibilidad pedagógica y organizativa permite a las instituciones educativas adaptar el currículo a las necesidades y características específicas de sus estudiantes y contextos sociales y culturales.

Para implementar eficazmente el Currículo Priorizado (2021), es fundamental que los docentes comprendan la importancia de las competencias comunicacionales, matemáticas, digitales y socioemocionales. La planificación micro curricular debe incluir destrezas con criterios de desempeño y objetivos claros, metodologías adecuadas e indicadores de evaluación coherentes con el nivel de aprendizaje de los estudiantes.

Las instituciones educativas tienen la autonomía para desarrollar y concretar el Currículo Priorizado, adaptándolo a las necesidades de sus estudiantes y contextos. Esto incluye la posibilidad de la integración de competencias en la planificación y la enseñanza disciplinar e interdisciplinar, propiciando un enfoque reflexivo y práctico, en donde los docentes deben fomentar la participación activa de los estudiantes y crear ambientes de aprendizaje que promuevan el desarrollo integral y el bienestar de todos los miembros de la comunidad educativa.

El Currículo Priorizado con énfasis en competencias comunicacionales, matemáticas, digitales y socioemocionales del Ministerio de Educación de Ecuador (2021) representa un avance significativo hacia una educación más integral y adaptada a las necesidades de los estudiantes. Al centrarse en estas competencias, el currículo no solo mejora las habilidades académicas de los estudiantes, sino que también contribuye a su desarrollo personal y social, preparándolos para encarar los desafíos de un mundo cada vez más complejo e interconectado.

A pesar de que el último currículo ha reconocido la importancia de la educación emocional, y de la existencia de algunos planes educativos aún existen desafíos significativos en su implementación efectiva dentro del sistema educativo. Muchas veces, las limitaciones de recursos, la falta de formación específica para los docentes en este ámbito, y las presiones académicas pueden dificultar la integración completa de la educación emocional en las prácticas educativas diarias.

Esto puede llevar a que los beneficios potenciales de la educación emocional no se maximicen plenamente para todos los estudiantes, por lo tanto, es esencial un compromiso continuo tanto a nivel político como institucional para garantizar que la educación emocional no solo sea parte del discurso educativo, sino que también se convierta en una realidad palpable y efectiva en todas las escuelas, asegurando así un desarrollo holístico y equilibrado de los estudiantes en su totalidad.

4. CAPÍTULO 4: Marco metodológico

En este capítulo describimos el proceso de investigación que se llevó a cabo para analizar e implementar estrategias destinadas a fomentar la educación emocional dentro del contexto educativo. El estudio se basa en un enfoque sociocrítico y utiliza una metodología cualitativa, lo que facilita un análisis detallado y reflexivo de las dinámicas escolares. Este enfoque metodológico es especialmente pertinente para enfrentar y cambiar las prácticas educativas con el objetivo de fomentar un ambiente de aprendizaje que sea más inclusivo y justo.

Por otro lado, el enfoque cualitativo también presente en nuestro proceso de investigación nos permite obtener información detallada y contextual mediante la utilización de técnicas como la observación participante (Taylor y Bogdan, 1984) y las entrevistas semiestructuradas (Kuhnekath, 1986). Así mismo este método posibilita la aprehensión de la complejidad en las relaciones humanas y brinda una panorámica global sobre las vivencias y perspectivas de los involucrados. En este estudio, se ha encontrado una falta importante en la manera en que se está llevando a cabo la educación emocional en el aula de clases del quinto año de Educación General Básica (EGB) de una unidad educativa en Cuenca, Ecuador. Así también mediante un enfoque de investigación-acción, se pretende no solo identificar y comprender estas carencias, sino también crear e implementar acciones que fomenten el bienestar emocional de los alumnos.

De igual manera para nuestro proceso de validación de instrumentos de recolección de información, realizamos una validación dialógica en donde Sisto (2008) manifiesta que, la

gestación de los datos cualitativos emergen a partir de un diálogo en el cual investigador e investigado se ponen en suspenso en la co construcción de una verdad común, esto implica una disposición hacia los sujetos o comunidades estudiados que difiere de la disposición hacia el objeto, objeto que no le queda otra alternativa que ser calzado en las categorías del investigador, en las cuales el objeto es evaluado (Sisto,2008).

Por lo tanto, la investigación dialógica debe ser considerada una participación activa por parte de quienes llevan a cabo esta actividad, tanto el investigador como el investigado participan con todo lo suyo, con su historia de subjetivación, con su cuerpo, en definitiva, con su ser situado y concreto, en el proceso de investigación (Sisto,2008).

Así mismo, para el diagnóstico inicial se aplicaron instrumentos que permitieron conocer el nivel de desarrollo emocional de los estudiantes, tales como encuestas, listas de cotejo y observaciones directas. Estos datos fueron organizados y clasificados en función de las dimensiones emocionales que se querían analizar, como la identificación de emociones, la expresión emocional y las habilidades sociales. La información recolectada fue interpretada de manera cualitativa, destacando patrones de comportamiento, actitudes frecuentes y necesidades emocionales presentes en el grupo de estudiantes.

El análisis de los datos se realizó mediante una revisión detallada de las respuestas y comportamientos observados, lo cual permitió identificar fortalezas y dificultades en el manejo emocional de los niños y niñas. A partir de esta interpretación se establecieron categorías clave que sirvieron de base para diseñar la propuesta de intervención, asegurando que las actividades respondan a las reales necesidades emocionales del grupo. Este análisis fue fundamental para sustentar la pertinencia del enfoque y los objetivos planteados en la propuesta.

Dicho esto, manifestamos que este capítulo se estructura de la siguiente manera: En primer lugar, se procede a la descripción del paradigma y el enfoque metodológico. Después, se realiza un contexto de la unidad educativa y se brindan detalles sobre las observaciones realizadas. También, se expone detalladamente el método de investigación-acción utilizado, resaltando tanto las intervenciones implementadas como los resultados obtenidos y por último detallamos las técnicas e instrumentos pertinentes para nuestro estudio.

4.1. Paradigma Sociocrítico

El paradigma socio-crítico de acuerdo con Arnal (1992) adopta la idea de que la teoría crítica es una ciencia social que no es puramente empírica ni solo interpretativa; sus contribuciones, se originan, "de los estudios comunitarios y de la investigación participante"

(p.98). Tiene el propósito de impulsar las transformaciones sociales, respondiendo a problemas propios presentes en las diferentes comunidades, pero con la participación de sus miembros.

Así mismo esto lo afirma Loza -Ticona et al. (2020) en donde asegura que el paradigma sociocrítico necesita un investigador comprometido con su objeto de estudio, dando a entender que debe estar en una continua reflexión –acción para convertir no solo él contexto social presente, sino ofrecerles la oportunidad a los mismos individuos para que consideren sus problemas y se propongan soluciones.

Por lo tanto, se eligió el paradigma sociocrítico dentro de nuestra investigación para poder entender y cambiar las situaciones educativas, buscando generar transformaciones importantes que sean beneficiosas tanto para los estudiantes como para los profesores, mediante el análisis reflexivo y la participación activa además esto nos ayudó a comprender la realidad educativa. Dentro de este contexto se valora la educación emocional como un elemento fundamental para el crecimiento completo de los alumnos, debido a que promueve destrezas imprescindibles en la vida diaria tales como comprender al otro, tener control sobre las propias emociones y solucionar problemas con eficacia mediante una comunicación efectiva.

Esto se vuelve especialmente importante en la educación emocional, puesto que busca enfrentar y modificar actitudes, conductas y dinámicas que impactan el bienestar emocional de los alumnos.

4.2. Enfoque Cualitativo

De acuerdo con Rodríguez et al. (1999), “los investigadores cualitativos estudian la realidad… tal y como sucede, intentando sacar sentido de, o interpretar los fenómenos de acuerdo con los significados que tienen para las personas implicadas”. (p. 32).

Al respecto Albert-Gómez (2006) argumenta que la metodología cualitativa se orienta a describir e interpretar los fenómenos sociales y educativos interesándose por el estudio de los significados e intenciones de las acciones humanas desde la perspectiva de los propios agentes sociales, siendo así, nuestra investigación sobre la educación emocional se adapta perfectamente al enfoque cualitativo porque busca comprender profundamente las percepciones, experiencias y dinámicas relacionadas con este tema en el contexto educativo. Este método se enfoca en recopilar datos detallados y descriptivos mediante técnicas como la observación participante, entrevistas y cuestionarios, así pues, es posible capturar la diversidad y complejidad de las interacciones humanas y las dinámicas educativas.

El abordaje cualitativo nos posibilitó indagar acerca de los puntos de vista y vivencias que los estudiantes y docentes tienen en relación con la educación emocional. Asimismo, nos permitió detectar los obstáculos y facilitadores para su aplicación e idear una intervención pedagógica adaptada a las necesidades presentadas en los estudiantes, además, la versatilidad y capacidad de adaptación del enfoque cualitativo nos ofrecieron la posibilidad de modificar las estrategias de investigación según surjan nuevos descubrimientos, lo que garantiza una investigación pertinente y significativa.

4.3. Participantes y Contexto de la Investigación

Los participantes de esta investigación estuvieron conformados por los 21 estudiantes que cursan el quinto año de Educación General Básica (EGB) en el subnivel medio, junto con la maestra titular del aula, dando como resultado un total de 22 participantes. El estudio se realizó en una escuela ubicada en la ciudad de Cuenca, Ecuador, una institución que ofrece una educación integral centrada tanto en el desarrollo académico como personal de una población diversa de estudiantes, se identificaron varias deficiencias en la implementación de la educación emocional. Por ello, este estudio se llevó a cabo trabajando de manera conjunta con los estudiantes y la docente responsable, con el objetivo de analizar y proponer mejoras en el abordaje de la educación emocional en este contexto.

4.4. Método de Investigación: Investigación-Acción

Kurt Lewin (1946) conocido por haber desarrollado el modelo de investigación-acción en un ciclo espiral que incluye las etapas de planificación, acción, observación y reflexión, centró su trabajo inicial en el cambio organizacional y la resolución de problemas sociales. Su objetivo principal era vincular la teoría y la práctica para resolver problemas reales en contextos sociales y organizacionales, promoviendo un cambio social efectivo. Es por esto por lo que Bancayán-Ore y Vega-Denegri (2020) concuerdan con Lewin diciendo que la investigación acción es una forma de cuestionamiento auto reflexivo, desarrollada por los propios participantes con el objetivo de mejorar la justicia y racionalidad de sus acciones, de sus prácticas sociales.

Stephen Kemmis (1986) desarrolló la investigación-acción participativa, enfatizando la colaboración entre investigadores y participantes. Su trabajo se ha centrado en mejorar prácticas sociales y educativas a través de la acción colectiva. Su objetivo era democratizar

la investigación mediante la participación activa de todos los involucrados, fomentando un proceso de cambio inclusivo y reflexivo. Así mismo (Rodríguez-García, Herraíz-Domingo, et al., 2011) nos dicen que La investigación-acción desarrollada por Kemmis está íntimamente comprometida con la transformación de la organización y práctica educativa, pero también con la organización y práctica social. Deja de ser un procedimiento imparcial de comprensión y práctica, y se convierte en un proceso crítico de participación y reflexión.

Finalmente, Lawrence Stenhouse (1998) es conocido por su enfoque en el currículo como una investigación-acción. Propuso que los docentes deberían investigar y desarrollar el currículo activamente, en lugar de seguir simplemente un currículo prescrito. Su objetivo era empoderar a los docentes para que fueran investigadores de su propio currículo, promoviendo una práctica reflexiva y autónoma. Así también Restrepo-Gómez (2004) resalta que el currículo debería tratarse como investigación educativa. Pues se evidencia que la visión del currículo como un proceso de investigación continua, donde los docentes tienen un papel activo y reflexivo en el desarrollo curricular, es su punto fuerte.

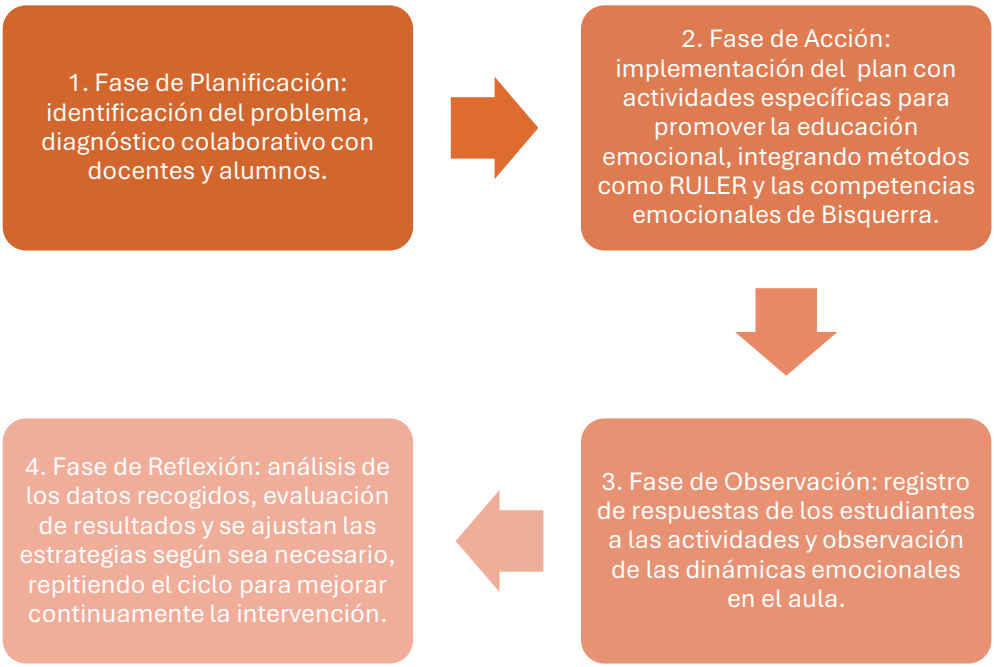
De igual manera Latorre (2005) define que la investigación-acción se puede considerar como un término genérico que hace referencia a una amplia gama de estrategias realizadas para mejorar el sistema educativo y social. La investigación-acción se destaca por su enfoque participativo y la manera en que está orientada hacia la acción. En este enfoque, se establece un ciclo de planificación, acción, observación y reflexión que fomenta la colaboración entre investigadores y participantes. Esto propicia la identificación de problemas, la implementación de cambios y la evaluación de resultados.

A partir de todo lo antes expuesto expresamos que los modelos de investigación-acción fueron fundamentales para nuestro proceso investigativo pues nos proporcionaron un enfoque dinámico, cíclico y reflexivo que es esencial para abordar nuestro objetivo de fomentar la educación emocional en el quinto año de Educación General Básica, por un lado, tuvimos la metodología de Lewin que nos ofreció una estructura clara de planificación, acción, observación y reflexión, que es crucial para la implementación y evaluación continua de nuestras intervenciones. Por otro lado, Stenhouse enfatiza la importancia de la participación activa de los docentes en la investigación de su propia práctica, lo que empodera a los educadores y fomenta una cultura de autoevaluación y mejora continua. Estos enfoques juntos nos permitieron no solo generar conocimiento teórico, sino también aplicar y adaptar nuestras estrategias pedagógicas de manera efectiva, promoviendo un cambio sostenible y significativo en la práctica educativa.

Para desarrollar cada una de las fases de la investigación-acción (IA) en nuestra propia investigación, siguiendo la metodología descrita por autores como Kurt Lewin y Stephen Kemmis procedimos de la siguiente manera:

Figura 2

Diseño metodológico



Nota. Elaboración propia a partir de Kurt Lewin (1946).

1. Fase de Planificación

En esta primera etapa, se identificó claramente el problema o la necesidad dentro del contexto educativo en el quinto año de Educación General Básica, específicamente en el área de la educación emocional. Para esto, trabajamos de manera colaborativa con la docente encargada y alumnos para diagnosticar los desafíos actuales que se enfrentan en cuanto al desarrollo de habilidades emocionales.

A partir de este diagnóstico, formulamos preguntas de investigación que guiaron nuestras acciones, tales como: "¿Cómo mejorar la educación emocional de los estudiantes a través de distintas actividades?" o "¿Qué estrategias pedagógicas fomentan un entorno emocionalmente positivo?". Desarrollamos un plan de acción inicial que incluyó actividades y recursos a implementar en el aula, con un enfoque participativo.

2. Fase de Acción

Una vez elaborado el plan, llevamos a cabo la intervención en el aula implementando las actividades previamente planificadas para promover el desarrollo de la educación emocional. Estas actividades incluyeron dinámicas grupales, ejercicios de reflexión, juegos de roles y otras estrategias pedagógicas adaptadas al nivel de los estudiantes. Fue aquí que decidimos fusionar el método RULER y las cinco competencias emocionales propuestas por Bisquerra se fundamenta en la complementariedad de ambos enfoques y en su capacidad para abordar de manera integral el desarrollo de la educación emocional. Por un lado, el método RULER ofrece un modelo práctico y comprobado para trabajar habilidades emocionales a través de estrategias específicas que se implementan en el aula. Por otro lado, las competencias emocionales de Bisquerra aportan una visión más amplia y holística que conecta estas habilidades con el bienestar personal y social, garantizando que el aprendizaje emocional trascienda el entorno escolar y se aplique a la vida cotidiana de los estudiantes.

Esta integración se realizó con el objetivo de maximizar los beneficios de ambos componentes, combinando la estructura clara y aplicable de RULER con la profundidad teórica y el enfoque en la calidad de vida que ofrecen las competencias de Bisquerra. Además, esta fusión permite responder de manera más efectiva a las necesidades de los estudiantes presentados dentro de este contexto educativo, proporcionando herramientas concretas para trabajar la educación emocional mientras se promueve una formación integral que abarca tanto el desarrollo de habilidades prácticas como el fortalecimiento del bienestar emocional. De esta manera, se logra una intervención más completa y adaptada a las exigencias del entorno educativo.

3. Fase de Observación

Durante el proceso de implementación, se llevó a cabo observaciones sistemáticas para registrar cómo los estudiantes responden a las actividades y cómo estas influyen en su desarrollo emocional. La observación incluyó aspectos cualitativos (interacciones, actitudes, emociones expresadas) Para esta fase, seguimos los principios de Stenhause observando cómo se desenvuelven los estudiantes en situaciones cotidianas y cómo se modifican las dinámicas emocionales en el aula. La docente contribuyó con sus observaciones y experiencias, lo que nos permitió obtener una visión más completa del impacto de las estrategias aplicadas.

4. Fase de Reflexión

Una vez recogidos los datos a través de la observación, se realizó un análisis conjunto con la docente para reflexionar sobre los resultados obtenidos. Esta fase fue fundamental para evaluar qué aspectos de la intervención fueron efectivos y cuáles necesitan ajustes. Se llevó a cabo una reflexión crítica similar a la que propone Stenhouse, empoderando a la docente para que tome un rol activo en el rediseño de las estrategias, basándose en las observaciones y en las experiencias vividas. El ciclo de planificación, acción, observación y reflexión se repetirá cuantas veces sea necesario, refinando y ajustando las intervenciones para asegurar que se están logrando los objetivos establecidos, generando un cambio positivo y sostenible en la práctica educativa. Esto permite que el proceso sea continuo y adaptativo, tal como lo propone el enfoque de investigación-acción.

4.5. Técnicas e Instrumentos

Para abordar nuestra investigación de la educación emocional en el quinto año de Educación General Básica a través del rol docente, se emplearán diversas técnicas e instrumentos cualitativos que se encuentran detalladas posteriormente.

Cabe resaltar que dentro del proceso de validación de la propuesta de intervención se sustentó en un marco teórico sólido basado en la tabla de categorías establecida en este estudio. Dicha tabla organiza los ejes fundamentales de la educación emocional en tres dimensiones: impacto en el aprendizaje, rol docente y políticas públicas, permitiendo evaluar la efectividad de la propuesta desde una perspectiva integral. La validación considera no solo la implementación de las sesiones en el aula, sino también su alineación con indicadores clave, como la relación entre emociones y rendimiento académico, el desarrollo de competencias socioemocionales y la incorporación de la educación emocional en el currículo.

De este modo, se garantiza un análisis riguroso y fundamentado de la intervención. Para mayor transparencia y precisión metodológica, se recomienda incluir el enlace a la tabla de categorías, facilitando su consulta y comprensión.

4.5.1. La Entrevista Semiestructurada

La entrevista es un instrumento de gran eficacia para desarrollar investigaciones cualitativas y tiene como función principal recabar datos que después podremos aplicar a nuestros estudios. “La entrevista se pone en marcha en el proceso de investigación cualitativa, mediante el principio dialógico en el que las personas participantes son equivalentes, produciéndose así un diálogo que no es autoritario sino igualitario y horizontal”. (Kuhnekath, 1986, p.23)

Ahora bien, la entrevista semi-estructurada, se pretende mediante la recolección de un conjunto de saberes privados, la construcción del sentido social de la conducta individual o del grupo de referencia del sujeto entrevistado; y de esta manera, permitir la entrada en un lugar comunicativo de la realidad, donde la palabra es el vector vehiculizante principal de una experiencia personalizada, biográfica e intransferible. (Alonso, 1999, p. 228).

Pues bien, con la entrevista semiestructurada recabamos información cualitativa detallada sobre las percepciones, prácticas y desafíos de la docente respecto a la educación emocional, lo que nos permitió explorar aspectos no observables directamente, como emociones, impresiones y pensamientos. Para esto establecimos una guía de preguntas la misma que constaba de 13 preguntas en donde se veían evidenciados temas como: influencia de las emociones en el rendimiento académico de los estudiantes, políticas e iniciativas ministeriales, capacitación docente, expresión emocional en los estudiantes, estrategias de manejo emocional, experiencias significativas y desafíos profesionales combinamos preguntas predeterminadas con la flexibilidad para adaptar el flujo de la conversación, facilitando una comprensión integral del enfoque docente permitiendo una conversación fluida y profunda.

La entrevista semiestructurada fue realizada de manera presencial, registrada mediante grabación de audio y analizada a través de técnicas de codificación temática para identificar patrones e interpretaciones significativas. Este instrumento, al complementar otros métodos como la observación, nos proporcionó una visión rica en detalles que enriqueció el análisis de la implementación de la educación emocional en el aula.

4.5.2. Observación Participante

Según (Taylor y Bogdan, (1984) la observación participante involucra la interacción social entre el investigador y los informantes en el milieu (escenario social, ambiente o contexto) de los últimos, y durante la cual se recogen datos de modo sistemático y no intrusivo.

De acuerdo a la anterior, para Castro-Ramos (2021) la observación es de la acción más común de nuestro día a día. Observamos a los demás y nos observamos a nosotros mismos. Observamos conductas, conversaciones, afectación, emociones, silencios, gestos, posturas corporales, miradas, sonrisas, etc. De igual manera, la observación participante hace la diferencia en su política de no interferir el desarrollo normal de lo que se está estudiando, y se analiza tal cual como ocurre, sin modificación ni manipulación previa.

La observación participante nos ayudó a comprender cómo se implementa la educación emocional en el aula, permitiéndonos examinar directamente las prácticas, dinámicas e interacciones en un entorno real sin interferir en su desarrollo normal. Esta técnica nos permitió observar conductas, emociones, gestos, silencios y estrategias docentes tal como ocurren, brindando una visión integral de las interacciones entre docentes y estudiantes en contextos emocionales. Para su aplicación, se empleó un diario de campo y una guía de observación las mismas que nos sirvieron como un compendio detallado de las observaciones realizadas, el mismo que llevó 10 indicadores de observación los cuales nos permitieron registrar las observaciones de manera detallada sobre las estrategias empleadas por los docentes, las interacciones entre el docente y los estudiantes en contextos emocionales, y la atmósfera emocional del aula. Así mismo registramos eventos, interacciones y reflexiones sobre la atmósfera emocional del aula, así es como este instrumento nos proporcionó un registro continuo y contextualizado de las estrategias empleadas por los docentes y las dinámicas emocionales presentes en el entorno educativo, enriqueciendo así el análisis de la implementación de la educación emocional.

4.5.3. Encuestas Cualitativas

Para el segundo objetivo, que es revisar el conocimiento y las prácticas de los estudiantes en relación con la educación emocional, se utilizarán encuestas cualitativas. Es interesante que el término encuesta cualitativa sea casi desconocido, aun así, existe una excepción notable en el párrafo sobre “análisis de encuestas cualitativas” en el libro de Fink titulado The survey handbook (El manual de la encuesta) (2003, pp. 61 y ss.). donde se sugiere utilizar el análisis de encuestas cualitativas para explorar significados y experiencias. No obstante, no se detalla la lógica de la investigación cualitativa como un diseño específico.

Sin embargo, Jansen (2012) afirma que la encuesta cualitativa no tiene como objetivo establecer las frecuencias, promedios u otros parámetros, sino determinar la diversidad de algún tema de interés dentro de una población dada, es decir, la encuesta cualitativa es el estudio de la diversidad (no de la distribución) en una población.

Para revisar el conocimiento y las prácticas de los estudiantes en relación con la educación emocional, se emplearon encuestas cualitativas a través de 2 cuestionarios abiertos, los cuales permitieron explorar la diversidad en la comprensión y aplicación de este tema dentro de la población estudiantil. Los cuestionarios abiertos incluyeron preguntas enfocadas en medir variables relacionadas con el entendimiento, las prácticas y las percepciones de los estudiantes sobre la educación emocional, permitiendo que estos se expresen de manera libre y detallada. El primer cuestionario contenía 8 preguntas divididas

en 4 partes que eran: conociendo tus emociones, reconociendo las emociones de los demás, manejo de tus emociones y relaciones y emociones, mientras que en el segundo cuestionario se plantearon 4 preguntas los contenidos anteriores. Las respuestas abiertas facilitaron la obtención de información profunda sobre cómo los estudiantes aplican y llevan la educación emocional en su vida diaria, proporcionando datos valiosos para comprender su perspectiva y el impacto de este enfoque en su desarrollo personal.

4.5.4 Análisis Mediante la Red Semántica:

La red semántica elaborada acerca de la educación emocional, al estar organizada en torno a temas centrales como la regulación emocional, conciencia emocional, apoyo emocional y social, impacto del entorno y factores externos, y expresión emocional y comunicación, proporciona una estructura clara y comprensible de los elementos fundamentales en el desarrollo emocional de los estudiantes. En cada uno de los temas centrales identificados en la red semántica de la educación emocional, observamos varios problemas, inconsistencias y factores dentro del aula que nos impulsaron a desarrollar nuestro plan de intervención. En cuanto a la regulación emocional, notamos que los estudiantes tenían dificultades para manejar sus emociones frente a situaciones de estrés, como en exámenes o conflictos con sus compañeros. Esta falta de habilidades de autorregulación generaba reacciones impulsivas y alteraba el ambiente del aula.

En términos de conciencia emocional, nos dimos cuenta de que muchos estudiantes no podían identificar o nombrar sus emociones, lo que dificultaba su capacidad para expresarlas adecuadamente y pedir ayuda cuando lo necesitaban. Además, en el aspecto de apoyo emocional y social, observamos que, aunque algunos niños contaban con una red de apoyo en el aula, la mayoría no recibía la atención emocional necesaria, ya sea por falta de tiempo o por una intervención insuficiente por parte de los docentes.

Por otro lado, el impacto del entorno y factores externos también jugaban un papel relevante, muchos estudiantes presentaban comportamientos influenciados por tensiones familiares o dificultades socioeconómicas que afectaban su bienestar emocional y su desempeño escolar. La falta de un ambiente estable y de apoyo en casa se reflejaba en su actitud y disposición hacia el aprendizaje.

Finalmente, en lo que respecta a la expresión emocional y comunicación, notamos que existía una barrera para que los estudiantes se comunicaran abiertamente sobre sus emociones, lo cual generaba malentendidos y conflictos con sus compañeros. Estas observaciones nos llevaron a identificar con más claridad lo que ocurría dentro del aula, lo mismo que nos llevó a desarrollar un plan de intervención que incluyera actividades y

estrategias para fomentar la regulación y conciencia emocional, promover el apoyo entre compañeros y docentes, y brindar herramientas para mejorar la expresión y comunicación de los sentimientos en el aula.

5. Capítulo 5: Propuesta de Intervención Educativa para el Fomento de la Educación Emocional en Quinto año de Educación General Básica

Para desarrollar la propuesta de intervención educativa para el fomento de la educación emocional, se llevó a cabo diferentes sesiones en donde estuvieron involucrados la docente y estudiantes, los mismos fueron los actores principales durante esta aplicación. Para (Jordán-Padrón, et al., (2011) la intervención educativa se define como el conjunto de acciones motivacionales, pedagógicas, metodológicas y de evaluación implementadas por los agentes responsables, ya sean instituciones o individuos. Su propósito es ejecutar un programa previamente diseñado con el fin de que las personas o grupos participantes logren los objetivos establecidos en dicho plan. Por lo tanto, se involucró a la docente en la creación del plan de intervención asegurando que las estrategias sean pertinentes y adaptadas a las necesidades del contexto educativo.

Para desarrollar un plan de intervención orientado al fomento de la educación emocional, aseguramos que las estrategias sean pertinentes y adaptadas a las necesidades del contexto educativo. Esta propuesta de intervención educativa consistió en un conjunto de acciones motivacionales, pedagógicas, metodológicas y de evaluación destinadas a alcanzar los objetivos establecidos en el programa diseñado divididas en 5 sesiones las mismas que respondían a una fase propuesta por Bisquerra junto con actividades relacionadas con el método RULER estas se llevaron a cabo durante 1 semana las sesiones tuvieron una duración de 40 minutos cada una.

Analizado el contexto escolar y la dinámica del aula decidimos la fusión del método RULER y las cinco fases emocionales propuestas por Rafael Bisquerra en esta investigación pues estas responden a la necesidad de abordar la educación emocional de manera integral y estructurada en el aula. El método RULER, centrado en el desarrollo de habilidades para reconocer, comprender, expresar, regular y valorar las emociones, se complementa de manera natural con las competencias de Bisquerra: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencias sociales y competencias para la vida. y el bienestar. Mientras RULER proporciona un marco práctico y dinámico para enseñar habilidades emocionales, las competencias de Bisquerra amplían el alcance al enfatizar el impacto de estas habilidades en la construcción de relaciones saludables y en la promoción del bienestar general, tanto individual como colectivo.

Esta integración nos permitió articular estrategias que no solo se enfocan en el aprendizaje emocional dentro del aula, sino que también sean aplicables en contextos cotidianos. Además, esta combinación fortalece las competencias sociales al enseñar empatía y habilidades para resolver conflictos, aspectos carentes esenciales identificados en el entorno escolar. En conjunto, estos enfoques nos permitieron un desarrollo emocional más profundo, dotando a los estudiantes de herramientas que no solo mejoran su rendimiento académico, sino también su capacidad de enfrentar los retos de la vida con resiliencia y bienestar.

En este link se puede acceder a la propuesta: https://www.canva.com/design/DAGcZNqRFyw/1a9CAhBw7NW1Ve8Tc8wPJg/edit?utm_content=DAGcZNqRFyw&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton


GUÍA
Didactica
PEQUEÑOS PASOS, GRANDES SENTIMIENTOS
Una guía práctica para que los docentes trabajen las emociones en el aula, ayudando a los estudiantes a reconocer, expresar y regular sus sentimientos.
Camila Gutiérrez
Carlos Nieves

6. Capítulo 6: Análisis y Resultados de la Investigación

En el siguiente capítulo se encuentran los hallazgos obtenidos a partir de la implementación de los instrumentos – técnicas y de nuestra propuesta de intervención didáctica a lo largo de nuestra investigación, aquí se encuentran evidenciados cuatro apartados clave tales como: la importancia de la regulación emocional en el aula, el rol docente para el desarrollo de la educación emocional, Apoyo emocional y social para la educación emocional para los niños, como también hacia el desarrollo de la educación emocional en el aula.

6.1 La importancia de la Regulación Emocional en el Aula

Uno de los resultados evidenciados a lo largo de la investigación es que los estudiantes no saben cómo manejar sus emociones frente a determinadas situaciones, por lo tanto, esto conlleva a que se desaten ciertas reacciones negativas dentro del aula afectando así el ambiente áulico y la convivencia dentro de esta. Los datos demostraron que existe una gran deficiencia en cuanto a la regulación emocional que llevan los niños en su diario vivir. De los 21 estudiantes que conforman el aula de clases solo 18 de ellos desearon participar en estos cuestionarios en donde se les planteó ¿Qué hacen cuando se sienten enojados? Y 4 de ellos manifiestan que optan la expresión física de enojo para descargar sus de emociones, 2 de ellos se expresan mediante el llanto, 1 de ellos busca apoyo emocional como la ayuda o consuelo, 4 estudiantes buscan el entretenimiento como escape y 7 de ellos se regulan de manera autónoma refiriéndose con esto a salir del aula, tomar aire, entre otras.

Mientras que en otro de los cuestionarios aplicados se les planteó que ¿cómo se sienten cuando algo no les sale como esperaban y que hacen para sentirse mejor? En donde 3 de los estudiantes sienten tristeza, 2 ira, 1 estudiante se siente apoyado, 7 estudiantes prefieren distraerse en forma de evitar sentir cualquier otra emoción y 5 estudiantes se mantienen calmados frente a cualquier situación que se les presente y ningún estudiante manifestó o explicó lo que hace para sentirse mejor, prefieren reservarse sus comentarios frente a esto.

Tabla 5

Resultados Cuestionario

Pregunta /Situación	**Estudiantes**
¿Qué haces cuando te sientes enojado o molesto? • Expresión física de enojo (descarga física de emociones) • Expresión emocional directa (llanto) • Búsqueda de apoyo emocional (ayuda o consuelo) • Entretenimiento o escape • Regulación autónoma	4 2 1 4 7 Total: 18
Cuando algo no te sale como esperabas, ¿cómo te sientes y que haces para sentirte mejor? • Tristeza • Ira • Apoyo • Distraerse • Calma	3 2 1 7 5 Total: 18

Nota. Tabla elaborada a partir de los resultados de los cuestionarios.

Figura 3

Manejo de Emociones de los Niños

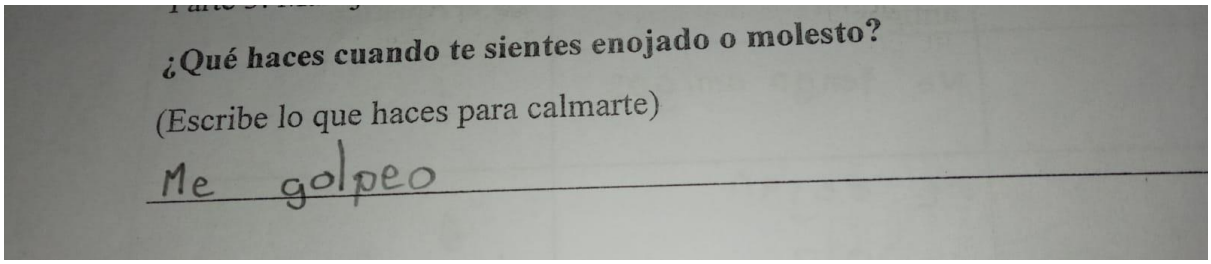


Imagen tomada del cuestionario a los niños

Figura 4

Respuesta Sobre Manejo de Emociones de los Niños

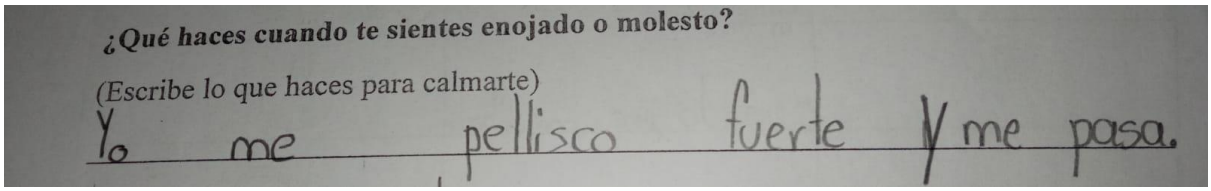


Imagen tomada del cuestionario a los niños

Figura 5

Respuesta Sobre Manejo de Emociones de los Niños

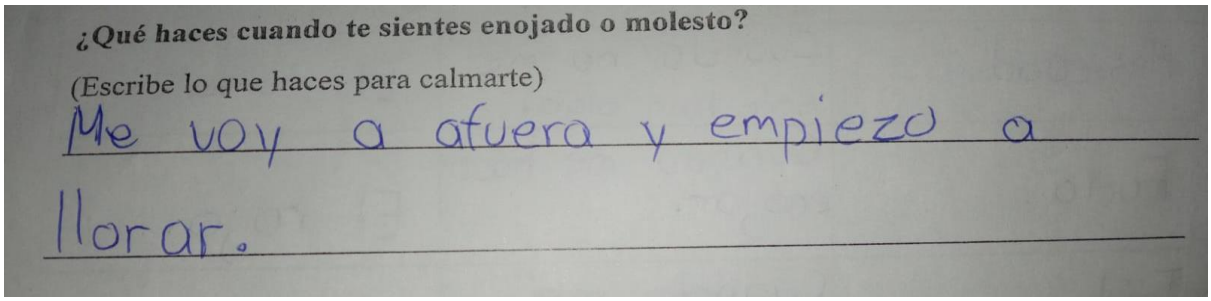


Imagen tomada del cuestionario de los niños

Figura 6

Respuesta Sobre Manejo de Emociones de los Niños

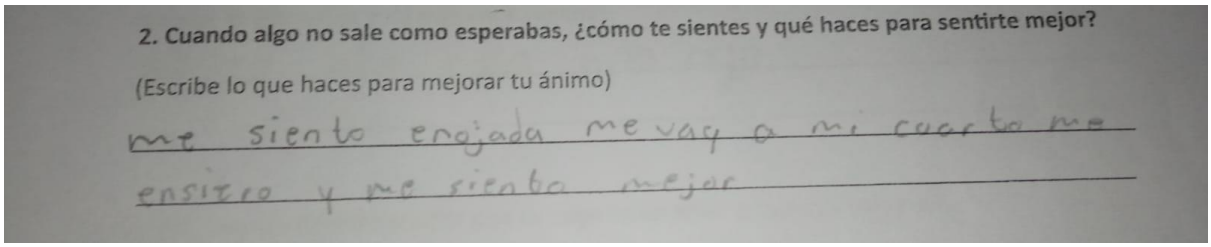


Imagen tomada del cuestionario de los niños

Ahora bien, tras la instauración de nuestra propuesta de intervención didáctica se evidenció la importancia de la regulación emocional de los estudiantes y como esta ayuda a mejorar la convivencia y el ambiente dentro del aula

Pues de acuerdo con Gómez y Calleja (2016) “la regulación emocional es el proceso a través del cual los individuos toman decisiones sobre sus emociones, influenciándolas para experimentar aquellas que les permitan alcanzar metas tanto personales como sociales”. (p.102) Naranjo (2024) considera que la regulación de las emociones no se trata de contenerlas o cohibirlas, sino de comprenderlas y gestionarlas de una manera saludable implementando un proceso de constante practica y autorreflexión para mejorar con las emociones. (p.37)

En este sentido, Gullón (2019) manifiesta que, fomentar una adecuada regulación emocional desde edades tempranas, no solo nos permitirá tener mayor satisfacción individual, además permitirá que la sociedad incremente su Salud Mental y, por tanto, aumentar el bienestar de una forma más global. Pues bien para esto se realizó una serie de actividades con el fin de fomentar la regulación emocional de los estudiantes, desarrollamos una serie de consejos o frases que les ayudaran a los estudiantes a saber que hacer o como manejarse frente a diferentes situaciones que se les presenten en su día a día en el aula las mismas que fueron colocadas alrededor de toda el aula para que siempre lo tengan presente, así mismo se realizaron tarjetas en donde se planteaban diferentes situaciones, los estudiantes debían leer estas tarjetas y proponer soluciones a estas.

Estas estrategias no solo permitieron que los estudiantes interiorizaran formas efectivas de regulación emocional, sino que también fomentaron la reflexión y el desarrollo del pensamiento crítico ante situaciones desafiantes. La presencia constante de las frases motivacionales en el aula actuó como un recordatorio visual, reforzando de manera implícita la importancia del autocontrol y la gestión emocional en su vida cotidiana. Asimismo, el uso

de tarjetas con escenarios reales incentivó el análisis y la toma de decisiones de manera colaborativa, promoviendo el diálogo y la empatía entre los estudiantes. De esta manera, se logró que los niños no solo identificaran sus emociones y las de sus compañeros, sino que también adquirieran herramientas prácticas para responder de manera adecuada a distintas circunstancias, fortaleciendo así su autonomía emocional y su capacidad para la resolución de conflictos.

Lo anterior se vio evidenciado con el pasar de los días pues en el desarrollo de otras actividades se observó cómo los estudiantes miraban las frases y actuaban en diferentes situaciones que se presentaban a lo largo de la jornada de clases. A continuación, presentamos comentarios realizados por los estudiantes dentro de una actividad diferente que realizamos luego de reforzar la regulación emocional demostrando que los niños tienen presente las tarjetas colocadas dentro del aula en varias actividades:

Figura 7

Control de Emociones

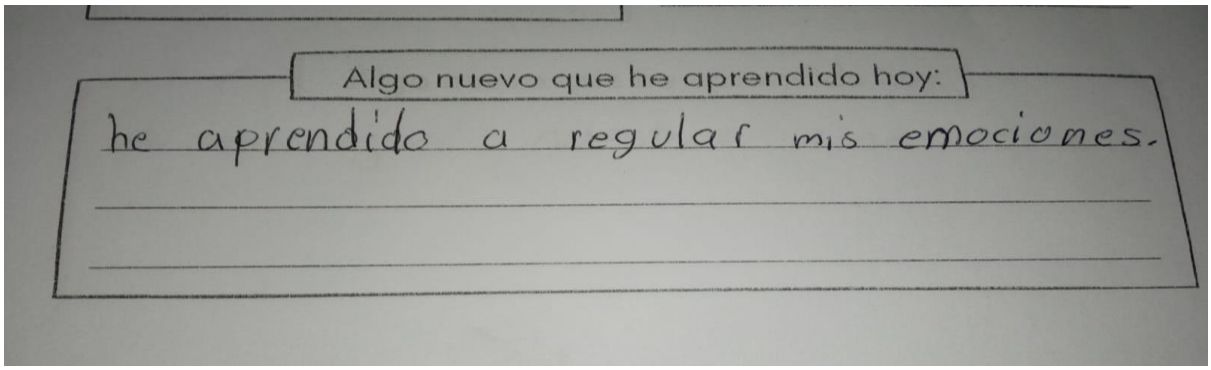


Imagen tomada de la actividad “Mi diario emocional” realizada con los niños

Figura 8

Control de Emociones

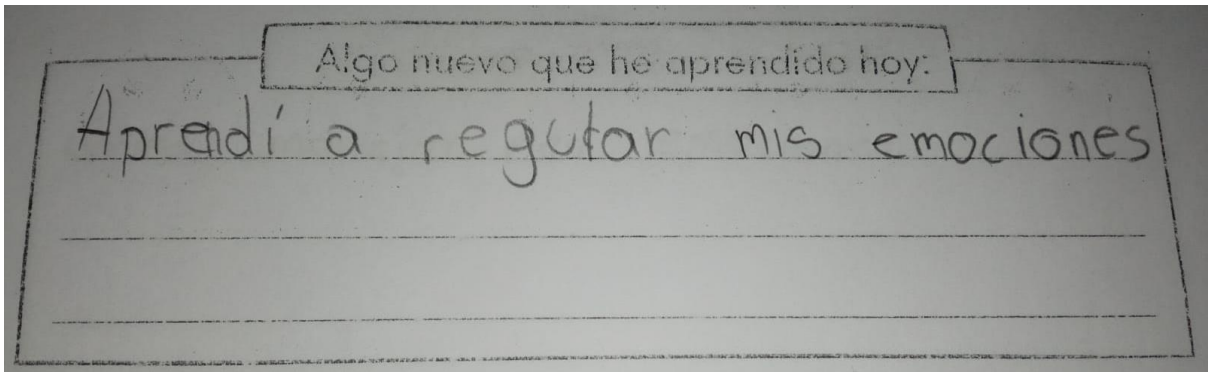


Figura 9

Control de Emociones

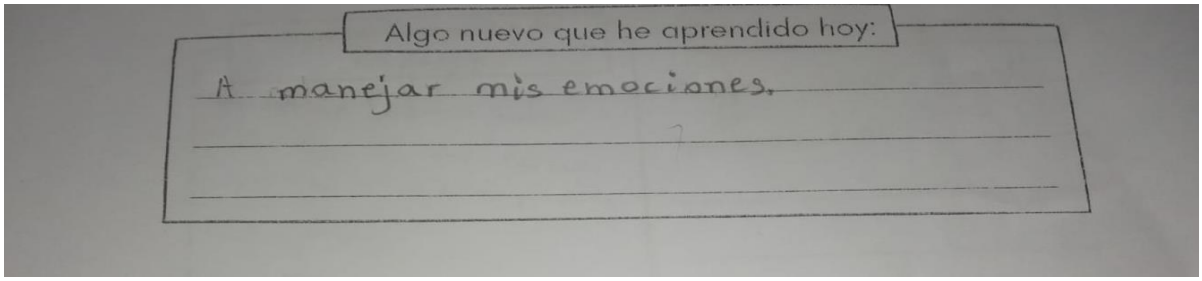


Imagen tomada de la actividad “Mi diario emocional” realizada con los niños

Ahora bien, para Naranjo (2024) las emociones al tener un lugar tan importante en el desarrollo y crecimiento de niños permiten experimentar emociones desde temprana edad y aprender a comprender y gestionar sus emociones para su bienestar social y emocional. Es por esto que, Villanueva et.al (2014) manifiesta que la conciencia emocional incluye también aspectos actitudinales, tales como la forma en que las experiencias y expresiones emocionales son detectadas en uno mismo y en los demás.

De acuerdo con los análisis realizados a lo largo de nuestra investigación identificamos que los estudiantes no tienen la suficiente conciencia emocional provocando así que se desencadenen situaciones o sentimientos negativos hacia ellos mismos y hacia otros compañeros, esta carencia en la conciencia emocional limita significativamente la capacidad de los estudiantes para enfrentar los retos del día a día de manera adecuada. La falta de

identificación y comprensión de las emociones propias y ajenas los lleva a reaccionar de forma impulsiva ante situaciones de conflicto o estrés, lo que puede derivar en problemas de convivencia, dificultades para trabajar en equipo y una baja tolerancia a la frustración, este tipo de comportamientos lo observamos repetidamente en algunas situaciones antes de la propuesta de intervención realizada.

De acuerdo con Goleman (1995), el desarrollo de la conciencia emocional no solo mejora la regulación de las emociones, sino que también fortalece habilidades esenciales como la empatía y la resolución de problemas. Esto es particularmente importante en el contexto escolar, donde las relaciones interpersonales y el manejo de las emociones juegan un papel crucial en el aprendizaje y el bienestar de los estudiantes. A continuación, presentamos varios fragmentos de lo que ocurrió en un día de clases durante la asignatura de matemática en donde se evidencia la falta de un desarrollo de conciencia emocional:

- Los estudiantes muestran cierta tensión y temor a equivocarse al participar en algunas actividades. Aunque se percibe un intento de autorregulación emocional, predomina el miedo a cometer errores, afectando la expresión espontánea y libre de sus ideas y opiniones. (Fragmento de diario de campo)

Como apreciamos en el fragmento anterior el miedo al error se convirtió en un obstáculo para la participación activa de los estudiantes, quienes, a pesar de intentar regular sus emociones, no lograron desenvolverse con total seguridad en el aula. Este comportamiento evidencia la ausencia de un clima de confianza que favorezca el aprendizaje sin temor a la crítica o al juicio externo.

En este sentido, resultó necesario promover estrategias que fomentaran la resiliencia frente al error y la construcción de un entorno en el que los estudiantes percibieran el error como una oportunidad de aprendizaje y no como una amenaza a su autoestima.

- Un estudiante experimentó una crisis emocional y rompió en llanto debido al miedo al error durante una actividad de matemáticas. La incapacidad de autorregularse frente a esta situación mostró la necesidad de trabajar en estrategias de identificación y manejo de emociones. No se observó una estructura intervenida por parte de la maestra para apoyar al estudiante en su autorregulación.
  (Fragmento de diario de campo)

Este episodio reflejó la dificultad de algunos estudiantes para gestionar sus emociones frente a situaciones de frustración académica. La reacción observada evidencia la falta de

estrategias individuales para afrontar el estrés y el miedo al fracaso, así como la ausencia de un apoyo estructurado desde la enseñanza para guiar dicho proceso. La intervención docente en este tipo de situaciones es fundamental, ya que permite orientar a los estudiantes en la identificación de sus emociones y en la implementación de estrategias de afrontamiento. Sin embargo, en este caso, la falta de una intervención pedagógica específica demostró la necesidad de fortalecer la formación docente en educación emocional, con el fin de dotar a los estudiantes de herramientas que les permitan manejar de manera efectiva este tipo de experiencias.

- Los conflictos y discusiones entre compañeros generaron un ambiente de tensión. Aunque la maestra intervino para resolver el problema informado, las asperezas entre los involucrados persistieron, limitando la creación de un espacio inclusivo y seguro. (Fragmento de diario de campo)

Las interacciones sociales en el aula reflejaron la importancia del desarrollo de habilidades socioemocionales para la convivencia. A pesar de la intervención de la docente el conflicto no se resolvió por completo, lo que sugirió que los estudiantes aún no contaban con estrategias suficientes para la resolución pacífica de problemas. La persistencia de las tensiones puso en evidencia la necesidad de reforzar la enseñanza de la empatía, la comunicación asertiva y la resolución de conflictos, promoviendo un ambiente en el que los estudiantes no solo comprendieran la importancia del respeto mutuo.

Por último, como resultado de la entrevista surgió un aspecto muy importante sobre como los niños expresan o manejan sus emociones en el aula día a día y como estas influyen en su rendimiento académico en donde la maestra nos manifestó lo siguiente: “Cuando yo les analizo y les digo algo pasa no saben cómo expresarse, comunicarse o decirme, sin embargo, así por así el niño nunca presenta su comportamiento, es porque hay algo detrás."

(Fragmento de la entrevista a la docente)

El comentario de la docente subraya una dificultad común en los estudiantes: la incapacidad de expresar y comunicar sus emociones, lo que afecta directamente su rendimiento académico. Según la maestra, los niños no siempre saben cómo compartir lo que sienten, y cuando no muestran comportamientos disruptivos, puede haber un malestar emocional que no logran expresar. Este hecho revela la necesidad de abordar la educación emocional en el aula, pues las emociones no reconocidas o mal gestionadas pueden interferir

con el proceso de aprendizaje. Los docentes deben estar capacitados para identificar y manejar estos aspectos emocionales, creando un ambiente en el que los estudiantes se sientan seguros para compartir sus sentimientos. Así, se fomenta una mayor comprensión emocional y una mejora en su desempeño académico.

Las emociones influyen de una forma clave en el desempeño académico, actuando directamente sobre el aprendizaje. Cualquier intervención dentro del ámbito educativo debe fundamentarse en la regularidad y la predictibilidad, sin embargo, no se pueden eliminar los estados emocionales que acompañan a este proceso. Se propone, por tanto, que para alcanzar una mayor eficacia y calidad en el proceso de enseñanza-aprendizaje, se incorpore el ámbito emocional al conjunto de todas aquellas dimensiones que intervienen en dicho proceso. (Pulido y Herrera, 2017)

Dicho lo anterior podemos decir que, es crucial que las intervenciones educativas reconozcan y aborden la dimensión emocional de los estudiantes, ya que el bienestar emocional favorece un ambiente de aprendizaje más positivo y receptivo. La integración de prácticas que promuevan la conciencia y regulación emocional puede facilitar la gestión de emociones que, de otro modo, podrían interferir con el aprendizaje, como la ansiedad o la frustración. Incorporar estas estrategias no solo mejora el rendimiento académico, sino que también contribuye al desarrollo de habilidades socioemocionales que son esenciales para el crecimiento integral de los estudiantes.

En síntesis, el análisis de la información nos ayudó a obtener los siguientes datos:

- Los estudiantes no tienen regulación emocional en el entorno escolar, por lo tanto, estas afectan su rendimiento académico y relaciones interpersonales.
- Las reacciones emocionales de los estudiantes en diversas situaciones de aula, incluyendo momentos de estrés, frustración o conflictos, afectan su participación en clase.
- Muchos estudiantes carecen de herramientas para manejar emociones complejas, lo que limita su capacidad para enfrentar situaciones desafiantes dentro del aula.

6.2 El Rol Docente para el Desarrollo de la Educación Emocional

De acuerdo con los análisis realizados, encontramos que el docente influye directamente con la educación emocional de sus estudiantes, por lo tanto, es importante resaltar que el docente juega un papel crucial en este proceso, ya que no solo proporciona a los estudiantes un modelo a seguir, sino que también actúa como un facilitador que promueve el desarrollo de la conducta emocionalmente saludable. De esta manera, un maestro

empático y reflexivo no solo transmite el contenido académico, sino que también enseña a los alumnos la autorregulación, el control de conflictos, la empatía y la toma de decisiones responsables. Es conocido que los y las estudiantes tienden en muchas ocasiones a realizar y reproducir lo que dicen y hacen sus maestros y maestras, incluyendo los comportamientos producto de sus emociones, ya sea ante el dominio de conocimiento de imparten o enseñan, o ante las actitudes que asumen frente a la vida, particularmente en el caso niños (Martínez-Otero, 2006).

Ahora bien, relacionando lo mencionado, encontramos dificultades en la expresión y comunicación de emociones docente-alumno en el ámbito educativo, pues en el aula se priorizaba más el aspecto académico sobre lo emocional causando una brecha en los estudiantes. Cabello, Ruiz y Fernández (2010) manifiestan que es esencial que los docentes desarrollen la habilidad de reconocer, comprender y gestionar sus emociones, ya que estas competencias impactan directamente en el aprendizaje, así como en el bienestar físico, mental y emocional del estudiantado. Además, contribuye a la construcción de relaciones interpersonales positivas y enriquecedoras, lo que a su vez favorece un mejor desempeño académico. Lo anterior es muy importante puesto que si el maestro o maestra persigue realmente incidir de manera positiva en sus educandos debe procurar ganar de manera simultánea tanto la “razón” como el “corazón” de estos, de lo contrario sus esfuerzos estarán propensos al fracaso. (García, 2012)

- La falta de intervención por parte de la maestra demuestra que no hubo un reconocimiento temprano ni una atención adecuada a los conflictos emocionales en el aula. (Fragmento de diario de campo)

Este fragmento resalta una falta de acción inmediata por parte de la maestra ante los conflictos emocionales que surgen en el aula. Al no intervenir a tiempo, se pierde la oportunidad de brindar a los estudiantes un apoyo emocional necesario para regular sus sentimientos y mejorar el ambiente de aprendizaje. Este tipo de omisión refleja la importancia de que los docentes no solo se enfoquen en lo académico, sino también en las necesidades emocionales de los estudiantes, que son fundamentales para su desarrollo integral. Si no se gestionan adecuadamente las emociones, los estudiantes pueden experimentar dificultades para concentrarse y participar de manera efectiva en las actividades del aula. Esto subraya la necesidad de crear un ambiente donde los conflictos emocionales sean reconocidos y tratados de manera temprana, promoviendo un espacio seguro para la expresión de sentimientos y pensamientos.

- No se evidenciaron esfuerzos por parte de los estudiantes para identificar o regular las emociones asociadas a las discusiones y los comentarios despectivos. Tampoco se observaron intentos de la maestra para fomentar estas habilidades. (Fragmento de diario de campo)

Este fragmento pone en evidencia tanto una falta de habilidades socioemocionales en los estudiantes como la ausencia de estrategias educativas que fomentan la autorregulación emocional. Las discusiones y los comentarios despectivos no fueron gestionados apropiadamente, lo que sugiere que los estudiantes no han desarrollado herramientas efectivas para manejar sus emociones en contextos sociales conflictivos. Esta situación resalta la importancia de que los docentes se integren en su práctica educativa, actividades que ayuden a los estudiantes a identificar y regular sus emociones, además de enseñarles cómo interactuar de manera respetuosa y empática con sus compañeros. La atención de estas intervenciones por parte de la maestra refuerza la necesidad de promover la educación emocional de manera sistemática y deliberada dentro del aula.

- Se observó que los estudiantes mantienen un temor persistente a comunicar sus emociones a la maestra. Esto indica una falta de confianza que limita la expresión emocional y podría afectar su desarrollo emocional. (Fragmento de diario de campo)

Se resalta un factor crítico en la dinámica emocional del aula: la falta de confianza de los estudiantes hacia la maestra. El temor persistente a compartir sus emociones refleja una barrera importante en el desarrollo de habilidades emocionales. La comunicación emocional es esencial para que los estudiantes aprendan a reconocer y gestionar sus sentimientos, y cuando esto no ocurre, su desarrollo emocional se ve restringido. Este fenómeno subraya la necesidad de crear un ambiente donde los estudiantes se sientan seguros y respaldados para expresar sus emociones sin temor al juicio o la descalificación, lo cual es fundamental para su crecimiento emocional.

- La persistencia del temor a comunicarse con la maestra también evidencia una confianza limitada en la relación maestra-estudiante. (Fragmento de diario de campo)

Aquí se señala una dimensión crítica de la relación entre la maestra y los estudiantes: la confianza. La persistencia del temor de los estudiantes para comunicarse emocionalmente con la maestra refleja una relación de confianza débil que puede dificultar el proceso de aprendizaje socioemocional. Es esencial que los docentes construyan una relación de confianza con sus estudiantes, ya que esta confianza permite la apertura y expresión emocional, aspectos fundamentales para el desarrollo de la inteligencia emocional. Un

entorno en el que los estudiantes se sienten escuchados y validados emocionalmente contribuye a su bienestar y fortalece su capacidad de gestionar emociones de manera efectiva.

Lo que nos lleva también a que el docente tiene que estar lo suficientemente capacitado para llevar una buena educación emocional en el aula promoviendo así el bienestar de los mismos, es por esto que Pacheco (2016) afirma que la educación emocional propicia, además, la formación de docentes con mayor y mejor preparación para afrontar los diversos y complejos retos de la tarea de educar. Tras el análisis de la entrevista realizada a la docente encontré varios fragmentos que indican que se prioriza lo académico sobre lo emocional en el aula y que no existe la suficiente capacitación y recursos para la misma:

- "¿Ahora, en cuanto a las emociones, no hay un tema en sí para ponernos a trabajar de emociones, porque qué es lo que nos pide el Ministerio de Educación? ¿Qué nos piden las compañeras de aquí? ¿De ciencias naturales? ¿Estudios sociales, nos piden esto, nos piden el otro, pero sin embargo nosotros tenemos que trabajar valores, tenemos el tema de tutoría, 1 h a la semana no es basta, pero qué tenemos que hacer?" (Fragmento de entrevista)

En este caso, la maestra subraya una de las principales barreras que enfrentan al integrar la educación emocional en el currículo: la falta de tiempo y la priorización de otros contenidos establecidos por el Ministerio de Educación. Aunque reconoce la relevancia de trabajar las emociones y valores, la carga curricular en otras asignaturas y la escasa dedicación a la tutoría semanal limitan la posibilidad de abordar de manera profunda los aspectos socioemocionales. Esta situación pone en evidencia la necesidad de una reforma curricular que permita un enfoque más inclusivo de la educación emocional, garantizando que los estudiantes puedan desarrollar sus habilidades emocionales de forma integral dentro del marco educativo.

- "Tenemos que regirnos a un horario que en base a eso nos da el Ministerio de Educación. Pero nosotros somos seres humanos, sabemos la necesidad que tienen ellos y si conversamos a veces, yo me refiero cuando ustedes están aquí, trato de cumplir el horario porque ustedes vienen a ver, vienen a observar, vienen a trabajar, pero a veces cuando ellos ya están conversando, ellos ya preguntan de los estados, los cambios que van a tener cuando son jóvenes, cuando las mujercitas, que esto, que lo otro, en serio preguntan y nosotros tenemos que ayudarles." (Fragmento de entrevista)

El testimonio de la docente refleja el dilema que enfrenta al querer atender las necesidades emocionales de los estudiantes mientras se intenta cumplir con el horario preestablecido. Aunque las inquietudes emocionales surgen de manera natural en los niños, especialmente en relación a los cambios físicos y emocionales durante la adolescencia, el sistema educativo actual limita la capacidad de los maestros para profundizar en estos temas. La preocupación de la maestra por cumplir con el horario establecido muestra cómo las restricciones curriculares pueden obstaculizar el acompañamiento emocional necesario para que los estudiantes comprendan y gestionen mejor sus emociones. Este comentario destaca la urgencia de flexibilizar el currículo para que los docentes puedan abordar los aspectos socioemocionales de manera más fluida y efectiva.

- "Recientemente nos dieron unas capacitaciones que en las inserciones tenemos que tener una destreza en la que debemos incluirle en cada asignatura. Y ahí viene ya lo que es aplicación también de Socioemocional, pero en base a los resultados que tuvimos en las fichas de aplicación. ¿Pero y si no tenemos en las fichas de aplicación y estamos muy dejando de lado? Lo que se hacen es tomar casos que ellos pretenden solucionar." (Fragmento de entrevista)

Este comentario resalta una de las principales dificultades al intentar implementar la educación socioemocional de manera efectiva: la falta de herramientas y recursos adecuados. A pesar de la capacitación recibida, el docente señala que la aplicación de estas competencias en las asignaturas es limitada y, en muchos casos, depende de una intervención reactiva ante situaciones que surgen espontáneamente. La ausencia de una estructura clara y de herramientas apropiadas, como las fichas de aplicación, muestra cómo la educación emocional, aunque bien intencionada, aún no se integra de manera y sistemática dentro del currículo. Esto resalta la necesidad urgente de desarrollar y ofrecer recursos más accesibles y aplicables para que los docentes puedan abordar la educación socioemocional de manera continua y estructurada.

Las líneas mencionadas anteriormente demuestran que no se le da el nivel de priorización necesario ni el tiempo correspondiente al tema emocional se puede evidenciar que en las instituciones la educación emocional tiene un nivel de importancia secundario para las autoridades escolares. Por consiguiente, esto lleva a que los estudiantes normalicen que sus emociones o sentimientos no son indispensables dentro de la escuela.

De igual manera tras la entrevista con la docente llegamos al análisis que todo se origina o proviene de la casa desatándose así conductas o comportamientos negativos dentro del ambiente áulico:

- "El caso de Roberto que menciona que sus hermanos lo maltrataron y ustedes no sé si le han notado que tiene también un comportamiento agresivo. ¿Por qué? Porque es en base a lo que él aprendió desde su propia familia." (Fragmento de la entrevista)

Aquí se refleja cómo el entorno familiar impacta las emociones y conductas de los estudiantes. Roberto presenta un comportamiento agresivo, relacionado con el maltrato familiar, lo que resalta la importancia de abordar la educación emocional en un contexto integral que considera las influencias familiares. El comportamiento agresivo de Roberto muestra cómo los estudiantes pueden traer consigo patrones emocionales aprendidos en casa que se reflejan en la escuela.

- Al momento de tener esa conversación entre docente y los estudiantes presentan un momento de nerviosidad, no dan la información completa, entonces, pero con el transcurso de los días usted les va viendo a los niños qué está pasando, mediante que no presentan deberes, el aseo personal, se les llama la atención y los padres de familia a veces no llegan a tener en cuenta en estas situaciones." (Fragmento de la entrevista)

Lo que se evidencia aquí es que la nerviosidad de los estudiantes al interactuar con la docente muestra la falta de confianza emocional, lo cual puede obstaculizar la expresión de sus sentimientos. Los problemas académicos y de higiene personal también son signos de posibles dificultades emocionales no atendidas. A pesar de las observaciones de los docentes, el poco involucramiento de los padres dificulta la mejora en el bienestar emocional y académico de los estudiantes.

En este punto es necesario recalcar que a través de la forma en cómo el docente se relaciona con los alumnos, será este un ente de transmisor de valores y actitudes (Moraga, 2015). Por lo tanto, en cuestión de que exista un impacto positivo, es necesario poseer competencias socioemocionales que puedan influenciar en el aprendizaje del alumno. (Lagos, 2020)

Pues bien, lo mencionado anteriormente podemos decir que, en este sentido, el desarrollo de competencias socioemocionales en el docente no solo favorece la construcción de un clima de aula positivo, sino que también permite establecer relaciones significativas basadas en la confianza, el respeto y la empatía. Estas competencias habilitan al docente para gestionar sus propias emociones, lo que a su vez impacta en su capacidad de modelar comportamientos asertivos y resilientes frente a los desafíos cotidianos del aula. De esta manera, el docente se convierte en un agente clave que promueve no solo el aprendizaje

académico, sino también el bienestar emocional de los estudiantes, fomentando su crecimiento integral y potenciando sus habilidades para interactuar de forma efectiva en diversos contextos.

6.3 Apoyo Emocional y Social de los Niños

El apoyo emocional y social es un pilar fundamental en el desarrollo integral de los niños, ya que influye directamente en su bienestar, aprendizaje y capacidad para establecer relaciones saludables. Durante la infancia, las experiencias emocionales y las interacciones sociales moldean habilidades esenciales como la empatía, la autorregulación y la resolución de conflictos. Por ello, brindar un entorno seguro, afectivo y lleno de acompañamiento adecuado les permite a los niños no solo enfrentar los desafíos propios de su etapa de desarrollo, sino también construir una base sólida para su futuro crecimiento personal y social. En este contexto, el papel de las familias, los docentes y la comunidad es esencial para proporcionar herramientas que fortalezcan su autoestima y su sentido de pertenencia.

Como sabemos es en la infancia donde se observa la situación de empezar a ser conscientes de las emociones y de reconocer la de los demás al mismo tiempo (Henao y García, 2009). Por lo tanto, se resalta lo necesario de desarrollar competencias que le permitan poder interactuar con los demás, regulando sus emociones y comprendiendo las mismas. (Lagos, 2020). Pues bien, tras nuestro análisis de los diarios de campo hemos identificado en déficit de empatía y cooperación que existe entre compañeros dentro del aula, dando como resultado un ambiente áulico negativo:

- Los problemas disciplinarios, como peleas, comentarios despectivos y actitudes violentas, generaron un entorno hostil que afectó las relaciones positivas entre los estudiantes. (Fragmento de diario de campo)

Este fragmento resalta cómo los constantes conflictos entre los estudiantes afectan el ambiente escolar y las relaciones interpersonales. Las peleas y actitudes violentas crean un entorno hostil que dificulta el desarrollo de habilidades socioemocionales como la empatía y la cooperación. Es crucial intervenir en estos conflictos para promover un clima escolar más saludable y seguro que favorezca el bienestar emocional de los estudiantes.

- No se observaron comportamientos de apoyo o empatía entre los estudiantes. Por el contrario, las actitudes violentas y los comentarios despectivos reflejan un ambiente de conflicto y falta de solidaridad. (Fragmento de diario de campo)

Aquí se demuestra que la ausencia de apoyo o empatía entre los estudiantes indica una deficiencia en las competencias socioemocionales, particularmente en la gestión de

emociones y el trato respetuoso. Las actitudes violentas y comentarios despectivos no solo reflejan un ambiente conflictivo, sino que también contribuyen a la falta de solidaridad, lo que resalta la necesidad de fortalecer la educación emocional para fomentar relaciones más positivas y colaborativas.

- No se evidenciaron comportamientos significativos de apoyo o empatía entre compañeros. Las molestias y apodos entre algunos estudiantes indican una falta de sensibilidad hacia los sentimientos de los demás. (Fragmento de diario de campo)

Esto nos da a entender que la falta de apoyo y empatía observada entre los estudiantes subraya un déficit en su desarrollo emocional y social. Los apodos y molestias reflejan una falta de respeto hacia los sentimientos ajenos, lo que crea un ambiente tóxico en el aula. Para promover una convivencia armónica, es esencial trabajar en el fortalecimiento de las competencias emocionales que permita a los estudiantes comprender y respetar las emociones de sus compañeros.

Complementando con los fragmentos expresados anteriormente, García (2012) sostiene que la educación emocional debe ser entendida, conceptualizada y aplicada con el fin de que los estudiantes logren un mayor autoconocimiento y comprensión de los demás, promoviendo el respeto mutuo y hacia su entorno. De esta manera, se busca el desarrollo integral de su personalidad como un paso fundamental para la construcción de la felicidad.

A través de ello, se logra el bienestar personal y social, para disminuir el impacto que puede tener determinadas situaciones que contraen actitudes impulsivas y que son necesarias de manejar; así como el estrés, la agresividad, entre otras. (Lagos, 2020)

Ahora bien, es importante reconocer que estos comportamientos de desinterés, poca empatía o comportamientos negativos entre compañeros no surgen de manera aislada, sino que muchas veces están influenciados por factores externos que afectan el desarrollo socioemocional de los estudiantes. Entre estos factores destaca la presión académica y familiar que enfrentan, la cual puede generar altos niveles de estrés y afectar su capacidad para manejar emociones de manera adecuada. La exigencia constante por obtener buenos resultados académicos, combinada con expectativas familiares rigurosas, puede derivar en sentimientos de frustración, inseguridad e, incluso, en actitudes impulsivas o conflictivas. Así mismo Pacheco (2016) contribuye a lo anterior y afirma que entender sus causas desde su propia perspectiva, precisa de una mirada atenta al contexto familiar y comunitario en el que el individuo se desarrolla, de igual manera la insuficiencia de educación emocional de la cual todas y todos en mayor o menor medida la llevamos.

En el ámbito escolar, esta presión se traduce en un aumento de la competitividad entre compañeros y una disminución de la empatía y la cooperación. A nivel familiar, las altas expectativas o la falta de apoyo emocional contribuyen a que los estudiantes sientan que sus logros son más importantes que su bienestar. Esta combinación de demandas académicas y familiares dificulta que los niños desarrollen un sentido de equilibrio emocional, lo que repercute tanto en su desempeño escolar como en sus relaciones interpersonales. Por ello, el aprender a ser, a aprender y a convivir juntos, así como el sentirnos competentes, se generan y gestionan desde lo emocional y lo motivacional. (Pacheco, 2016)

El pensar en cómo resolver un problema, y lograrlo, produce sensaciones, emociones y sentimientos positivos (como parte de la realización de la persona), en tanto sucede todo lo contrario en el caso de fracasar, por lo que es posible afirmar que la capacidad para atender y entender las emociones, experimentar de manera clara los sentimientos, poder comprender los estados de ánimo, tanto negativos como positivos, son aspectos que influyen de manera decidida sobre la salud mental del individuo, afectan su equilibrio psicológico y, por ende, su rendimiento académico (Fernández-Berrocal y Ruiz, 2008). Por lo que a continuación presentamos varios fragmentos de los diarios de campo en donde se evidencia la presión académica que tienen los estudiantes:

- Los estudiantes mostraron emociones variadas frente a los resultados de los exámenes. Algunos estaban tristes e inconformes, mencionando la presión de las expectativas familiares, mientras que otros se mostraron indiferentes. (Fragmento de diario de campo)

Se da a entender que las emociones expresadas por los estudiantes reflejan cómo las expectativas externas, especialmente las familiares, influyen en su bienestar emocional. Mientras algunos reaccionan con tristeza e inconformidad ante lo que perciben como un fracaso, otros adoptan una postura distante o indiferente, quizás como una forma de protegerse del malestar emocional. Esta diferencia en las respuestas emocionales sugiere que los estudiantes tienen diferentes mecanismos de afrontamiento ante el estrés académico, lo que resalta la importancia de trabajar en su regulación emocional para que puedan enfrentar los desafíos de manera más saludable y consciente.

- Varios estudiantes expresaron temor y tristeza al recibir los resultados de los exámenes, llegando incluso a desbordar sus emociones con llanto. (Fragmento de diario de campo)

Este fragmento expresa que el llanto es una respuesta emocional que puede denotar un alto nivel de frustración y ansiedad ante la percepción del fracaso. Los estudiantes, al mostrar temor y tristeza, no solo evidencian una relación problemática con sus resultados académicos, sino también una falta de estrategias para manejar el estrés y la presión. Este tipo de reacciones intensas subraya la necesidad de proporcionarles herramientas para gestionar sus emociones, especialmente en contextos evaluativos, para evitar que situaciones como estas afecten su autoestima y rendimiento académico.

- El temor expresado por los estudiantes respecto a las consecuencias de sus notas sugiere una falta de confianza en sí mismos y en su capacidad para manejar las repercusiones de sus resultados académicos de manera asertiva. (Fragmento de diario de campo)

La preocupación de los estudiantes por las consecuencias de sus calificaciones revela una inseguridad subyacente que está relacionada con su falta de confianza en su capacidad para manejar los retos académicos de manera eficaz. Este temor no solo está vinculado a la ansiedad por las notas, sino también a la percepción de que su valor está determinado por su desempeño académico. Fomentar la autoconfianza y proporcionar un espacio para que los estudiantes aprendan a manejar sus emociones de manera asertiva es esencial para su desarrollo integral y su bienestar emocional frente a los retos escolares.

Aquellos fragmentos presentados anteriormente evidencian la deficiencia de empatía y cooperación entre compañeros al igual que la necesidad de fortalecer vínculos dentro del aula de clase.

6.4 Implementación de la Propuesta de Intervención Educativa para el Fomento de la Educación General Básica

En este apartado nos parece imprescindible destacar los resultados que obtuvimos a partir de nuestra intervención didáctica, pero de una forma más contextualizada. Es necesario resaltar la importancia de la educación emocional en el aula debido a que pueden servir como una guía para los docentes en el sentido pedagógico.

Cabe destacar que para desarrollar de manera efectiva nuestra propuesta nos enfocamos en las cinco fases o dimensiones mencionadas por el gran referente de educación emocional Rafael Bisquerra (2000) las cuales son: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y habilidades de vida y bienestar de igual manera fusionamos este pensamiento de Bisquerra con la metodología RULER el mismo que tiene por objetivo mejorar las relaciones de los alumnos reforzando sus vínculos

con sus compañeros, aumentando su participación en el aprendizaje y apoyando sus conexiones con los profesores.

Al igual que Bisquerra, RULER ayuda a los estudiantes a gestionar sus emociones, mejorar sus relaciones interpersonales y fomentar su bienestar personal, asegurando un enfoque integral y práctico para el desarrollo emocional en el ámbito educativo. Nuestra propuesta esta conformada por cinco sesiones las mismas que responden a cada una de las dimensiones propuestas por Bisquerra así tambien como las habilidades y objetivos principales del método RULER objetivos : mejorar las relaciones interpersonales, crear un clima positivo, aumentar la participación en el aprendizaje. Habilidades: reconocer las emociones, comprender las emociones, liberar las emociones, utilizar las emociones, regular las emociones.

Así mismo tomamos en cuenta como base metodológica el curriculo de los niveles de educación obligatoria (2016) y Currículo Priorizado Con Énfasis En Competencias Comunicacionales, Matemáticas, Digitales Y Socioemocionales (2021): en donde el alumno es el protagonista del aula, desarrolla un aprendizaje autónomo y colaborativo, así como también se fomenta un pensamiento crítico y creativo. Tras llevar a cabo estas características se presentó una notable mejoría en todos estos aspectos como: la seguridad, empatía y realción entre pares, la regulación emocional y la comunicación de los niños. Aquello lo explicaré a continuación:

- Durante la jornada, se observaron interacciones positivas que promovieron la seguridad emocional y la inclusión. Los niños mostraron entusiasmo al recibir material nuevo y se sintieron motivados por la participación activa de la maestra, quien alentó y se integró en las actividades, creando un ambiente de confianza y colaboración. (Fragmento del diario de campo)

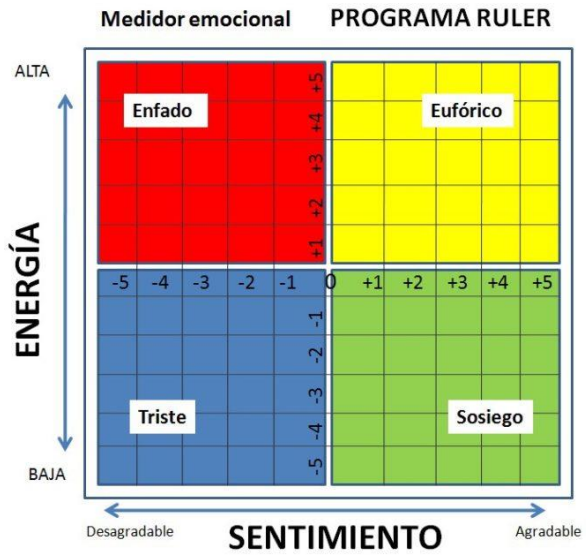
Realizamos la primera sesión que respondió la primera fase: conciencia emocional que propone Bisquerra (2000) en donde realizamos varias actividades. Primero iniciamos con breve conversatorio sobre que son las emociones y la importancia de sentirlas luego realizamos de manera conjunta un “emocionario” dentro del aula los estudiantes mencionaron sus emociones más comunes en donde mencionaron: la alegría, tristeza, enojo, ansiedad, calma y sorpresa.

Luego fuimos anotando las emociones mencionadas por los estudiantes y presentamos otras emociones que también iban a estar presentes en este emocionario y estas fueron: enfermo, preocupado, serio, pensativo y avergonzado y representando

mediante caritas las pusimos en lugar visible para todos (borde de la pizarra) discutimos acerca de cómo identificar estas emociones y que momentos las sienten, seguido a esto presentamos y distribuimos hojas con "termómetros emocionales" a cada estudiante, el termómetro contiene varias secciones (4 cuadrantes con distintos colores) donde se ubicarán las emociones.

Figura 10

Referencia del medidor emocional



Entregamos también stickers o calcomanías permitiendo a los estudiantes escoger con el que más se identificaran o el que más les gustara en este caso de animalitos. Este tipo de actividad visual está sustentado por el modelo de Bisquerra (2000), quien destaca la importancia de ofrecer a los estudiantes herramientas para reconocer, comprender y gestionar sus emociones de forma autónoma. Posteriormente presentamos el mismo termómetro que estaban en las hojas, pero de manera física construido como material didáctico, el mismo que lo colocamos en el aula para que los estudiantes pudieran interactuar con este. Este enfoque se relaciona con la teoría de Goleman (1995) sobre la autoregulación emocional, la cual implica la capacidad de identificar y manejar nuestras emociones, algo que facilita la utilización de recursos tangibles como el termómetro emocional. Explicamos que deben pegar el sticker ya antes elegido que represente cómo se sienten en ese momento, o cómo creen que se sienten a lo largo de su jornada escolar para esto indicamos en qué consistía cada cuadrante y qué emociones podían colocar dentro de los mismos.

El cuadrante ROJO significa una emoción desagradable con alta energía, aquí se encuentran sentimientos como el nerviosismo, la rabia, la frustración y la ira. El cuadrante AZUL también representa una emoción desagradable, pero con baja energía, los sentimientos como la tristeza, el desánimo, la desolación y la soledad se encuentran aquí. El cuadrante VERDE, en cambio, representa emociones agradables, pero con baja energía, los sentimientos como la calma, la relajación, la serenidad, la gratificación, y el equilibrio. Y finalmente el cuadrante AMARILLO significa una emoción agradable con alta energía, y sentimientos como la alegría, emoción, entusiasmo y el empoderamiento se posicionan aquí. Este modelo de clasificación de emociones se alinea con la teoría de Salovey y Mayer (1990), quienes proponen que una correcta identificación y categorización de las emociones es un paso esencial para desarrollar una adecuada inteligencia emocional.

Los estudiantes deberán clasificar las emociones según su intensidad. Por ejemplo, si están muy felices, podrían poner el sticker en la parte más alta del termómetro; si están enojados, en la parte más baja, y así sucesivamente. Esta técnica les permite conectar la intensidad de sus emociones con su comportamiento, promoviendo la autoconciencia emocional, un concepto destacado por Zins et al. (2004), quienes subrayan que el reconocimiento de las emociones es un paso esencial para gestionar eficazmente las mismas.

Luego de explicar en qué consistía el termómetro, cada estudiante usó su símbolo para marcar su emoción en los diferentes momentos del día. Explicamos que cada día los estudiantes deberán colocar su símbolo en la parte del termómetro donde sientan que está su emoción en tres momentos del día: al entrar al aula, antes de salir al recreo y al terminar la jornada escolar. Este tipo de seguimiento continuo permite a los estudiantes desarrollar una mayor comprensión de cómo sus emociones varían a lo largo del día y cómo esto se relaciona con sus experiencias y comportamientos. Según Goleman (1995), la autorregulación emocional que se promueve con esta práctica les ayudará a los estudiantes a gestionar mejor sus emociones, lo cual influye positivamente en su rendimiento académico y bienestar personal.

Esto nos permitió que los estudiantes vayan siendo conscientes de cómo varían sus emociones durante el día y, con el tiempo, los ayudará a identificar patrones o situaciones que afecten su bienestar emocional y, a su vez, nos ayudó a monitorear el estado de sus emociones cuando realizábamos actividades emocionales con ellos. Este proceso de monitoreo es esencial para la identificación de patrones emocionales que puedan influir en su desempeño, tal como lo menciona Bisquerra (2000), quien considera que las estrategias de monitoreo de emociones permiten una mejor comprensión de las situaciones emocionales

y contribuyen al desarrollo de competencias socioemocionales que favorecen el bienestar de los estudiantes.

Figura 11

Actividad inicial de la Propuesta



Figura 13

Imagen de la Actividad inicial Propuesta



Figura 12

Imagen de la actividad inicial propuesta



Figura 16

Imagen de la Actividad Propuesta – Sesión 1



Figura 15

Imagen de la Actividad Propuesta – Sesión 1



Figura 14

Imagen de la Actividad Propuesta – Sesión 1



En este mismo contexto, como resultado de las actividades propuestas para esta fase, los niños comprendieron y pudieron identificar sus emociones las mismas que se encuentran presentes en su día a día. No destaco los contenidos o conceptos aprendidos sino resalto que es fundamental enseñarles a identificar sus emociones, comprender cómo afectan su comportamiento y cómo pueden expresarlas de manera adecuada. (Zambrano y Vargas, 2024)

Al concluir esta actividad, en una reflexión de la clase, obtuvimos las siguientes percepciones de los alumnos:

- Sabemos que existen muchas emociones.
- Tenemos muchas emociones pasando a lo largo de nuestro día.
- Sé que tengo muchas emociones dentro de mí.
- Siento muchas emociones en diferentes situaciones. (Fragmento de diario de campo)

En la siguiente sesión que desarrollamos correspondiente a la fase 2 – regulación emocional consistió en ayudar a los estudiantes a entender qué significa regular las emociones y por qué es importante. La actividad tuvo como objetivo principal enseñar a los estudiantes a regular y manejar sus emociones de manera efectiva, promoviendo el uso de estrategias prácticas y aplicables en su vida diaria. Inició con una introducción breve, durante la cual se llevó a cabo una conversación grupal sobre el significado de la regulación emocional y su importancia. La regulación emocional permite a los estudiantes evitar reacciones impulsivas o desadaptativas, lo que contribuye a la creación de un ambiente de aprendizaje más positivo. (Zambrano y Vargas, 2024).

Los estudiantes compartieron sus ideas sobre qué hacen cuando están enojados o tristes, entre las algunas que mencionaron fueron: que se lastiman físicamente a ellos mismos, se entretienen jugando en dispositivos electrónicos, comen algo, entre otras situaciones similares a estas, seguido a esto se les presentó algunas estrategias sencillas, como respirar profundamente o pensar en un lugar tranquilo. En las etapas de básica elemental y media, los niños y adolescentes comienzan a experimentar una gama más amplia de emociones y a enfrentar desafíos que exigen una mayor comprensión y regulación de sus sentimientos. (Zambrano y Vargas, 2024)

Posteriormente, se desarrolló un juego de roles, en el que los estudiantes fueron divididos en pequeños grupos y representaron situaciones emocionales usando tarjetas con ejemplos prácticos. Cada grupo eligió una estrategia de regulación para manejar la emoción y recibió sugerencias adicionales de sus compañeros. Finalmente, la actividad culminó con

una lluvia de ideas, donde los estudiantes escribieron o dibujaron sus propias estrategias para calmarse en momentos difíciles y las compartieron con la clase. Como resultados de la actividad fue que nos permitió fomentar la reflexión personal y el aprendizaje colaborativo, construyendo un repertorio de herramientas emocionales que los estudiantes podrán aplicar en su vida cotidiana. La educación emocional en esta fase se centra en desarrollar habilidades como la autorregulación, el reconocimiento emocional y la resolución de conflictos, lo cual les permite manejar el estrés y la frustración (Vera, 2021).

Figura 17

Imagen de la Actividad Propuesta – Sesión

Figura 18

Imagen de la Actividad Propuesta – Sesión 2

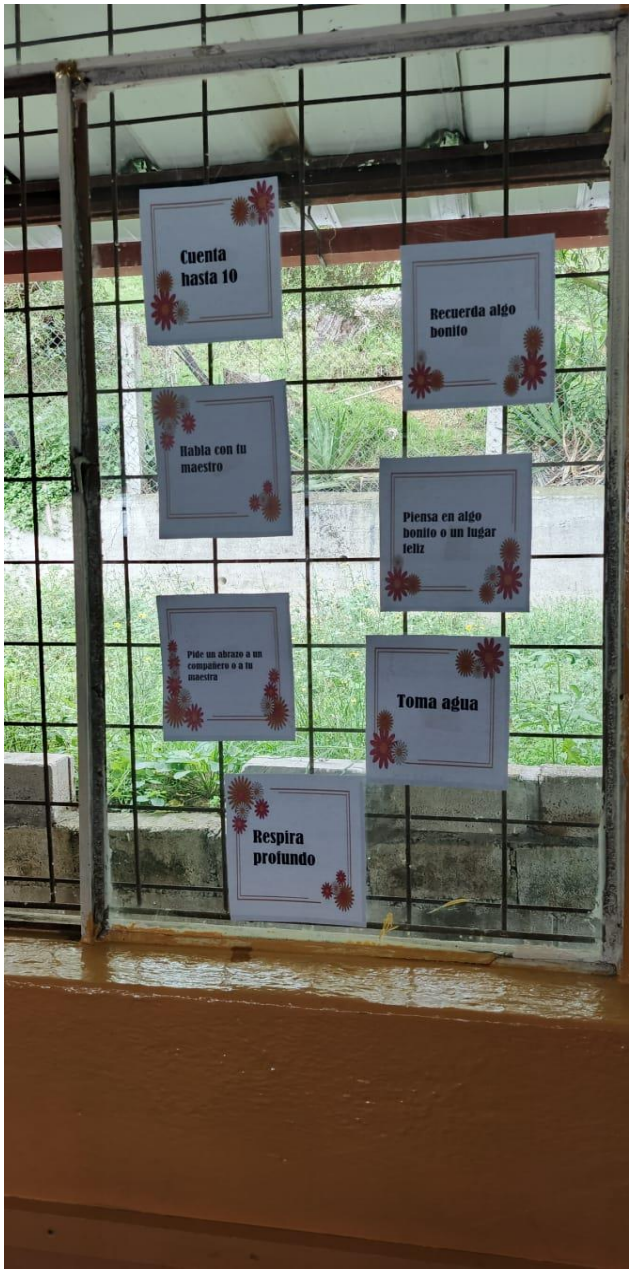


Figura 20

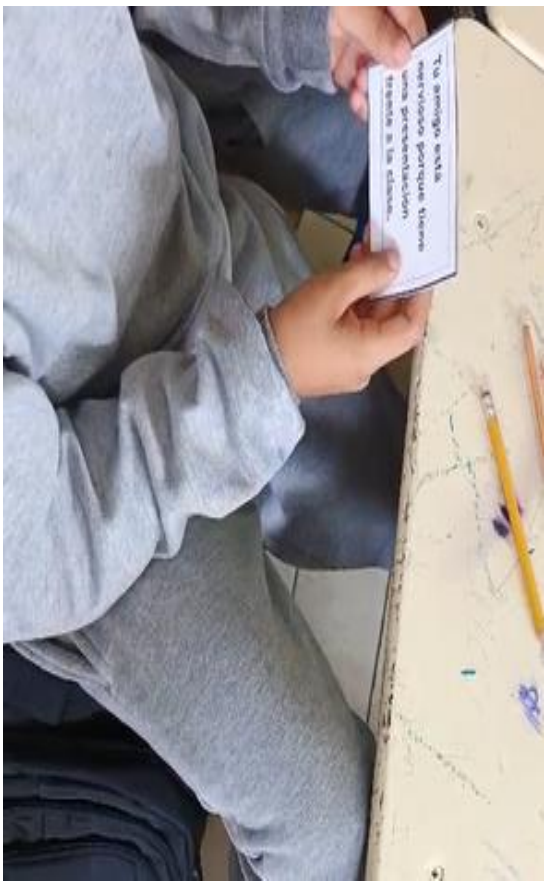
Imagen de la Actividad Propuesta – Sesión 2



Figura 19

Imagen de la Actividad Propuesta – Sesión 2





En la tercera sesión, centrada en la Fase 3 de Autonomía Emocional, se trabajó para fomentar la independencia emocional de los estudiantes a través del autoconocimiento y el fortalecimiento de su confianza. La autonomía emocional no solo implica reconocer y comprender nuestras propias emociones, sino también saber expresarlas de manera saludable y constructiva. (Herrera et al. 2024)

La actividad comenzó con una breve introducción donde se discutió la importancia de conocerse a uno mismo y cómo esto contribuye a manejar las emociones de manera autónoma. Luego, se presentó el concepto del "diario emocional" como una herramienta personal para reflexionar sobre las emociones los estudiantes personalizaron sus diarios, y posteriormente escribieron o dibujaron sobre una emoción reciente, qué la provocó y cómo la manejaron, reflexionando también sobre estrategias futuras. Como resultado de la sesión se promovió la autorreflexión y brindó a los estudiantes una herramienta práctica para gestionar sus emociones de forma independiente.

Figura 22

Actividad Propuesta - Sesión 3

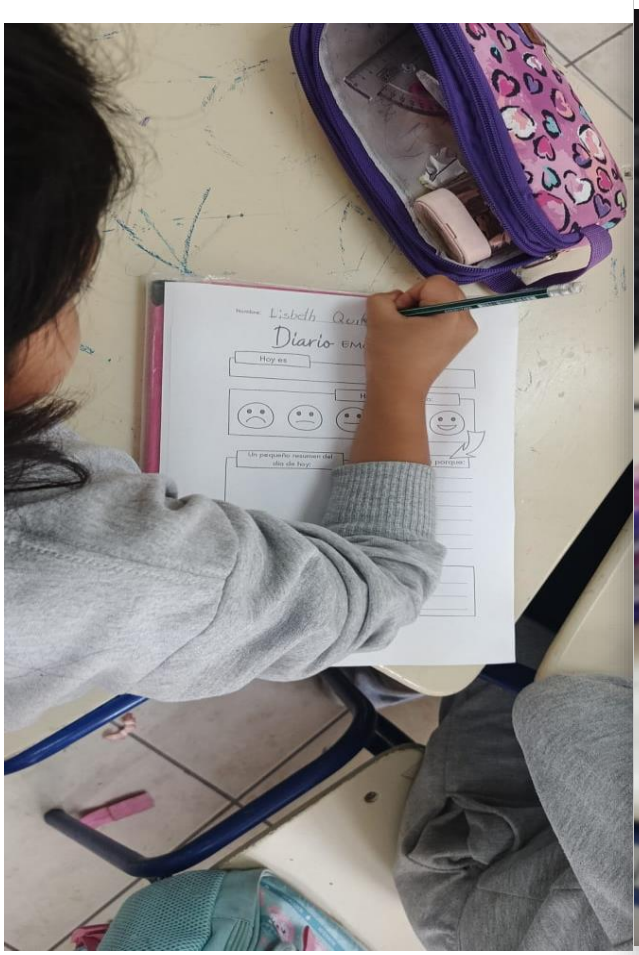


Figura 21

Actividad Propuesta - Sesión 3



Figura 23

Actividad Propuesta - Sesión 3



En la cuarta sesión, centrada en la Fase 4 de Competencia Social, se trabajaron habilidades de empatía para fortalecer las relaciones interpersonales. Los estudiantes reflexionaron sobre el significado de la empatía y su importancia mediante preguntas y ejemplos cotidianos. la educación emocional tiene un impacto significativo en la calidad de las relaciones interpersonales dentro del aula y en la construcción de un clima escolar positivo. (Zambrano y Vargas, 2024)

Luego, participaron en el "Juego de la Empatía", donde analizaron situaciones sociales a partir de tarjetas, identificando las emociones de los personajes y proponiendo acciones empáticas para ayudarlos. Al finalizar, reflexionaron sobre cómo aplicar la empatía en su vida diaria. Cuando los estudiantes desarrollan habilidades como la empatía, la comunicación asertiva y la resolución pacífica de conflictos, las dinámicas sociales mejoran de manera considerable. (Zambrano y Vargas, 2024)

La actividad resultó en un mayor entendimiento de las emociones ajenas y en el desarrollo de actitudes más solidarias y comprensivas entre los estudiantes. Los estudiantes que son emocionalmente competentes pueden gestionar sus emociones de manera efectiva, lo que reduce la aparición de comportamientos disruptivos o violentos en el aula (Carrión, 2023)

Figura 25

Actividad Propuesta - Sesión 4

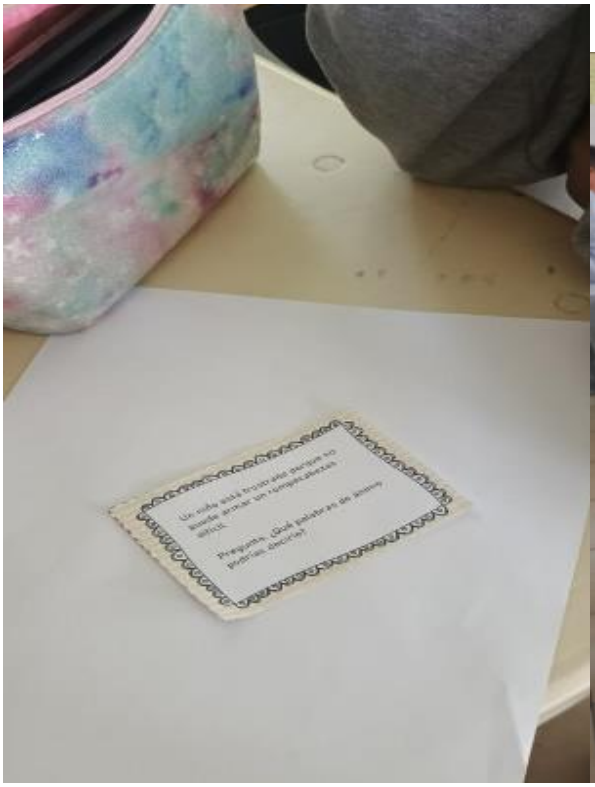


Figura 24

Actividad Propuesta - Sesión 4



En la quinta sesión, enfocada en la Fase 5 de Habilidades de Vida y Bienestar, se promovió un estilo de vida equilibrado y saludable mediante la elaboración de un "Plan de Bienestar". Los estudiantes reflexionaron sobre actividades que los hacen sentir felices y tranquilos, comprendiendo la importancia de mantener hábitos saludables. Luego, cada uno diseñó su plan personal, el mismo que se centró en fomentar el bienestar emocional de los estudiantes mediante la autorregulación emocional. A través de esta actividad, los niños tuvieron la oportunidad de reflexionar sobre sus emociones y crear un plan personal para gestionar su bienestar.

El objetivo era que cada estudiante diseñara un plan que incluyera actividades que los ayudaran a mantener un equilibrio emocional durante su jornada escolar. Este plan se construyó alrededor de cuatro áreas clave: actividades físicas, momentos de tranquilidad, interacciones sociales y prácticas de gratitud, las cuales están orientadas a promover una actitud positiva y de autocuidado.

En primer lugar, las actividades físicas incluían opciones como caminar, correr, bailar o practicar deportes. Los estudiantes pudieron reflexionar sobre cómo estas actividades les ayudaban a liberar tensiones, sentir más energía o mejorar su estado de ánimo. Los momentos de tranquilidad se referían a actividades como leer, escuchar música suave, meditar o descansar, los cuales les ayudaban a calmarse y reducir el estrés. Los niños podían reconocer cómo estas prácticas los ayudaban a sentirse más relajados y menos ansiosos.

El siguiente aspecto del plan era las interacciones sociales, donde los niños reflexionaron sobre la importancia de compartir momentos con sus amigos y compañeros. Al pasar tiempo juntos, podían sentirse apoyados emocionalmente y disfrutar de la compañía mutua. Los niños manifestaron sobre cómo el compartir o jugar con amigos les generaba felicidad y les ayudaba a sentirse más conectados con los demás. Finalmente, las prácticas de gratitud los invitaron a reconocer y reflexionar sobre lo que agradecen en sus vidas. Este componente les permitió escribir sobre cosas simples pero significativas como la familia, los amigos, la escuela o las actividades que les generaban bienestar.

Antes de comenzar a diseñar su plan personal, los estudiantes expresaron cómo se sentían en su día a día. Algunos dijeron que se sentían cansados y otros estresados después de las clases, pero que se sentían mejor al salir al recreo. Otros mencionaron que cuando se sentían tristes, escuchar música tranquila les ayudaba a relajarse. Al crear su plan personal, los estudiantes tuvieron la oportunidad de personalizarlo, añadiendo dibujos y colores que lo hicieran más accesible y significativo para ellos. Esto no solo les permitió visualizar de manera clara las estrategias para manejar sus emociones, sino que también promovió un mayor compromiso con el proceso de autorregulación emocional.

La necesidad de proponer actividades de bienestar emocional que propicien el desarrollo de las aptitudes, la autoestima, las relaciones personales y el sentido del humor, predisponiendo la atención del estudiante hacia la motivación y adquisición de su aprendizaje. (Blanco et al. 2021) Al finalizar, compartieron parte de sus planes en grupos pequeños, comprometiéndose a aplicarlos en su vida diaria.

La actividad resultó en una mayor conciencia sobre la importancia del bienestar emocional y en la motivación de los estudiantes para adoptar hábitos positivos que contribuyan a su felicidad y salud, pues lo cual se evidenció en su participación activa y entusiasmo durante las actividades propuestas, como el ejercicio, momentos de tranquilidad y prácticas de gratitud. Además, los estudiantes empezaron a incorporar comentarios positivos y las mejoras en el ambiente del aula con mayor cooperación y empatía entre los estudiantes también fueron indicadores claros de que la actividad no solo sensibilizó sobre el

bienestar emocional, sino que motivó a los estudiantes a integrar estos hábitos en su vida diaria.

Figura 26

Actividades Propuestas - Sesión 5



Figura 27

Actividad Propuesta - Sesión 5

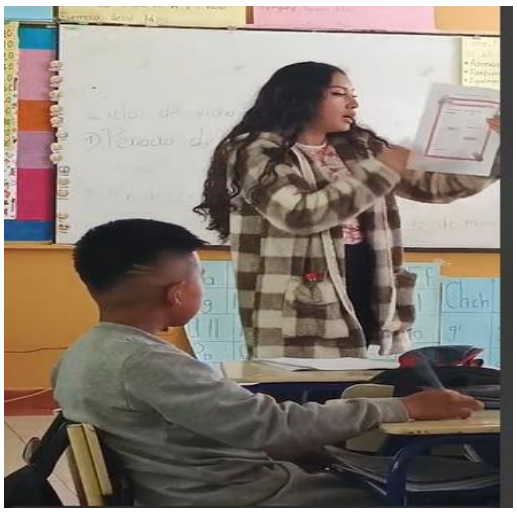
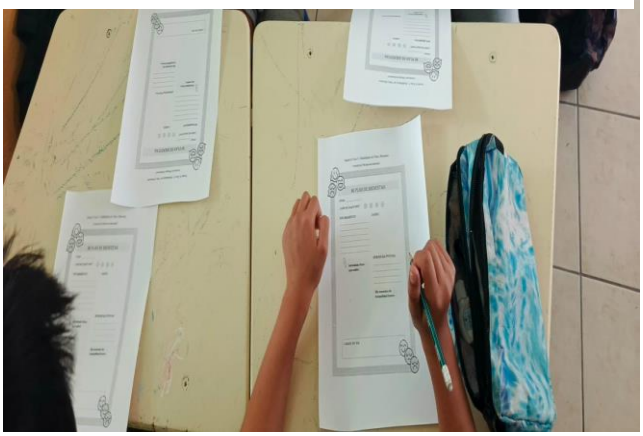


Figura 28

Actividad Propuesta - Sesión 5



Como resultado, logramos el objetivo principal del presente estudio, que fue desarrollar la educación emocional de manera integral en el quinto año de Educación General Básica. Los estudiantes mostraron un notable cambio en su manera de percibir y manejar sus emociones, lo que se reflejó en su participación activa y en los comentarios positivos que expresaron durante las actividades. Comentaron que se sintieron más tranquilos al identificar sus emociones y reconocer cómo estas influyen en su comportamiento, además, varios

manifestaron sentirse más conectados con sus compañeros, destacando que ahora podían expresar sus sentimientos con mayor confianza y sin temor al juicio.

Por otro lado, las interacciones dentro del aula mejoraron significativamente, con un ambiente más cooperativo y empático. Los estudiantes también señalaron que las actividades de gratitud y momentos de tranquilidad les ayudarán a relajarse y sentirse más felices en su día a día. Estos comentarios reflejan no solo la efectividad de la intervención, sino también la interiorización de los conceptos de autorregulación emocional, empatía y autocuidado, contribuyendo a un entorno más positivo tanto para el aprendizaje como para el desarrollo emocional de los estudiantes.

A través de una propuesta basada en actividades dinámicas y reflexivas, los estudiantes participaron activamente en su propio proceso de aprendizaje, fomentando su autonomía y autoconocimiento. Estas estrategias no solo les permitieron identificar y regular sus emociones, sino también cultivar habilidades como la empatía, el respeto por los demás y la capacidad de mantener relaciones saludables. Además, los niños comprendieron la importancia de cuidar su bienestar emocional como una parte esencial de su desarrollo personal. Finalmente, la implementación de esta propuesta demostró que la educación emocional, integrada al currículo educativo, es una herramienta efectiva para fortalecer el desarrollo integral de los estudiantes, preparándolos para enfrentar los retos emocionales de la vida diaria.

Esos fueron los resultados de la actividad y los temas abordados en las sesiones, en los cuales los estudiantes construyeron saberes fundamentales sobre aspectos clave de la educación emocional, como la regulación emocional, la empatía, el respeto por las emociones ajenas y la convivencia. A lo largo de las actividades, los niños no solo comprendieron teóricamente los conceptos, sino que también demostraron una capacidad creciente para reflexionar sobre sus propios sentimientos y cómo estos impactan sus relaciones con los demás.

Al finalizar las sesiones, junto con los estudiantes, logramos construir un concepto final que refleja el aprendizaje integral de la educación emocional: nuestras emociones influyen en cómo nos relacionamos, cómo percibimos a los demás y cómo nos cuidamos a nosotros mismos. Este aprendizaje destacó la importancia de gestionar nuestras emociones de manera saludable, comunicarnos con empatía y actuar con respeto, no solo hacia nosotros mismos, sino también hacia los demás.

7. Capítulo 7: Conclusiones

Tras el desarrollo de esta investigación, titulada “La Educación Emocional desde un Enfoque Integral en los Estudiantes de Quinto Año de Educación General Básica”, se presentan las conclusiones que responden a los objetivos planteados y reflejan los hallazgos más relevantes del estudio.

En primer lugar, el análisis del abordaje de la educación emocional desde el rol docente evidenció que, si bien los maestros reconocen la importancia del desarrollo socioemocional en los estudiantes, este aspecto no es abordado de manera estructurada en el aula. La falta de formación específica en educación emocional y la priorización de contenidos académicos tradicionales limitan la incorporación de estrategias pedagógicas que fomenten habilidades emocionales. Las prácticas docentes observadas se caracterizaron por atender las emociones de forma reactiva, sin un enfoque preventivo ni planificado, lo que revela la necesidad de un fortalecimiento en esta área.

En relación con el conocimiento y práctica de la educación emocional en los estudiantes, los resultados mostraron que, aunque los niños pueden identificar emociones básicas como la alegría o la tristeza, presentan dificultades para reconocer emociones más complejas y para gestionarlas adecuadamente en situaciones cotidianas. Esto pone de manifiesto la importancia de intervenir desde edades tempranas para que los estudiantes desarrollen competencias emocionales que les permitan enfrentar desafíos personales y sociales de manera efectiva.

El análisis de los documentos curriculares relacionados con la educación emocional permitió identificar que, si bien existen menciones sobre la importancia de las habilidades socioemocionales, estas no están integradas de manera explícita ni transversal en las planificaciones de las áreas de aprendizaje. El currículo prioriza aspectos cognitivos y académicos, relegando el desarrollo emocional a un nivel secundario. Esta situación limita a los docentes en la implementación de actividades que promuevan una educación emocional efectiva y requiere ajustes en las políticas educativas para que estas competencias sean parte esencial del proceso formativo.

A partir de estos hallazgos, se diseñó un plan de intervención basado en un enfoque integral de la educación emocional, utilizando estrategias fundamentadas en el modelo

RULER y actividades lúdico-reflexivas. Este plan fue implementado con éxito, generando un impacto positivo en los estudiantes. Las dinámicas propuestas fomentaron la participación activa, el reconocimiento de emociones propias y ajenas, y la práctica de valores como la empatía, el respeto y la comunicación asertiva. La propuesta permitió que los estudiantes no solo ampliaran su vocabulario emocional, sino que también adquirieran herramientas prácticas para regular sus emociones y mejorar la convivencia en el aula.

En conclusión, esta investigación demostró que la educación emocional es un componente clave para el desarrollo integral de los estudiantes, pero su abordaje requiere esfuerzos conjuntos entre los docentes, las instituciones educativas y las políticas curriculares. La implementación de estrategias de educación emocional en el aula no solo favorece el bienestar individual de los estudiantes, sino que también mejora el clima escolar y promueve aprendizajes más significativos. Por ello, se recomienda incorporar la educación emocional como un eje transversal en el currículo y fortalecer la formación docente para garantizar su integración efectiva en la práctica educativa.

8. Capítulo 8: Recomendaciones

En función a la propuesta de intervención didáctica diseñada e implementada, es crucial recomendar que su aplicación en el aula considere siempre la cantidad de estudiantes, asegurando que cada uno tenga la oportunidad de participar activamente en las actividades planteadas. Esto implica organizar los grupos y las dinámicas de manera que promuevan la inclusión y la equidad, permitiendo que todos los alumnos desarrollen sus habilidades emocionales en un ambiente colaborativo y respetuoso.

Asimismo, es imprescindible que el aula disponga de un orden espacial adecuado para realizar las dinámicas. Esto incluye la organización del mobiliario y la creación de espacios seguros y cómodos donde los estudiantes puedan expresarse libremente, participar en actividades grupales y reflexionar sobre sus emociones. Un entorno bien estructurado facilita la implementación exitosa de las actividades propuestas.

Además de trabajar los temas explícitos de la propuesta, se recomienda fomentar discusiones y espacios de reflexión que promuevan valores necesarios como el respeto, la empatía, la autoestima, la tolerancia, entre otros. Estos valores son esenciales para un enfoque integral de la educación emocional, ya que orientan el desarrollo socioemocional y promueven relaciones interpersonales saludables entre los estudiantes.

Es importante recordar que esta propuesta didáctica debe entenderse como una guía flexible para los docentes interesados en fomentar el desarrollo emocional de sus estudiantes. Su diseño está fundamentado teóricamente y respaldado por estrategias prácticas que buscan abordar esta temática de manera efectiva en el contexto escolar. Sin embargo, los maestros tienen la posibilidad de adaptarla a las características y necesidades de su grupo, incorporando elementos específicos que enriquezcan las actividades y potencien los aprendizajes.

Finalmente, se espera que los docentes que implementen esta propuesta se sientan inspirados y preparados para asumir el desafío de trabajar la educación emocional en el aula.

Al hacerlo, estarán contribuyendo al desarrollo integral de los estudiantes, no solo en el ámbito académico, sino también en su formación como seres humanos empáticos, resilientes y conscientes de sus emociones y las de los demás.

9. Referencias Bibliográficas

Albert, M. (2006). La investigación educativa: claves teóricas. McGraw-Hill Interamericana de España.

Alonso, L. (1999). Sujeto y discurso: el lugar de la entrevista abierta en las prácticas de la sociología cualitativa. En Delgado, J y Gutierrez, J Métodos y técnicas cualitativas de investigación en ciencias sociales. Madrid. Editorial Síntesis. pp. 225-239

Alzina, R. B. (2001). Orientación psicopedagógica y educación emocional en la educación formal y no formal. *Univ. Barcelona*.

Amaya-Mendoza, E. R. (2021). Educación Emocional y Complejidad. Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía, 6(12), 481-487.

Arnal, J. (1992), Investigación educativa. Fundamentos y metodología. Barcelona (España): Trabajo.

Arroba-López, G. Ballesteros-Casco, T. Hernández-Noroña, M. y Orquera- Falconí L. (2022). La educación emocional como parte del currículo educativo ecuatoriano. *Recimundo, 298-307.*

Bancayán-Ore, C. C., & Vega-Denegri, P. (2020). La investigación-acción en el contexto educativo. Paideia XXI, 10(1), 233–247. https://doi.org/10.31381/paideia.v10i1.2999

Barraza, A. (2010). Propuestas de intervención educativa. Universidad Pedagógica de Durango.

Berrones, E. V. H., Bozada, L. T. P., & Bautista, I. B. R. (2024). La autonomía emocional en la primera infancia como una habilidad para la vida. *Sinergia Académica*, *7*(Especial 1), 168-195.

Bisquerra Alzina, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, *21*(1), 7–43.

Bisquerra Alzina, R. (2009). Psicopedagogía de las emociones. *Sintesis.*

Bisquerra Alzina, R., & Chao Rebolledo, C. (2021). Educación emocional y bienestar: por una práctica científicamente fundamentada. Revista Internacional De Educación Emocional Y Bienestar, 1(1), 9–29. https://doi.org/10.48102/rieeb.2021.1.1.4

Bisquerra, R. (2000). *La educación emocional: Una propuesta para la educación del futuro* . Editorial Graó.

Bisquerra, R. (coord.) Bisquerra- Prohens, A. Cabero-Jounou, M. Filella- Guiu, G. García-Navarro, E. López-Cassà, E. Moreno- Romero, C. y Oriol- Granado, X. (2011). Educación Emocional Propuestas para educadores y familias. Desclée De Brouwer.

Bisquerra, R. (Coord.) Punset, E. Mora, F. García-Navarro, E. López-Cassà, È. Pérez-González, J. Lantieri, L. Nambiar, M. Aguilera, P. Segovia, N. y Planells, O. (2012). ¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia. Esplugues de Llobregat (Barcelona): Hospital Sant Joan de Déu.

Blanco, María Alejandra, Blanco, María Eugenia, & Hinojo, Bernabé Teodoro Vila. (2021). Actividades de bienestar emocional propuesta para el desarrollo del aprendizaje significativo en tiempos de postpandemia. *Conrado*, *17*(80), 330-338. Epub 02 de junio de 2021.

Cabello, R., Ruiz, D., Fernández, P. (2010). Docentes emocionalmente inteligentes. Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado. 13 (1). Recuperado de dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3163455

Carrión Carrasco, J. J. (2023). Educación ambiental con enfoque de sostenibilidad en la Unidad Educativa Particular La Asunción de los subniveles de básica elemental y media. Universidad del Azuay.

Casassus, J. (2006). La educación del ser emocional. (1a ed.). Universidad Virtual del Instituto Tecnológico de Monterrey, México: Ediciones Castillo.

Cedeño-Tuarez, J. G., Miranda-Moreira, K. Y., & Saltos-Intriago, C. (2022). Educación emocional para aprendizajes significativos. *Revista científica multidisciplinaria arbitrada yachasun* - ISSN: 2697-3456, 6(10), 33–39. https://doi.org/10.46296/yc.v6i10.0150

Constitución De La República Del Ecuador [Const.]. (2021). Artículo #26 [Sección quinta Educación]. Ministerio de Defensa Nacional del Ecuador.

Elías, O. (2021). Propuesta de intervención educativa ante los aspectos sociales que repercuten en la formación de los alumnos de educación media superior. Sociológica (México), 36(102), 263-278. Epub 13 de septiembre de 2021.

Fernández Reina, M., León Pirela , A., & Ferrer Planchart , S. (2021). Aspectos medulares de la investigación acción como método de la investigación social. Consensus - Santiago, 5(2), 29 54.

Fernández-Poncela, A. (2019). Educación: competencias, emociones y humor. Perspectivas y estudio. Educación y Humanismo, 21 (37), 51-66.

Filella, G., Pérez-Escoda, N. y Morera, M. (2019). Educación emocional para el desarrollo de competencias emocionales en niños y adolescentes. Praxis & Saber, 10(24), 23-44.

Fink, A. (2003). The survey handbook. Thousand Oaks, CA: Sage.

García Álvarez, I., Batista Salvador, A., & Mena Campos, A. (2022). Los proyectos de investigación–acción en la forma-ción de las competencias investigativas de los estudiantes universitarios. Revista Metropolitana de Ciencias Aplica-das, 5(S1), 6-12.

García Retana, J. Á., (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. Revista Educación, 36 (1), 1-24.

Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional: por qué puede ser más importante que el cociente intelectual* . Bantam Books.

Granados, María Graciela and Sánchez, Dina Viviana (2020) La educación emocional en la escuela primaria. Universidad Católica de Córdoba [Tesis de Grado].

Guevara, G. Verdesoto, A. y Castro, N. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). RECIMUNDO, 163-173.

Gullón Guillermo, I. D. C. (2019). Regulación emocional en niños y adolescentes.

Habsburgo, N. (2022). Matriz de categorías de análisis. SCRIBD.

Henao López, G. C., & García Vesga, M. C. (2009). Interacción familiar y desarrollo emocional en niños y niñas. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, niñez y juventud*, *7*(2), 785-802.

Hernández-Padilla, A. (2022). La educación emocional en niños y niñas con trastorno del espectro autista (TEA). Universidad Jaume I.

Jansen, H. (2012). La lógica de la investigación por encuesta cualitativa y su posición en el campo de los métodos de investigación social. Paradigmas, 4, 39-72.

Kuhnekath, Klaus. 1986. Reflexiones sobre una metodología de la investigación social empírico cualitativa en el sistema de las Ciencias Sociales y de sus métodos. Cuadernos de Sociología, n. 4-5, p. 25-35.

Lagos Perez, S. A. (2020). Estado del arte: Rol docente y educación emocional en la primera infancia.

Latorre, A. (2005). La investigación-acción Conocer y cambiar la práctica educativa. Graó, de IRIF, S.L.

Ley Orgánica de Educación Intercultural [LOEI]. (2017). Artículo #2, literal w [calidad y calidez]. Dirección Nacional de Normativa Jurídico Educativa del Ministerio de Educación.

Ley Orgánica de Educación Intercultural [LOEI]. (2021). Artículo 22, literal c [competencias de la autoridad educativa nacional]. Registro Oficial.

Ley Orgánica de Educación Intercultural [LOEI]. (2021). Artículo 3, literal g [competencias de la autoridad educativa nacional]. Registro Oficial.

Loor, E. L. Z., & Solis, G. A. V. (2024). Educación emocional en el aula de la básica elemental y media: claves para un desarrollo integral. *Dominio de las Ciencias*, *10*(3), 2268-2286.

López Cassá, È., (2005). La educación emocional en la educación infantil. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 19 (3), 153-167.

Lopezosa, C. (2020). Entrevistas semiestructuradas con NVivo: pasos para un análisis cualitativo eficaz. En: Lopezosa, C.; Díaz-Noci, J.; Codina, L. (ed.). Anuario de Métodos de Investigación en Comunicación Social, n.1 (p.88-97). Barcelona: DigiDoc-Universitat Pompeu Fabra.

López-Pereyra, M., Armenta-Hurtarte, C., Gómez Vega, M. del P., & Puerto Díaz, O. (2021). El bienestar emocional en las niñas y los niños. Revista Internacional De Educación Emocional Y Bienestar, 1(2), 53–70. https://doi.org/10.48102/rieeb.2021.1.2.14

Loza Ticona, R. M., Mamani Condori, J. L., Mariaca Mamani, J. S., & Yanqui Santos, F. E. (2020). Paradigma sociocrítico en investigación. PsiqueMag, 9(2), 30–39.

Machado Pérez, Y. (2021). Origen y evolución de la educación emocional. *Alternancia – Revista de Educación e Investigación,* Vol. 4. (No. 6), 35 – 47

Machorro-Cabello, M. Á., & Fuentes, V. V. (2019). La educación emocional como factor para potenciar el aprendizaje significativo. Vida Científica Boletín Científico De La Escuela Preparatoria No. 4, 7(14), 18-22.

Márquez-Galvis, L. (2020). Desarrollo de Competencias Comunicativas de Producción y Comprensión Textual. Revista Tecnológica-Educativa Docentes 2.0, 9(2), 158-163. https://doi.org/10.37843/rted.v9i2.159

Martínez-Otero, V. (2006). Fundamentos e implicaciones educativas de la inteligencia afectiva. Revista Iberoamericana de Educación, 39 (2

Mayer, JD y Salovey, P. (1990). *Inteligencia emocional . Imaginación, cognición y personalidad, 9* (3), 185–211. https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG

Ministerio de Educación [MINEDUC]. (2016). Currículo De Los Niveles De Educación Obligatoria.

Ministerio de Educación [MINEDUC]. (2020- 2021). Juntos aprendemos y nos cuidamos. Plan Educativo: sección 5: socioemocional

Ministerio de Educación [MINEDUC]. (2020). Plan Educativo: aprendamos juntos en casa.

Ministerio de Educación [MINEDUC]. (2021). Currículo Priorizado Con Énfasis En Competencias Comunicacionales, Matemáticas, Digitales Y Socioemocionales Educación General Básica - Subnivel Medio.

Moraga, M. (2015). Las competencias relacionales del docente: su rol transformador. (Tesis de Pregrado). Universidad de Chile, Concepción-Chile

Naranjo Alvarez, A. (2024). Emociones en el Aula: Desarrollo de la Conciencia y Regulación Emocional.

Organización Mundial de la Salud. (2022). Salud mental: fortalecer nuestra respuesta.

Organización Panamericana de la Salud. (2001). Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes.

Pacheco-Salazar, B. (2017). Educación emocional en la formación docente: clave para la mejora escolar. *Ciencia y sociedad*, *42*(1), 107-113.

Padrón, M, Pachón, L, Blanco, M, y Achiong, M. (2011). Elementos a tener en cuenta para realizar un diseño de intervención educativa. Revista Médica Electrónica, 33 (4).

Pérez, O. G., & Bello, N. C. (2017). Regulación emocional: definición, red nomológica y medición. *Revista mexicana de investigación en psicología*, *8*(1), 96-117.

Piña-Ferrer, Lenys Senovia. (2023). El enfoque cualitativo: Una alternativa compleja dentro del mundo de la investigación. Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía, 8(15), 1-3. Epub 11 de julio de 2023.

Plan Nacional para el Buen Vivir. (2017 – 2021). República del Ecuador Consejo Nacional de Planificación (CNP). Objetivo 3. Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo, Senplades.

Pulido Acosta, Federico, & Herrera Clavero, Francisco. (2017). La influencia de las emociones sobre el rendimiento académico. *Ciencias Psicológicas*, *11*(1), 29-39. https://doi.org/10.22235/cp.v11i2.1344

Restrepo Gómez, B. (2004). La investigación-acción educativa y la construcción de saber pedagógico. Educación y educadores. N.º. 7, págs. 45-56.

Rodríguez García, S, Herráiz Domingo, N, Prieto de la Higuera, M, Martínez Solla, M, Picazo Zabala, M, Castro Peláez, I y Bernal Escámez, S. (2011). Investigación Acción. Métodos de investigación en Educación Especial.

Rodríguez, G.; Gil, J. y García, E. (1999). Metodología de la investigación cualitativa. España: Algive.

Rodríguez, T. (2021). Estado del arte sobre el paradigma sociocrítico en la educación.

Ruiz Bueno, A. (2023). La investigación acción en el aula: Una experiencia formativa.

Sarmiento, Pedro y Tovar, María Clara. (2007). El análisis documental en el diseño curricular: Un desafío para los docentes. *Colombia Médica*, *38* (4, Supl. 2), 54-63.

Taylor, S. J., & Bogdan, R. (1984). Introducción a los métodos cualitativos de investigación. La búsqueda de significados. Paidos.

Tejero, J. (2021). Técnicas de investigación cualitativa en los ámbitos sanitario y sociosanitario. Ediciones de la Universidad de Castilla-La Mancha, Colección ESTUDIOS n.º 171, pág. 85-102.

UNICEF. (2020,07, octubre) *La salud mental es determinante para que niños, niñas, adolescentes, familias y comunidades puedan salir adelante* [comunicado de prensa].

UNICEF. (2021). Sostener Cuidar Aprender. Lineamientos para el Apoyo Socioemocional en las Comunidades Educativas.

Vera Malta, L. D. (2021). Recursos didácticos para la inclusión educativa de niños con autismo en la educación básica elemental media. Guayaquil: ULVR, 2021.,

Verdugo-Coronel, C. G. (2021). Educación emocional para un aprendizaje significativo. Dominio De Las Ciencias, 7(4), 1054–1063. https://doi.org/10.23857/dc.v7i4.2465

Villamizar Acevedo, G. (2024). Kurt Lewin: teoría de campo, investigación acción y educación. Ciencia y Educación, 8(1), 79–86. https://doi.org/10.22206/cyed.2024.v8i1.2945

Villanueva, L., Prado-Gascó, V., González-Barrón, R., & Montoya, I. (2014). Conciencia emocional, estados de ánimo e indicadores de ajuste individual y social en niños de 8-12 años. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, *30*(2), 772–780. https://doi.org/10.6018/analesps.30.2.159261

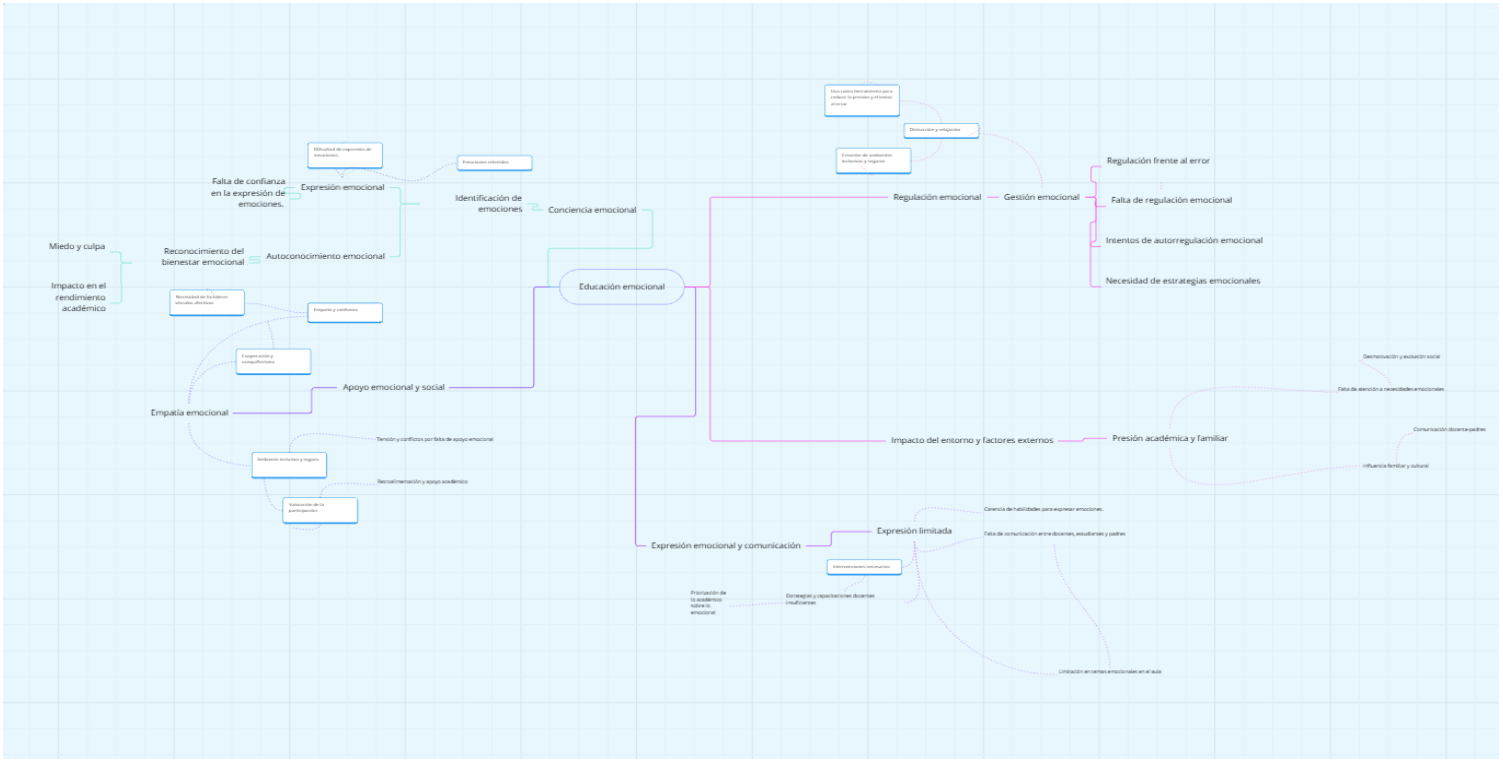
Vivas García, M., (2003). La educación emocional: conceptos fundamentales. Sapiens. Revista Universitaria de Investigación, 4 (2), 0.

Vivas, M. Gallego, D. y González, B. (2007). Educar las emociones. Producciones Editoriales C. A.

Zins, JE, Weissberg, RP, Wang, MC y Walberg, HJ (2004). *Construir el éxito académico a partir del aprendizaje social y emocional: ¿qué dice la investigación?* Teachers College Press.

Anexos

1. Red Semántica



2.Instrumento: Cuestionarios de educación emocional

Cuestionario sobre Educación Emocional N°1

Nombre:

Instrucciones:

1. Responde las preguntas escribiendo tus pensamientos y sentimientos.

2. Si necesitas ayuda para entender algo, pídele a tu maestro/a que te explique.

3. ¡No hay respuestas correctas o incorrectas, queremos saber qué piensas y sientes!

Parte 1: Conociendo tus emociones

¿Qué significa para ti la palabra "emociones"?

(Escribe lo que piensas)

_____

Completa el siguiente cuadro con tus emociones más frecuentes:

Emoción	¿Cuándo la sientes?	Dibuja un símbolo o color para representarla.
Ejemplo: Alegría	Cuando juego con mis amigos	el Amarillo

Parte 2: Reconociendo las emociones en los demás

Dibuja al monstruo de las emociones como te imaginas que se ve cuando está feliz y triste:

(Usa colores que creas que representan cada emoción)

Monstruo feliz:

Monstruo triste:

Parte 3: Manejo de tus emociones

¿Qué haces cuando te sientes enojado o molesto?

(Escribe lo que haces para calmarte)

_____

_____

Escribe qué harías si un amigo se ve triste o preocupado:

_____

_____

Completa la actividad del frasco de la calma:

Imagina que tienes un frasco mágico para calmarte.

Dibuja el frasco: ¿Qué pondrías en él para sentirte tranquilo/a?

(Dibuja aquí tu frasco de la calma)

Parte 4: Relaciones y emociones

Escribe una situación donde ayudaste a un amigo. ¿Cómo te sentiste después?

_____

_____

Escribe una palabra bonita que le dirías a tus amigos para que se sientan felices:

_____

_____

¡Gracias por participar!

Cuestionario sobre Educación Emocional N°2

Nombre:

Instrucciones:

1. Responde las preguntas escribiendo lo que piensas y sientes.

2. Si no entiendes algo, puedes pedir ayuda a tu maestro/a.

3. ¡Recuerda que no hay respuestas correctas o incorrectas, solo queremos saber lo que piensas!

1. ¿Qué significa para ti sentir miedo?

(Escribe lo que piensas)

_____

____

_____

_____

2. Cuando algo no sale como esperabas, ¿cómo te sientes y qué haces para sentirte mejor?

(Escribe lo que haces para mejorar tu ánimo)

_____

_____

_____

3. ¿Hay alguna canción o color que te haga sentir feliz? ¿Cuál es y por qué?

(Escribe lo que te hace sentir feliz)

_____

_____

_____

4. Dibuja en el espacio de abajo algo que te haga sentir muy feliz.

¡Gracias por tus respuestas!

3.Instrumento: Guía de observación

Guía de observación

Nombres: Carlos Nieves y Camila Gutiérrez

_____

Paralelo: Educación básica 9_P1

Educación emocional

Indicadores:

- Interacciones en el aula que promuevan la seguridad emocional, la inclusión y relaciones positivas
- Expresión, identificación y regulación de emociones
- Apoyo y empatía entre compañeros
- Confianza y responsabilidad personal
- Cambios en el rendimiento académico asociados al manejo emocional

El rol docente en la educación emocional

Indicadores:

- Asistencia a capacitaciones o talleres sobre educación emocional.
- Aplicación de lo aprendido en su práctica docente.
- Estrategias para desarrollar competencias emocionales en los estudiantes.
- Reconocimiento temprano de conflictos emocionales entre los estudiantes.
- Implementación regular de actividades que fomenten el bienestar emocional (dinámicas grupales, pausas de relajación, etc.).

Políticas públicas acerca de la educación emocional

Indicadores:

- Integración de la educación emocional en el currículo escolar
- Formación y capacitación de docentes
- Percepción de los docentes y estudiantes

4. Instrumento: Entrevista

Guía de Entrevista para la docente

Preguntas

- ¿Cree usted que las emociones influyen en el rendimiento académico de los estudiantes?

- ¿Conoce acerca de las iniciativas del Ministerio de Educación para abordar las emociones en el ámbito escolar?
- ¿Cree que son adecuadas o que podrían mejorarse de alguna manera?
- ¿Siente que ha recibido suficiente capacitación o recursos por parte del Ministerio o de la institución educativa para trabajar las emociones en el aula?
- ¿Qué tipo de apoyo adicional cree que sería útil para mejorar este aspecto?
- ¿Cómo suelen expresar sus emociones los niños en el aula?
- ¿En qué momento del día cree que los niños son más participativos?
- ¿De qué manera reconoce cuando un niño esta triste o se siente feliz?
- ¿Cuándo el niño presenta alguna dificultad relacionada a sus emociones como lo aborda para mejorar aquella situación?
- ¿Qué estrategia aplicada en el aula cree que ha despertado más el interés de los niños?
- ¿Ha tenido alguna experiencia con algún estudiante que le ha marcado en su vida profesional?
- ¿Qué estrategias considera usted que podrían ser útiles para abordar el manejo de emociones con los niños?
- ¿Ha sido un proceso fácil o ha encontrado desafíos?

5.Instrumento: Diario de campo

Registro de las PP

Fecha:

Observadores: Camila Gutiérrez y Carlos Nieves

Indicadores	**Datos PP**

Observación adicional:

6.Tabla de categorías

Categorías	Subcategorías	Indicadores
Educación emocional	- Impacto en el aprendizaje - Aprendizaje socioemocional - Competencias socioemocionales - Habilidades socioemocionales	- Clima escolar - Relación entre emociones y rendimiento académico - Mejora en el rendimiento académico. - Reconocimiento y manejo efectivo de emociones propias y ajenas. - Incremento en conductas empáticas hacia compañeros. - Mejora en la resolución pacífica de conflictos. - Capacidad para identificar y expresar emociones básicas. - Reducción de conductas impulsivas y mayor autocontrol. - Mayor autoconciencia emocional y capacidad de reflexión. - Mejora en las interacciones sociales. - Mejora en la comunicación asertiva y escucha activa. - Aumento de la capacidad de empatía y comprensión de emociones ajenas.

El rol docente en la educación emocional	- Capacitación de docentes - Manejo de la educación emocional en el aula	- Participación en programas de formación continua sobre educación emocional. - Aumento en el uso de estrategias de enseñanza relacionadas con la educación emocional. - Capacidad para identificar y gestionar conflictos emocionales entre estudiantes. - Uso frecuente de actividades que promuevan el bienestar emocional.
Políticas públicas acerca de la educación emocional	- Apoyo de las políticas públicas - Inserción de la educación emocional en el currículo ecuatoriano - Competencias socioemocionales en el currículo	- Existencia de normativas y programas que promuevan la educación emocional en el sistema educativo. - Inclusión de educación emocional como prioridad en los planes de desarrollo educativo. - Integración en el currículo escolar de Educación General Básica (EGB). - La educación emocional como componente fundamental del sistema educativo. - Inclusión de competencias socioemocionales en las evaluaciones de los estudiantes.

		- Aplicación de metodologías activas que promuevan el desarrollo de habilidades socioemocionales.