



UNAE

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

Maestría en:

Educación Inclusiva

Programa de educación emocional dirigido a adolescentes en el nivel de básica superior de la Escuela de EEB José María Velasco Ibarra, 2023.

Trabajo de titulación
previo a la obtención del
título de Magíster en
Educación Inclusiva

Autor:

Franco Steeven Orellana Chacón

CI: 1400727671

Tutor/a: Vanessa Esperanza Montiel Castillo

CI: 0152049623

Azogues, Ecuador

2024

Resumen:

El objetivo del estudio fue proponer un programa de educación emocional dirigido a los adolescentes del subnivel básico superior de la Escuela de Educación Básica José María Velasco Ibarra. Para ello, se realizó una revisión documental con el fin de identificar las bases teóricas para sustentar el programa, se determinaron los modelos de educación emocional y programas internacionales que se han empleado a lo largo de la historia. El estudio empleó una metodología basada en un paradigma interpretativo, utilizando un método de estudio de caso que permitió realizar un diagnóstico acerca de la educación emocional en los alumnos adolescentes. Se aplicó una entrevista a una muestra formada por 17 estudiantes y 5 docentes. Según los resultados se logró determinar que la mayoría de los adolescentes que participaron pueden identificar y expresar sus emociones, sin embargo, se logró reconocer que son frecuentes los conflictos menores entre los estudiantes. Por tal motivo, se concluyó que es importante diseñar un programa de educación emocional para ser implementado en la institución, este se fundamentó en el modelo de Goleman y serpa sometido al juicio de expertos.

Palabras claves: educación inclusiva, educación emocional, inteligencia emocional, adolescencia

Abstract:

The objective of the study was to propose an emotional education program aimed at adolescents from the upper basic sublevel of the José María Velasco Ibarra Basic Education School. To do this, a documentary review was carried out in order to identify the theoretical bases to support the program, the models of emotional education and international programs that have been used throughout history were determined. The study used a methodology based on an interpretive paradigm, using a case analysis method that allowed a diagnosis to be made about emotional education in adolescent students. An interview was applied to a sample made up of 17 students and 5 teachers. According to the results, it was determined that the majority of the adolescents who participated can identify and express their emotions, however, it was possible to recognize that minor conflicts among students are frequent. For this reason, it was concluded that it is important to design an emotional education program to be implemented in the institution, this was based on the Goleman and Serpa model submitted to expert judgment.

Keywords: inclusive education, emotional education, emotional intelligence, adolescence

Índice del Trabajo

Índice de tablas.....	7
1 INTRODUCCIÓN	8
1.1 Línea de investigación.....	8
1.2 Identificación de la situación o problema a investigar.....	8
1.3 Objetivo General.....	12
1.4 Objetivos específicos.....	12
1.5 Justificación	12
2 MARCO TEÓRICO.....	14
2.1. Antecedentes de la educación emocional en los procesos de enseñanza aprendizaje	14
2.1.1 Antecedentes internacionales.....	14
2.1.2 Antecedentes nacionales.....	16
2.2 Adolescencia y su desarrollo.....	18
2.3 Educación emocional, una alternativa para la inclusión	21
2.4 Programas de educación emocional como alternativa para la atención a la diversidad.....	26
3 MARCO METODOLÓGICO	30
3.1 Paradigma y enfoque de la investigación.....	30
3.2 Métodos	30
3.3 Fases de la investigación	31
3.4 Unidad de análisis	31
3.5 Técnicas.....	32
3.6 Instrumentos	32
3.7 Categorías de análisis	33



3.8	Análisis y discusión de los resultados	34
3.8.1.	Entrevista a los docentes	36
3.8.2.	Análisis de los datos obtenidos de la Observación	42
3.8.3.	Entrevistas a los estudiantes	43
3.8.4.	Triangulación de los datos	52
4	LA PROPUESTA DE LA INVESTIGACIÓN: PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL “EDUCANDO LAS EMOCIONES”	55
4.1	La fundamentación de la propuesta	55
4.2	El diseño de la propuesta	57
4.3	Descripción y contexto de aplicación de la propuesta	58
4.3.1	Contexto de aplicación y justificación	58
4.3.2	Descripción de la propuesta	60
4.4	Valoración de los resultados de la aplicación de la propuesta	73
	CONCLUSIONES	75
	RECOMENDACIONES	76
	Bibliografía	77
	ANEXOS	84

Índice de figuras

Figura 1 <i>Diferencias entre integración e inclusión educativa</i>	35
Figura 2 <i>Métodos para la educación emocional</i>	37
Figura 3 <i>Ventajas de la educación emocional</i>	38
Figura 4 <i>Estado emocional de los estudiantes</i>	39
Figura 5 <i>Técnicas para resolver conflictos</i>	39
Figura 6 <i>Emociones negativas en los estudiantes</i>	44
Figura 7 <i>Emociones al no realizar actividades</i>	45
Figura 8 <i>Conflictos en los últimos tres meses</i>	48
Figura 9 <i>Reconocimiento de las emociones</i>	49
Figura 10 <i>Reconocimiento de su estado actual de ánimo</i>	50
Figura 11 <i>Reconoce las emociones de los demás</i>	51
Figura 12 <i>Triangulación de los datos</i>	52



Índice de tablas

Tabla 1 Categorías de análisis	33
---	----

1 INTRODUCCIÓN

1.1 Línea de investigación

El estudio se realizó bajo la línea de investigación de Equidad e Inclusión para la mejora escolar, como parte del programa de Maestría en Educación Inclusiva.

1.2 Identificación de la situación o problema a investigar

Según los criterios de Organización Mundial de la Salud (OMS) los adolescentes son todos los sujetos cuya edad se ubica entre los 10 y 19 años de edad. Es una etapa de transición entre la niñez y la adultez, se caracteriza por presentar una serie de cambios y necesidades. (Bustamante et al. (2022). Es una etapa por la que todo ser humano debe transitar, sin embargo, no es un trayecto fácil, esto se debe a las modificaciones a nivel neurológico y endocrino, que incluyen el inicio de la liberación de diferentes hormonas que producen modificaciones físicas y emocionales que suelen ser difíciles de sobrellevar (Hidalgo & Ceñal, 2014). Además, este período implica la incorporación de nuevos roles, la construcción de valores, identidad, asimismo representa una indudable adaptación a las normas de los adultos y la sociedad (Francesc, 2022)

Es fundamental que, en este ciclo, el individuo cuente con el acompañamiento y orientación de los padres para ayudar a comprender las transformaciones que presenta a nivel físico, mental y emocional (Peña, 2021). Al respecto Morales et al. (2021) señalan que el nivel educativo de los progenitores contribuye a que el adolescente pueda disfrutar de un desarrollo sano e integral. Esto le permite adquirir capacidades para poder adaptarse social y académicamente.

Otro factor que ayuda al sano desarrollo de los adolescentes es el ambiente escolar como explica Cardona (2020) características como la adherencia a las actividades escolares, las proyecciones a futuro, al igual que la constante supervisión de los docentes representan un mecanismo protector para evitar que los jóvenes adquieran comportamientos violentos. Asimismo, las actividades escolares contribuyen a que puedan desarrollar habilidades sociales, expresen y canalicen sus emociones. Se ha demostrado que cuando se desarrollan



programas académicos efectivos enfocados a que los alumnos adquieran interés por la lectura y otras actividades reducen de manera significativa las probabilidades de que los estudiantes tengan conductas inapropiadas.

La importancia del rol de la educación durante la adolescencia se debe a que durante son más vulnerables a experimentar episodios de violencia y/o aislamiento social. Además, se vuelven más evidente las diferencias entre las personas, situación que genera diversidad de intereses en las aulas de clase. Dentro de estas se incluyen discrepancias relacionadas con la cultura, las motivaciones, comportamiento, creencias y el manejo de emociones. Estas pueden originar uno de los mayores problemas sociales como la violencia, la cual cada vez es más frecuente en las aulas de clase afectando considerablemente el proceso de aprendizaje. Este comportamiento en los adolescentes se relaciona con las características de su núcleo familias, problemas personas, emocionales, entre otros (Rodríguez et al., (2020).

Por ende, es de gran importancia la intervención educativa para que el adolescente logre construir su identidad, establecer relaciones afectivas y efectivas con sus pares y el resto del entorno (Taca & Cuarez, 2020). Sin embargo, este proceso puede ser considerada un reto debido a la diversidad que se presenta como resultado de las diferencias en las creencias, cultura, hábitos, estilos e historias de vida de los estudiantes. Así como también los intereses, habilidades, competencias y estilos de aprendizaje (Morales C. , 2015).

Por lo tanto, centrarse en la diversidad es una herramienta valiosa para la formación de los adolescentes. La educación bajo este enfoque se fundamenta en el hecho de que todos los estudiantes deben tener las mismas posibilidades de acceder a la enseñanza independientemente de sus capacidades y características (Educa inclusion, 2023). La inclusión significa eliminar las barreras que impide el acceso a la posibilidad de potenciar las habilidades de todos los estudiantes de forma equitativa e igualitaria (Llopiz, 2022).

De acuerdo con Bisquerra (2012), en un modelo inclusivo de escuela, la educación emocional supone dar respuesta al conjunto de necesidades del alumnado, basándose en evitar conflictos en el alumnado, al mismo tiempo que busca que los estudiantes adquieran habilidades sociales, que ayudan a reducir



los elementos que fomentan el poco manejo de las emociones y optimizar los protectores.

Se fundamenta en impartir diferentes tipos de conocimientos sobre el manejo de las emociones, para desarrollar las competencias emocionales y sociales en los estudiantes. Su aplicación, ha sido efectiva para abordar los conflictos entre los estudiantes, promover la integración por medio del fortalecimiento de las habilidades sociales, la comunicación y expresión, con el propósito de evitar la violencia y fomentar el manejo adecuado de las emociones. Un ejemplo de ello, es el programa CASSELL, cuyo objetivo ha sido educar las emociones y erradicar la violencia no solo de las instituciones sino también de las comunidades (VOCA Editorial, 2023).

Sin dudas, dichos programas han contribuido a mejorar la practica educativa. Algunos de los problemas que han logrado abordar son la ansiedad, estrés, depresión, violencia, consumo de drogas, suicidios, comportamientos de riesgo. Partiendo que los jóvenes y adolescentes puedan desarrollarse de forma integral, con habilidades y competencias sociales.

En Ecuador cada vez son más frecuentes los episodios de comportamientos violentos en los estudiantes adolescentes, se estima que el 23% de la población escolar con edades entre 11 y 18 años ha sido víctima de un acto violento. Es una situación que se presenta tanto en escuelas públicas como privadas en zonas rurales y urbanas (Badiale, 2022). Estos sucesos pueden estar vinculados con necesidades emocionales y sociales que pueden ser abordadas y mejoradas por medio de la educación emocional e inclusiva. El desarrollo integral de los alumnos es de vital importancia para fomentar la integración grupal y el manejo adecuado de las emociones, aspectos que influyen de manera positiva en la socialización y comportamiento (Cepa, Heras, & Fernández, 2017).

En la “Escuela de Educación Básica José María Velasco Ibarra” ubicada en Cuenca, es una institución regular en la que se atienden a estudiantes de diferentes edades, incluyendo un número considerable de adolescentes. En dicha institución se ha identificado que existen estudiantes con problemas socioemocionales, con dificultades para integrarse al grupo y a las actividades en el aula, además de presentar conductas violentas. También se ha observado



inadaptación al entorno escolar bajo rendimiento académico, insatisfacción académica y poca o nula integración a las actividades diarias en el aula. Así como también episodios aislados de violencia entre los estudiantes. Esta situación genera que algunos estudiantes no gestionen sus emociones de manera correcta, lo que origina que no se incluyan en la mayoría de las actividades.

Hasta el momento, la institución no implementa la educación emocional para tratar esta problemática y mejorar la atención integral del adolescente, reflejando la necesidad de desarrollar estrategias innovadoras que puedan ayudar a mejorar las condiciones socioemocionales y el rendimiento escolar de los estudiantes. El diagnóstico realizado en la Escuela de Educación Básica José María Velasco Ibarra determinó que los docentes subnivel básico superior implementan de manera empírica actividades para tratar de ayudar a los estudiantes a expresar y canalizar las emociones, sin embargo, nunca se ha implementado un programa diseñado específicamente para la educación emocional. Sin embargo, las estrategias no han sido suficientes para lograr un enfoque inclusivo en la educación, por lo que se requiere fomentar la inclusión e integración con ayuda de la educación emocional, propiciando un entorno cómodo y de confianza para mejorar los comportamientos sociales de los alumnos.

Aunado a esto, se encontró evidencia de que ocurren conflictos entre los estudiantes por diferencias de intereses y opiniones. Es por ello, que en el presente estudio se plantea el diseño de un programa de intervención basado en la educación emocional, con la finalidad de mejorar las competencias emocionales de los educandos.

En consecuencia, con lo anteriormente descrito, se establece como **pregunta de investigación** la siguiente:

¿Cómo contribuir a la educación emocional de los adolescentes del subnivel básico superior, de la Escuela de Educación Básica José María Velasco Ibarra?



1.3 Objetivo General

Proponer un programa de educación emocional dirigido a los adolescentes del subnivel básico superior de la Escuela de Educación Básica José María Velasco Ibarra.

1.4 Objetivos específicos

- Fundamentar teóricamente un programa de educación emocional dirigido a los adolescentes.
- Identificar el estado actual de la educación emocional de los adolescentes, de básica superior de la “Escuela de Educación Básica José María Velasco Ibarra”.
- Diseñar un programa de educación emocional del subnivel básico superior, de la Escuela de Educación Básica José María Velasco Ibarra
- Fundamentar teóricamente el programa de educación emocional para los adolescentes del subnivel básico superior, de la Escuela de Educación Básica José María Velasco Ibarra.

1.5 Justificación

La educación emocional es un método que se fundamenta principalmente en adquirir conciencia emocional, la expresión y regulación de las emociones, al igual que autonomía social, sin embargo, para lograr tal fin es necesario que el docente considere los diferentes modelos de aprendizaje y las herramientas más propicias para aplicar este tipo de enseñanza. Se relaciona con la inclusión educativa, un tema de gran relevancia tanto en el contexto nacional como internacional ya que se encarga de promover el desarrollo integral de los estudiantes y las relaciones personales. La combinación de ambos permite obtener habilidades adaptativas reducir la violencia y estimular el sano desarrollo (Manzana, 2015).

De acuerdo con el estudio de Medrano (2017) la educación emocional está orientada a convertirse en un poderoso modelo educativo. La implementación de programas para educar las emociones, permite que los estudiantes desarrollen habilidades que le acompañaran durante toda la vida. Además, hace posible que se trate el tema de la diversidad en las aulas. También, Zuñiga y Luque (2021) indicaron en su estudio que tanto la inteligencia como la educación emocional



son uno de los pilares fundamentales de la inclusión educativa, la cual permite la participación, diversidad, interculturalidad y calidad. Para ello, es necesario que los estudiantes logren expresarse de manera adecuada, construyan una convivencia amena y una retroalimentación dentro de las aulas de clase al igual que la reduzcan la violencia en otros entornos.

Es por ello, que diseñar y aplicar programas de educación emocional con la finalidad de promover la educación inclusiva, representa una alternativa viable para abordar y corregir esta problemática, debido que permite fomentar la participación activa de los estudiantes y el aprendizaje significativo, además de enseñarles cómo manejar diferentes situaciones y expresar de manera adecuada las emociones tanto positivas como negativas.

El desarrollo del estudio ha sido factible dado que las herramientas empleadas para la recolección y análisis de datos permitieron abordar todas las dimensiones del problema. Por medio de la información obtenida del estudio de casos fue factible para lograr disminuir los niveles de violencia y conductas indisciplinadas permite la incorporación a la sociedad de individuos responsables y que se puedan adaptar a cualquier dificultad.

2 MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la educación emocional en los procesos de enseñanza aprendizaje

2.1.1 Antecedentes internacionales

Vergaray et al. (2021) realizaron un estudio en Perú para determinar los beneficios de la educación emocional en los niños escolares. La investigación se realizó mediante una revisión sistemática de la literatura desde el año 2017 a 2020. Se incluyeron un total de 12 artículos a partir de los cuales se identificó que el componente emocional ayuda al sano desarrollo personal de los niños fomentando la integración y la convivencia. Los autores concluyeron que tanto las instituciones educativas como la sociedad deben fomentar las actividades donde se desarrolle la gestión de las emociones, para mejorar la actitud de los adolescentes e incluirla como parte fundamental de su enseñanza.

Por lo tanto, ayuda a que los alumnos logren integrarse y desenvolverse en un ambiente de convivencia amena. Es por ello, que como indica la investigación antes citada, es necesario incluirla dentro de la práctica docente tradicional, para lograr una inclusión educativa.

Cornejo y Vargas (2021) en Chile buscaron contribuir en el pensamiento de las relaciones entre emociones, educación y docencia, así como plantear un cuestionamiento al enfoque hegemónico, psicologista e individualista sobre la educación emocional. Para cumplir este objetivo se aplicó un paradigma crítico y analítico, que permitió concluir que en las instituciones existe un peligro de la individualización y psicologización de problemas sociales complejos, que puede conducir a que los docentes se culpen y responsabilicen de los problemas emocionales que ocurren en los estudiantes, negando y reprimiendo las emociones negativas. La falta de educación emocional puede generar en los educadores un incremento del agobio y sobrecarga laboral.

En este estudio queda en evidencia que en las instituciones no se aborda de manera adecuada las necesidades educativas relacionadas con las emociones. Existen docentes que no saben la forma adecuada para resolver conflictos entre los alumnos, ni como enseñarles a expresar y controlar las emociones negativas como la rabia, tristeza, frustración, entre otros. Es por ello, que se debe promover



la actualización activa y constante de los docentes, para que puedan ofrecer mejores herramientas a sus alumnos.

Cabello et al. (2019) en su estudio realizado en España plantearon como objetivo conocer la diferencia existente entre las variables emocionales y de bienestar en alumnado de primaria y de secundaria después de haber participado en los programas de Educación Emocional Happy 8-12 y Happy 12-16. La investigación se desarrolló siguiendo un diseño cuasi experimental, aplicaron el método de pre y postest con un grupo control. Para la recolección de los datos se emplearon los instrumentos CDE, CDE-SEC, STAIC, STAI y los promedios de las calificaciones de los estudiantes. En los resultados se observó que el programa permitió disminuir la ansiedad y mejorar las competencias emocionales, al igual que se evidenció una significativa mejoría en el rendimiento académico. Se concluyó que el entrenamiento emocional, mejora la expresión de las emociones y las competencias educativas de los estudiantes.

De acuerdo con la investigación anterior, la implementación de programas de educación emocional, no solo logra mejorar las competencias y habilidades sociales y emocionales, sino que, además, ayuda a mejorar el rendimiento académico de los estudiantes. Cuando los alumnos logran desenvolverse en un ambiente sin presiones, con un adecuado manejo de las emociones pueden estar más enfocados en lograr los objetivos escolares.

Gutiérrez y Carpintero (2021) desarrollaron un estudio en España con la finalidad de analizar los procesos y resultados de evaluación de diferentes programas de educación emocional y de motivación dirigidos a estudiantes de secundaria y/o adolescentes. Para ello, se empleó un método que se realizó una evaluación teórica y una metaevaluación de los programas, a partir de este proceso se determinó que las evaluaciones de los programas se centran en los resultados y no tanto en el proceso que se debe realizar para obtener dichos resultados.

A pesar de que los programas de educación emocional son efectivos para mejorar el desarrollo integral de los estudiantes, es necesario, que se evalúen antes, durante y después de su implementación. De este modo, se puede



determinar si cumple con los requerimientos mínimos para ser empleado, al igual si permite lograr los objetivos que se planteen.

Alonso et al. (2019) realizaron un estudio en España con el propósito de evaluar la factibilidad de la implementación de un programa de educación emocional en un grupo de estudiantes de secundaria que presentaba constante conflictos y un alto índice de sanciones. Luego del diseño y aplicación del programa para mejorar las competencias emocionales y la resolución pacífica de los conflictos, se observó que hubo una reducción significativa tanto en el número de expedientes como en la manera de afrontarlos traduciéndose en una mejora de la convivencia.

Finalmente, es importante resaltar que los programas de educación emocional son necesarios para que los estudiantes aprendan a resolver conflictos y crear un ambiente de convivencia adecuado para su desarrollo. Estos programas son útiles para atender la diversidad y la inclusión de todos los alumnos.

2.1.2 Antecedentes nacionales

Alcozer et al. (2019) efectuaron una investigación en la que plantearon como objetivo exponer los principales resultados obtenidos en el análisis de la relación entre educación emocional y aprendizaje del ámbito de la convivencia, como solución a los conflictos que se presentan entre los estudiantes, para reducir los comportamientos negativos y las peleas, al igual que mejorar la concentración. Se empleó un diseño con enfoque mixto, en los resultados se logró identificar que existían falencias en la educación emocional que afectaban la convivencia entre los estudiantes, a partir de los datos recolectados los investigadores realizaron una propuesta de intervención para mejorar esta situación en la institución.

Granda y Granda (2021) desarrollaron un estudio en Argentina con la finalidad de revisar y analizar la educación emocional y su vinculación en el proceso de aprendizaje en tiempos de pandemia en familias de Loja – Ecuador. La metodología siguió un enfoque cualitativo, orientada hacia la comprensión profunda de los fenómenos educativos para interpretar la realidad. Como técnica de recolección de datos se empleó la entrevista semiestructurada dirigida a padres de familia y docentes. Los autores concluyeron que es necesario emplear



la educación emocional como parte del proceso de enseñanza, ya que la ausencia de este método puede estar relacionado con el desarrollo de trastornos psicológicos como el miedo, ansiedad, depresión.

Peraza (2021) llevó a cabo un estudio que tuvo como objetivo reflexionar acerca del papel de la educación emocional en condiciones de pandemia, con la finalidad de poder afrontar de manera eficiente las situaciones adversas. Se empleó una investigación documental para conocer la importancia de la educación emocional, se llegó a la conclusión que en momentos de estrés y miedo las personas perciben deterioro de su salud y de la habilidad para aprender, por lo que se considera que es necesario implementar la educación emocional desde los primeros niveles de educación, para desarrollar mecanismos que permitan afrontar con más facilidad las adversidades.

Arroba et al. (2022) realizaron una revisión bibliográfica con el propósito conocer a la educación emocional como parte del currículo educativo ecuatoriano. A través de los datos recolectados los autores concluyeron que la educación emocional es un importante componente del currículo escolar del país debido a que promueve la transformación de la enseñanza del aula, además de que permite desarrollar y reforzar las competencias emocionales de los estudiantes. Las estrategias que pueden aplicar los educadores, tienen como finalidad formar a los alumnos desde lo personal y social, construyendo individuos autónomos, con poder de toma de decisiones y que expresen de manera adecuada sus emociones y pensamientos.

Alcozer et al. (2019) en su estudio plantearon como objetivo exponer los principales resultados obtenidos en el análisis de la relación entre educación emocional y aprendizaje del ámbito de la convivencia en los niños. La investigación tuvo un enfoque mixto, de tipo descriptiva y correlacional. En los resultados se indicó que los problemas de convivencia presentes en las instituciones se originan a partir de deficiencias en la educación emocional, existen conflictos entre los estudiantes, además estos presentan problemas relacionados con el comportamiento y el manejo de las emociones. Como conclusión los autores reflejaron que importante diseñar programas de intervención donde no solo participe la escuela si no también las familias.

Como se indica en las investigaciones antes consultadas, la educación emocional ha servido tanto para mejorar el aprendizaje de los estudiantes, así como también fortalecer y desarrollar habilidades sociales que permiten la integración de todos los alumnos. Las ventajas de educar las emociones es que ayuda a reducir las brechas que impone la diversidad en el aula. El proceso de enseñanza fundamentado en la educación emocional, facilita la creación de vínculos entre los adolescentes y sus pares, al mismo tiempo que se fortalecen con los docentes.

Es por ello, que el rol del profesorado es de vital importancia para lograr alcanzar los objetivos de la educación emocional, puesto que debe ser capaz de identificar con facilidad las necesidades de los estudiantes, con el propósito de desarrollar las estrategias específicas para la educación de las emociones y lograr la inclusión de todo el alumnado.

Al realizar un análisis de los aportes teóricos de las investigaciones consultadas se determinó que han logrado reducir el número de conflictos en las instituciones educativas y han influido de manera positiva en el rendimiento académico de los estudiantes. En relación con la inclusión ha permitido que los alumnos con que se han autoexcluido de los grupos o son aislados por otros estudiantes puedan integrarse en las actividades áulicas. Sin embargo, se observan que existen algunas brechas de conocimiento que pueden ser abordadas por el presente estudio, por ejemplo, se identificó que los estudios nacionales no detallan con exactitud cuáles son los métodos empleados para mejorar implementar la educación inclusiva ni su relación con la educación emocional. De tal modo, se evidencia que en país no se han realizado investigaciones que analicen la correspondencia entre estos enfoques de la enseñanza. Es por ello, que en el presente estudio se propone un programa de educación emocional para los adolescentes orientado a incorporar elementos de inclusión educativa, para el fortalecimiento de las habilidades sociales y la formación integral de los alumnos.

2.2 Adolescencia y su desarrollo

La adolescencia es una etapa del desarrollo del ser humano que transita entre la niñez y la adultez, representa un periodo en el que la persona experimenta



cambios físicos, psíquicos y sociales que son esenciales para consolidar la vida adulta (Moreno & Molero, 2022). Se divide en las siguientes fases (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, 2023):

- **Adolescencia temprana:** comprende el periodo entre los 10 y 13 años. Se caracteriza por marcar el inicio en la síntesis y liberación de las hormonas sexuales, infundido a cambios físicos como: cambian la voz, aparece vello púbico y en axilas, olor corporal, aumento de sudoración y el acné. Empieza la etapa de relacionarse con los demás.
- **Adolescencia media:** aparece entre los 14 y 16 años. En esta etapa se inician los cambios a nivel psicológico y la construcción de su identidad. Es la fase donde se produce la independencia de sus padres y suelen caer fácilmente en situaciones de riesgo.
- **Adolescencia tardía:** ocurre a los 17 pero puede prolongarse hasta los 21 años. En esta etapa el adolescente empieza a sentirse más cómodos con su cuerpo, este periodo es crítico para su aceptación y la definición de su identidad. También es evidente su preocupación más por su futuro y sus decisiones están en concordancia con ello.

En cuanto a los cambios generales por los que atraviesan los adolescentes se encuentran:

- **Cambios hormonales:** al iniciar la pubertad se empiezan a liberar las hormonas gonadotropinas hormona foliculoestimulante (FSH) y hormona luteinizante (LH), encargadas de la estimulación de las hormonas sexuales masculinas y femeninas.
- **Crecimiento y maduración física:** ocurre una aceleración y desaceleración del crecimiento óseo y los órganos, transformación de la composición corporal, maduración de los órganos reproductores y aparición de los caracteres sexuales secundarios.
- **Cambios psicosociales:** el adolescente empieza a adquirir más independencia familiar, desarrolla conciencia acerca de su apariencia física y aceptación corporal. Se vuelven más importantes los vínculos que se van formando con sus pares. La relación con sus amigos puede influenciar de manera positiva promoviendo el deporte y la educación,

o negativa fomentando el desarrollo de conducta inapropiadas como la violencia.

En términos fisiológicos durante la adolescencia el cerebro aún inmaduro del niño debe transitar por cambios que son necesarios para consolidar su personalidad, identidad y su orientación sexual. Durante esta faceta el adolescente logra desarrollarse moralmente, controlar sus impulsos, desarrollar y acogerse a ideologías, desarrollar el pensamiento abstracto, consolidar las relaciones con las demás personas (Palacios, 2019).

En esta etapa tiene lugar la continuación de los cambios y maduración socioemocional, es decir, que es un proceso en el cual las personas aprenden a entender y manejar sus emociones, marcarse y alcanzar objetivos positivos, sentir y mostrar empatía por otros, establecer relaciones positivas y tomar decisiones de forma responsable. A nivel psicológico los sujetos que se encuentran en esta fase se caracterizan por:

- Egocentrismo.
- Invulnerabilidad, asociado a las conductas impulsivas y de riesgo.
- Iniciación del pensamiento formal para argumentar sus opiniones.
- Ampliación del mundo: surgimiento de intereses propios.
- Apoyo del grupo y la importancia de la identificación con los otros.

Muchas de las conductas que presentan los adolescentes como su exposición al riesgo, cambios de humor y emociones, están asociados al proceso de maduración cerebral. Estos comportamientos hacen que los padres y docentes se planteen una serie de interrogantes para tratar de comprenderlos. La respuesta a estos planteamientos, es que durante la adolescencia se inicia la secreción de un conjunto de hormonas que influyen en la activación de las neuronas, estas variaciones hormonales, es decir, la fluctuación en la liberación es responsables en gran parte de los cambios emocionales (Crone, 2022).

La constante influencia de las hormonas en los jóvenes promueve la aparición de una serie de emociones no son siempre positivas. Los adolescentes pueden irritarse y deprimirse con facilidad. Además, como parte de la construcción de su identidad tienden a expresar y defender sus opiniones, situación que puede



generar diferencias con sus pares y el resto de su entorno. Es por ello, que durante esta etapa reciban un adecuado acompañamiento de sus familiares y docentes, con el propósito de entender con más facilidad los cambios que le ocurren.

Las diversidad social, cultural y emocional que se presentan en las aulas de clases pueden ser atendidas y erradicadas cuando se fomenta la educación emocional como una alternativa para la inclusión de los estudiantes. Cuando se enseña a los adolescentes a canalizar las emociones y a empatizar con las situaciones de los demás, se logra que sean capaces de comprender que las diferencias no deben ser resueltas a través de la violencia o reacciones negativas, sino que al contrario pueden ser solventadas por medio del dialogo.

2.3 Educación emocional, una alternativa para la inclusión

La educación emocional o educación socioemocional es definida por Bisquerra y Chao (2021) como una respuesta a las necesidades de los seres humanos en el ámbito social y emocional, que no son abordadas de manera ordinaria en las asignaturas tradicionales de la educación. Dentro de estas necesidades se incluyen el burnout, ansiedad, estrés, violencia al igual que los mecanismos que son requeridos para afrontar de manera adecuada estas situaciones. En tal sentido la educación emocional se apoya en diferentes teorías, que son la base fundamental para el desarrollo e implementación de programas de intervención. En otras palabras, ayuda a la innovación del proceso de enseñanza, debido a que permite la inclusión de los estudiantes que por diferentes circunstancias no participan en las actividades áulicas.

Por su parte Neva y Marchant (2020) indica que la educación emocional o el aprendizaje emocional es el proceso que consiste en que los estudiantes puedan desarrollar competencias que son esenciales para el funcionamiento de la vida. Las personas necesitan aprender a manejarse a sí mismos, sus relaciones con los demás, así como un óptimo y ético desenvolvimiento profesional. En tal sentido, la educación emocional tiene como principal objetivo desarrollar en los alumnos la capacidad de poder resolver problemas, autorresponsabilidad de su bienestar y el desarrollo de relaciones interpersonales afectivas. Al desarrollar habilidades sociales y emocionales los estudiantes son capaces de llevar una adecuada comunicación con las personas de su entorno, ayuda a expresar sus



emociones, lo que a su vez facilita la inclusión de todo el alumnado a pesar de la diversidad que pueda existir.

De acuerdo con Machorro y Valdez (2019) el propósito de la educación emocional es promover el aprendizaje significativo, tomando en cuenta la importancia de las emociones para la relación docente – alumno y entre alumnos para lograr la integración grupal. La creación de un ambiente propicio para impartir las clases influye en el rendimiento de los estudiantes, es por ello, que los educadores que promueven las emociones positivas dentro del aula, incrementan las probabilidades de que se alcancen las competencias. Caso contrario, si el ambiente está formado por emociones negativas como la ira, hostilidad y miedo, el aprendizaje significativo se dificulta.

La aplicación de la educación emocional en el contexto educativo ha surgido a partir de tres teorías fundamentales que se mencionan a continuación.

Modelo de Salovey y Mayer (1990): surgió a partir del planteamiento de que las personas pueden emplear las emociones para la resolución de problemas de la vida cotidiana o situaciones más complejas propias del conocimiento. A diferencia de otros modelos el de Salovey y Mayer no se centra en los rasgos de personalidad, en cambio proponen que la inteligencia emocional se basa en cuatro habilidades que permiten el desarrollo de esta capacidad de poder darle otro enfoque a las emociones, que se mencionan a continuación (Bueno, 2019):

- Percepción de emociones propias y de otras personas: consiste en la habilidad de poder identificar las emociones propias que surgen a partir de diferentes situaciones, sin embargo, esta capacidad no solo se aplica de manera individual, sino que también, los sujetos deben ser capaces de reconocer los sentimientos y emociones de los demás (Bueno, 2019).
- Uso de emociones para la facilitación del pensamiento: para evitar las dificultades al momento de tomar una decisión acerca de cómo actuar en un determinado momento, la previa identificación de las emociones contribuye a que las personas puedan generar conocimientos y tomar la decisión más efectiva (Bueno, 2019).

- **Comprensión emocional:** estipula que no solo se deben identificar las emociones, si no también entender su significado puesto que cada una tiene un lenguaje y transmiten una serie de mensajes que facilitan la comprensión de una situación o contexto (Bueno, 2019).
- **Gestión emocional:** consiste en poder separar y reconocer las emociones negativas de las positivas con la finalidad de minimizar las primeras e incrementar las segundas, las cuales además pueden ser empleadas para lograr mejorar el rendimiento académico y la consecución de los objetivos escolares (Bueno, 2019).

Modelo de Bar-On (1997): es conocido como uno de los modelos mixtos de la inteligencia emocional, puesto que se menciona que esta es el resultado de la integración de diferentes aspectos como rasgos estables de personalidad, competencias socioemocionales, aspectos motivacionales y diversas habilidades cognitivas. Este modelo incluye varios componentes que se mencionan a continuación (Bito et al., (2019):

- Capacidad de comprender las emociones como método para poder expresar los sentimientos y establecer una auto comunicación.
- Capacidad de comprender los sentimientos de los demás y la habilidad para poder desarrollar una relación con ellas
- Capacidad de poder gestionar y controlar las emociones, con la finalidad de emplearlas para la resolución de conflictos y que actúen a favor del bienestar y contra él
- Poder resolver problemas intra e interpersonales
- Capacidad de generar un estado de ánimo positivo y automotivado

Modelo de Goleman (1995): es definido como un modelo mixto, en el cual el autor establece la definición de competencia emocional como una capacidad desarrollada a partir de las habilidades personales y sociales que permiten lograr un óptimo desempeño de las personas, donde se integran tanto características cognitivas como no cognitivas de la inteligencia, las habilidades de Goleman se clasifican en (Cervantes & Rojas, 2023):

- Autoconocimiento, autoconocimiento emocional, autoevaluación precisa y confianza en sí mismo.



- Autodominio, autocontrol, honradez, conciencia, adaptabilidad, orientación al logro e iniciativa.
- Conciencia social, empatía, conciencia organizacional y orientación al servicio.
- Habilidades sociales, liderazgo visionario, influencia, desarrollo de las personas, comunicación, cambio catalizador, manejo de conflictos, creación de lazos, trabajo en equipo y colaboración.

De acuerdo, con este modelo los programas de educación permiten que los adolescentes puedan adaptarse al entorno debido a que desarrollan habilidades para poder reconocer y aceptar sus emociones y las de los demás. Se encargan de que los estudiantes sean capaces de gestionar la forma de reaccionar tanto a situaciones positivas como alcanzar algún objetivo escolar o las negativas como conflictos por diferencias. Los aportes a la educación inclusiva de estas teorías es que contribuyen a reducir las diferencias que presentan los alumnos en los aspectos sociales y culturales que pueden ser fuente de discriminación o aislamientos de algunos jóvenes. Mejoran las relaciones interpersonales ya ayudan a que puedan integrarse en las actividades grupales.

Es importante señalar que a pesar de que los principales modelos se adaptan más a la inteligencia emocional, la evolución es está dio origen a lo que hoy en día se conoce como la educación de las emociones. Por lo tanto, se pueden tomar elementos claves para fundamentar teóricamente la propuesta de intervención. A partir del análisis de estas teorías se determinó que el programa debe estar orientado al desarrollo integral de los adolescentes por medio del fortalecimiento de la empatía hacia sus pares, la conciencia y el autoconocimiento.

A partir de la revisión documental realizada, se determinó que, para el desarrollo de un programa de educación emocional como herramienta para la inclusión y la atención a la diversidad en estudiantes adolescentes, se debe emplear fundamentos de los modelos antes mencionados.

Para que los estudiantes logren desarrollar sus competencias emocionales e incluirse de forma progresiva en las actividades áulicas es necesario que sean capaces de reconocer sus emociones y las de sus compañeros. Además, deben gestionar sus sentimientos para facilitar la resolución de problemas, al igual que



es necesario que aprendan a comunicarse y trabajar en equipo. Es por ello, que las actividades desarrolladas en dicho programa deben estar orientadas a abordar las dimensiones que se explican en los modelos antes señalados.

Referente a los procesos inclusivos en la educación se pueden emplear diferentes componentes, para ello, es necesario que el docente defina la metodología y herramientas que puede emplear para promover la interacción e integración de los estudiantes con el propósito de facilitar la transferencia de contenido, garantizar la igualdad, el respeto y cohesión social. Estos criterios son esenciales para formar una sociedad sin prejuicios, ni estereotipos que pueden perjudicar al aprendizaje de los alumnos que presentan algún tipo de limitación o diferencia respecto al resto del grupo (Irrazabal & Valeriano, 2023).

La inclusión tiene como finalidad la aceptación de la otra persona, por medio de deconstrucción de los imaginarios preestablecidos por la sociedad para evitar los prejuicios. Por esta razón, a través del currículo escolar se ha buscado integrar estrategias que permitan la interacción y la satisfacción de las necesidades de todos los estudiantes. La educación de las emociones es uno de los métodos más importantes para promover la educación inclusiva, ya que permite crear espacios de convivencia, entendimiento y respeto que favorece el rendimiento académico de los alumnos (Zuñiga & Luque, 2021).

De acuerdo con el Ministerio de Educación del Ecuador la educación inclusiva tiene como finalidad la atención a diversidad, partiendo del hecho de que todos los estudiantes tienen el mismo derecho al acceso al aprendizaje basado en sus necesidades educativas específicas e individuales. Este concepto llevado a la educación emocional de los adolescentes indica que cada estudiante requiere una atención individualizada según sus propias características e intereses.

Sin embargo, en el país no se ha logrado implementar en la mayoría de las instituciones programas destinados a abordar la atención a la diversidad más allá de las necesidades educativas especiales. Entendiendo que este aspecto no solo aplica para las deficiencias de aprendizaje, sino que engloba otras características como las diferencias socioculturales y emocionales.



2.4 Programas de educación emocional como alternativa para la atención a la diversidad

La evolución de la inteligencia emocional ha dado lugar a que se incorpore en el proceso educativo se convierta en un aspecto elemental para el desarrollo integral de los adolescentes. Por tal motivo en todo el mundo se han creado programas para promover el desarrollo de la educación de las emociones. Asimismo, ha sido una herramienta de gran importancia para fomentar la inclusión educativa (García S. , 2022).

En Ecuador, el Ministerio de Educación ha planteado como objetivo el desarrollo y la inclusión de los estudiantes del país, con la finalidad de abordar la formación académica desde una perspectiva integral que permita desarrollar las habilidades cognitivas, emocionales y las relaciones sociales respetuosas. Se han elaborado programas para incluir dentro del currículo escolar actividades que estén dirigidas a desarrollar aspectos cognitivos, como los no cognitivos, es decir, los emocionales y éticos. El objetivo de esta iniciativa es brindar igualdad de oportunidades a las niñas, niños y adolescentes del Sistema Nacional de Educación fomentando la prevención de todo tipo de violencias y riesgos psicosociales (Ministerio de Educación , 2022).

De acuerdo con la guía Juntos aprendemos y nos cuidamos, en la sección numero 5: socioemocional del plan educativo se establece que el Sistema Nacional de Educación establece las siguientes habilidades sociales y emocionales para los adolescentes en educación Básica superior (Ministerio de Educación , 2022):

- Autoconocimiento: reconocer fortalezas y emplearlas para la vida en comunidad. Conocer sus limitaciones y trabajar en función de mejorar sus resultados individuales y los resultados de la comunidad.
- Manejo de Emociones: ser capaz de expresar e identificar sentimientos en su propio cuerpo y en el de las demás personas. Tener la capacidad de autorregulación ante situaciones que no le satisfacen. Iniciar actitudes de empatía con sus iguales, como el desarrollo de habilidades sociales.

- Empatía: trabajar en equipo de manera solidaria y colaborativa; ayudar en situaciones sociales externas que requieran la intervención de los estudiantes en los grupos de niños
- Resolución de conflictos: resolver junto a sus compañeros y compañeras los problemas que se presentan en su aula y en la institución educativa.

De acuerdo con la guía CASEL un programa de educación emocional que se deba aplicar en una institución educativa se debe caracterizar por:

- Deben presentar un diseño acorde que ayude a promover de forma sistemática la competencia social y emocional de los estudiantes, ofreciendo oportunidades para la práctica y que cuenten con una programación multianual.
- Deben presentar un componente que permita la formación de los educadores que lo impartan y un apoyo permanente a los mismos que garantice una aplicación correcta del programa.
- Se deben basar en la evidencia y contar con una base empírica de su eficacia, con al menos una evaluación que documente los impactos positivos en el comportamiento del estudiante y/o su rendimiento académico.
- Para su evaluación debe incluir un grupo de control además de contar con pretest y posttest que valoren las habilidades socio-emocionales incluidas en el programa y/o otras conductas relacionadas del estudiante.
- Se deben integrar plenamente en el currículo, con sesiones que forma clara las habilidades a desarrollar y la formación requerida por los educadores para llevarlas a cabo.

Algunos de los programas de educación emocional que se han implementado con mayor éxito en diferentes partes del mundo son:

- CASEL: diseñado por Daniel Goleman en 1994, fue el responsable de crear "CASEL", Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning (Colaboración para el aprendizaje académico, social y emocional) tenía como objetivo promover la adquisición de competencias

emocionales en lugares de bajos recursos económicos y comunidades vulnerables.

- RULER: surge del acrónimo Recognize (reconocer), Understand (entender), Label (clasificar), Express (expresar) y Regulate emotions (regular emociones). Fue diseñado por el Centro para la Inteligencia Emocional de la Universidad de Yale.
- GROP: fue diseñado por el grupo de investigación de la Universidad de Barcelona fundado por Rafael Bisquerra está dirigido a la conciencia emocional, regulación emocional, autoestima, habilidades sociales y habilidades de vida.
- INTEMO: fue diseñado por el Gobierno de España y la Junta de Andalucía. Se estructuró en doce sesiones diseñadas para tutoría en las que se aprende la importancia de las emociones.

En el caso del programa CASEL, el primero en ser implementado, fue desarrollado por el psicólogo e investigador Daniel Goleman. Tuvo como finalidad promover el aprendizaje social y emocional (SEL) de alta calidad y basado en la evidencia en estudiantes desde preescolar hasta secundaria. Esta intervención logró mejorar el comportamiento y la educación de muchos alumnos, para ello, no solo abordaba los problemas emocionales en las escuelas, sino que integraba a los barrios, instituciones educativas y familias, además de diseñar guías para la evaluación de los programas de educación emocional.

Los programas de educación emocional implementados a nivel mundial han estado dirigido a eliminar las brechas sociales y culturales entre las personas. Mediante su aplicación se ha logrado reducir los índices de violencia tanto en las instituciones educativa como en la comunidad. Esto se debe a que se diseñaron con la finalidad de abordar al ser humano desde un enfoque biopsicosocial, ayudando a fomentar el desarrollo integral.

Por lo tanto, si se adaptan los puntos claves de estos programas al contexto de la realidad problemática que se analiza, se lograría atender a la diversidad en la institución, mejorando la socialización entre los estudiantes, a través de la educación de las emociones y aprendiendo a reaccionar antes las de los demás.



Para ello, es necesario incorporar elementos fundamentales de la educación inclusiva, es decir, las actividades que se desarrollen deben ir orientadas a la atención a la diversidad con un enfoque que vaya más allá de la integración. En otras palabras, se requiere identificar las necesidades educativas y sociales de los estudiantes y a partir de las mismas diseñar estrategias grupales e individuales que ayuden a mitigar el efecto de estas tanto a nivel de rendimiento académico como en las relaciones interpersonales.

Como se ha mencionado con anterioridad tanto en el país como en otros Estados, la educación emocional no es un componente formal para la escolarización, pero sí es elemental para el desarrollo integral y para lograr la inclusión educativa. Por ello, la planificación de los programas debe realizarse en función de las necesidades que sean detectadas en cada institución, en tal sentido, deben ser adaptados a las características individuales de los estudiantes, además, de orientarse al logro de la interdependencia, integración y la participación activa, aspectos que forman parte de la educación inclusiva, los cuales logran prevenir eventos que perjudiquen la convivencia, al mismo tiempo que optimizan el desarrollo de competencias socio-emocionales. Estas intervenciones deben centrarse en la disminución de los factores de riesgo y en la potenciación de los factores protectores.

3 MARCO METODOLÓGICO

3.1 Paradigma y enfoque de la investigación

La realización de la investigación se orientó en función de un paradigma interpretativo, debido a que se ha planteado como objetivo de estudio analizar la forma en los estudiantes pueden responder a situaciones adversas y canalizar las emociones, con la finalidad de identificar de qué manera se puede fortalecer la inteligencia social y mejorar las habilidades sociales y la educación inclusiva.

Al respecto Beltrán y Ortiz (2021) el paradigma interpretativo tiene la finalidad de construir la realidad subjetiva a partir de las realidades sociales, que surgen de la comprensión de las situaciones de acuerdo con la apropiación individual de las personas.

Asimismo, el enfoque del estudio será cualitativo, debido a que la finalidad de la misma fue describir, comprender y caracterizar las percepciones de estudiantes y docentes sobre la educación emocional y la forma de canalizar y reconocer las emociones en los alumnos.

3.2 Métodos

Para el diseño de la propuesta se realizó una investigación basada en el estudio de casos, los cuales permiten obtener un conocimiento concreto y contextualizado sobre un tema específico. En tal sentido, por medio de este método, se pudo comprender cual es el estatus de la educación emocional en la institución. A partir, de los casos analizados se logró plantear las estrategias más oportunas para dar solución a los problemas detectados.

De acuerdo con, Muñiz (2018) el estudio de casos en la investigación cualitativa es un método que consiste en analizar de manera intensiva una determinada unidad, la cual puede ser un individuo, familia o grupo de personas. Para ello, es necesario plantear e identificar inicialmente el paradigma mediante el cual se basará la investigación, posteriormente se analiza el contexto y la situación donde se desarrolla la problemática de estudio.



3.3 Fases de la investigación

De acuerdo, con Mosterio y Porto (2017) el estudio de casos en educación se divide en varias fases:

- Clasificación e identificación del problema: consiste en la delimitación y formulación del problema, así como la revisión de la literatura para poder fundamentarlo. Para ello, se realizó un diagnóstico en la institución a partir de observaciones realizadas por el investigador, esto permitió identificar las falencias que existen en la inclusión y educación emocional. Logran delimitar que existen situaciones conflictivas entre los estudiantes y que no existen lineamientos claros para la educación de las emociones.
- Planificación de la investigación: se formulan los objetivos que guiarán la investigación al igual que se definen las variables. En esta etapa se selecciona el método, diseño, población y muestra. A partir del diagnóstico inicial se fijaron el objetivo general y los objetivos de la investigación los cuales se han planteado con la finalidad de analizar las emociones en la institución y en base a dichos resultados diseñar un programa de intervención. Para ello se seleccionó como método el paradigma interpretativo.
- Recolección de datos: se selecciona la técnica e instrumentos para obtener la información. Debido a que el objetivo fue interpretar la situación de los estudiantes referentes a la educación emocional como técnica de recolección de datos se decidió aplicar la entrevista, de tal modo que los alumnos y docentes pudieran expresar libremente sus opiniones, por lo tanto, se diseñó una guía de entrevista para tal fin.
- Organización y procesamiento de la información: se crea el plan para analizar los resultados y realizar las conclusiones. Una vez obtenido los resultados se procedió a organizarlos en una base de datos, que permitió analizarlos y a partir de la evidencia concluir y diseñar el programa.

3.4 Unidad de análisis

La unidad de análisis de la investigación estuvo conformada por estudiantes de secundaria del subnivel básico de la Escuela de Educación Básica José María Velasco Ibarra temática, es decir, adolescentes entre 12 a 15 años, se empleó



para la recolección de datos 16 alumnos, asimismo, se contó con la participación de 5 docentes de aula de octavo a decimo grado

3.5 Técnicas

Para la obtención de la información que ayudo a comprender el contexto de la realidad problemática se empleó como técnica de recolección la entrevista, la cual consistió en la realización de una serie de preguntas tanto a los docentes como estudiantes, que ayudaron a comprender las necesidades de promover la educación emocional, al igual que lo métodos y estrategias que se pueden emplear o que aplican los alumnos para canalizar las emociones. También se empleó la técnica de la observación directa que permitió la evaluación del contexto actual sobre las actividades que se realizan los docentes para abordar la educación emocional.

Esta información fue respaldada mediante el análisis de la documentación de la institución donde se detalla a profundidad los contenidos y actividades que se realizan para mejorar la educación emocional de los estudiantes. Asimismo, con la finalidad de fundamentar teóricamente la propuesta se realizó un análisis bibliográfico o documental, de investigaciones que desarrollaron programas de educación emocional.

3.6 Instrumentos

Como método de recolección de datos se empleó una guía de entrevista abierta (anexo1) se diseñaron dos instrumentos, una para los docentes formado por 10 ítems de preguntas abiertas cuyo objetivo fue identificar la capacidad de los docentes para mediar situaciones conflictivas entre los estudiantes y el reconocimiento de los cambios emocionales en los alumnos, al igual que las estrategias que implementan para fortalecer las habilidades emocionales.

En cuanto a la recolección de datos de los estudiantes se aplicó de igual forma una entrevista abierta, para ello, se realizó un instrumento que estuvo conformado por 17 ítems de preguntas abiertas que estaban orientados a terminar las capacidades de los estudiantes para reconocer y canalizar las emociones.

Para el análisis documental se emplearon fichas de recolección de datos.



Tabla 1

Categorías de análisis

MATRIZ DE CATEGORIZACIÓN					
OBJETIVO ESPECÍFICO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	SUBCATEGORÍAS O DIMENSIONES	INDICADORES	TECNICAS / INSTRUMENTOS	UNIDAD DE INFORMACIÓN
Identificar el estado actual de la educación emocional, de los adolescentes de 12 a 15 años, de básica superior de la “Escuela de Educación Básica José María Velasco Ibarra”.	La educación emocional es un proceso de educación, continuo y permanente, que busca fomentar el desarrollo de las competencias emocionales como mecanismo fundamental para la formación integral de los individuos, con el único objetivo de capacitarlos para la vida buscando su	Autoconocimiento Autorregulación Autonomía Empatía Colaboración	Conciencia emocional Regulación emocional Autonomía emocional Competencia social Habilidades de vida y bienestar	Entrevista: Docente – DECE (Instrumento : cuestionario) Entrevista: estudiantes (Instrumento cuestionario)	Fichas institucionales DECE Docentes Estudiantes



3.8 Análisis y discusión de los resultados

Con la finalidad de contextualizar la educación emocional en el Ecuador, se realizó un análisis documental de tal forma, que se pueda evidenciar la normativa y aplicabilidad de la misma. De acuerdo con Arroba et al. (2022) a partir del 2010 se han realizado modificaciones al currículo escolar ecuatoriano, con el propósito de lograr una educación donde el estudiante sea el protagonista del proceso de enseñanza, de tal modo, que el mismo se adapte a las necesidades del alumno. En lo que respecta a la educación emocional como parte de sistema educativo los autores señalan que el currículo del país ha planteado como objetivo que los estudiantes logren desarrollar habilidades que les permita llevar a cabo una adecuada convivencia con sus semejantes. Es por ello, que la legislación ha establecido que deben ser contemplados como seres biopsicosociales, por lo tanto, requieren de un ambiente donde se ponga en manifiesto las interacciones afectivas positivas.

Asimismo, el Ministerio de Educación (2011) señala que en el país se ha implementado la educación inclusiva con la finalidad de garantizar el acceso a un sistema educativo de calidad para todos. Este proceso se ha desarrollado de manera paulatina, logrando la capacitación y formación de los docentes para dar a conocer el fundamento de este nuevo enfoque. Para respaldar la inclusión desde el punto de vista legislativo, se han creado una serie de normativas para tal fin, por ejemplo, en el año 2011 fue aprobada la Ley Orgánica de Educación Intercultural en la cual se estableció que todos los ciudadanos deben formar parte de la comunidad escolar, con la finalidad de promover la interculturalidad y la plurinacionalidad.

Es importante señalar que, en las décadas anteriores, la educación tradicional buscaba promover la integración, cuyos objetivos difieren de la inclusión. Como se indica en la figura 2 la integración ha tenido como finalidad que la educación se fundamente en la igualdad y la homogeneidad, garantizando el derecho a la



educación de los alumnos que se habían excluido del sistema educativo regular. Por su parte la inclusión establece como prioridad la heterogeneidad, prestando mayor atención a los grupos vulnerables y susceptibles a la exclusión. Mientras que la primera establece como objetivo que las actividades Esten dirigidas a cubrir las necesidades específicas de los estudiantes, la segunda busca eliminar las barreras que se crean a partir de la diversidad para lograr que todos los alumnos tengan las mismas oportunidades de acceso.

Figura 1

Diferencias entre integración e inclusión educativa

INTEGRACIÓN	INCLUSIÓN
Se basa en los principios de normalización e igualdad	Se basa en los principios de equidad, cooperación y solidaridad (la diversidad como valor)
Propuesta educativa basada en la homogeneidad	Propuesta educativa basada en la heterogeneidad
Asegura el derecho de los estudiantes tradicionalmente excluidos a educarse en el sistema de educación regular	Asegura el derecho de todos los estudiantes (con especial atención por aquellos grupos con mayor riesgo de exclusión) a educarse en el sistema de educación regular
La intervención se centra en la atención individualizada de los estudiantes	La intervención está orientada a la transformación del sistema educativo (cultura, políticas y prácticas)
La responsabilidad de la educación de los estudiantes con necesidades educativas especiales recae en los profesionales de apoyo o especialistas	La responsabilidad de la educación de los estudiantes con necesidades educativas especiales recae en los miembros de la comunidad educativa (docentes, directivos, especialistas, estudiantes y familias)
Los estudiantes se adaptan al sistema educativo disponible	El sistema educativo se prepara para asegurar la permanencia, participación y aprendizaje de todos los estudiantes
Falta de formación de los docentes para atender a los estudiantes con necesidades educativas especiales	Los docentes reciben formación continua
Acciones basadas en el diagnóstico de cada estudiante y dirigidas a atender las necesidades educativas individuales	Acciones dirigidas a eliminar las barreras físicas, personales e institucionales que limitan la participación y las oportunidades de aprendizaje de todos los estudiantes
Estudiantes con necesidades educativas especiales pasan mayor cantidad de tiempo en aulas de apoyo	Estudiantes con necesidades educativas especiales pasan todo el tiempo en el aula regular

Fuente: Ministerio de Educación (2011)

En tal sentido, la educación emocional es un factor de gran importancia para promover la inclusión. Con este propósito se ha incluido en el currículo escolar



ecuatoriano en el subnivel de educación básica con el propósito de prevenir la violencia en los entornos educativos, las actividades realizadas en la hora asignada para tal fin, son realizadas de acuerdo con las necesidades detectadas en los estudiantes de acuerdo a los lineamientos de las Guía de Desarrollo Humano Integral dirigida a docentes (Ministerio de Educación, 2018).

Sin embargo, se siguen detectando en las instituciones del país episodios de violencia y exclusión escolar, existen estudiantes que no logran incorporarse a las actividades áulicas. Además, en la educación básica, es más notorio los conflictos entre alumnos relacionados con las diferencias y la intolerancia a las opiniones de los demás. Este hecho deja en evidencia que no se está cumpliendo la legislación y los lineamientos de la educación emocional e inclusiva.

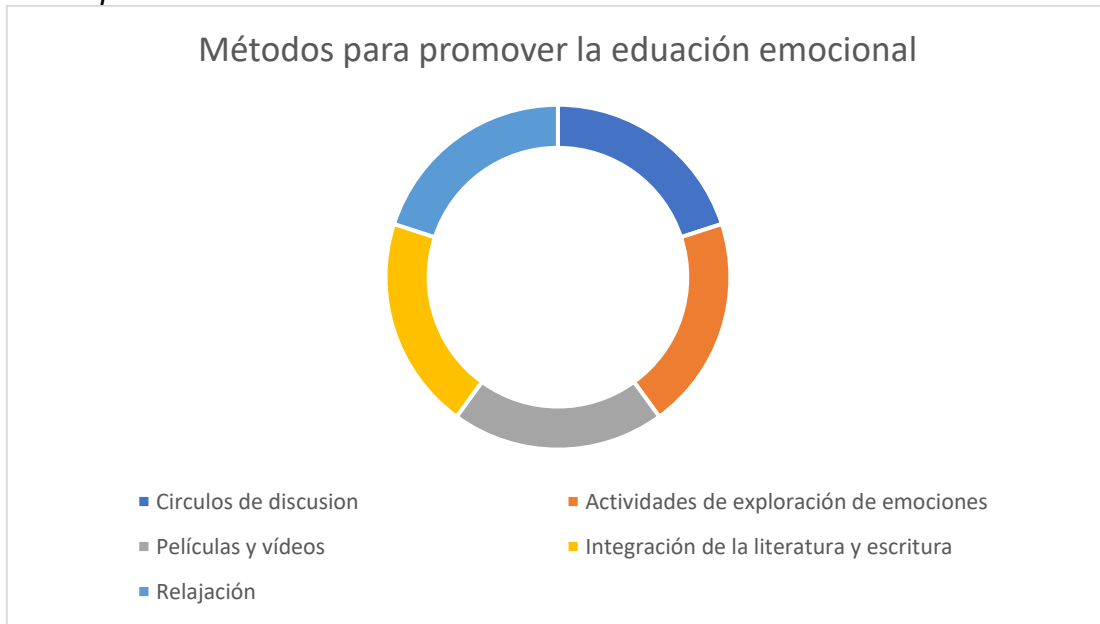
Es por ello que, con la finalidad de conocer la percepción y conocimientos de los docentes y alumnos sobre la educación emocional en la institución en estudio, se realizó una entrevista a un grupo de 5 educadores y 16 estudiantes, a partir de la cual se encontraron los siguientes resultados. Asimismo, se realizó una investigación documental con la finalidad de contrastar los resultados obtenidos con investigaciones anteriores que sirvan de fundamento para el desarrollo del programa.

3.8.1. Entrevista a los docentes

Métodos para promover la educación emocional

Se determinó que los métodos que se emplean en la institución para promover la educación emocional, se determinaron que los docentes emplean diferentes estrategias con los estudiantes entre las cuales destacan: actividades artísticas como la pintura, al igual que la lectura mediante las cuales los alumnos puedan expresar sus emociones en diferentes situaciones, a través de dibujos y la conversación. proyectar películas y videos donde se aborden temas emocionales y se les enseñe a los estudiantes a reflexionar. También se encontró que emplean la literatura como medio para que los estudiantes puedan explorar y expresar sus emociones, círculos de discusión y técnicas de relajación.

Figura 2
Métodos para la educación emocional

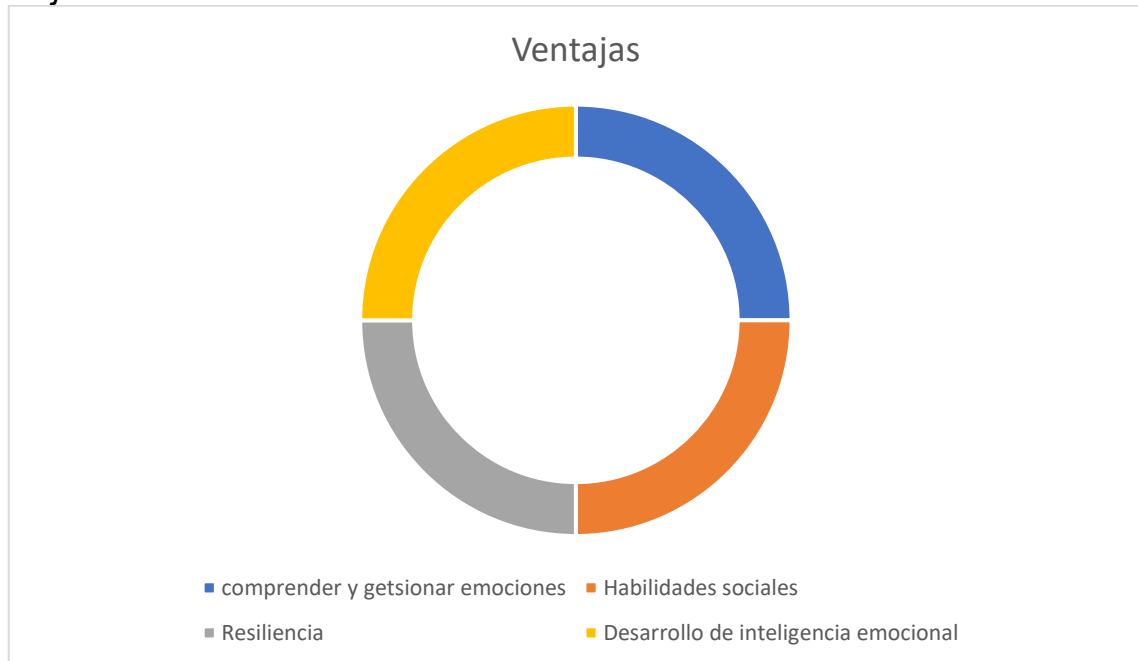


Necesidad de implementar la educación emocional

Todos los docentes entrevistados coincidieron en que es necesario implementar la educación emocional como parte del proceso formativo de los estudiantes, debido a que ayuda a desarrollar las habilidades sociales, comprender y gestionar las emociones. Asimismo, por medio de la educación emocional se ayuda a que los alumnos puedan fortalecer la capacidad de resiliencia y afrontamiento de las adversidades. Como se indica en la figura 3 los docentes explicaron diferentes ventajas de la promoción de la educación emocional. Los profesionales indicaron que, de acuerdo, con su experiencia y lo que han observado cuando se educan las emociones es que se logra un mejoramiento del comportamiento y rendimiento de los estudiantes

Figura 3

Ventajas de la educación emocional



Capacidad de reconocer los cambios de emociones en los estudiantes

Referente a la habilidad de los docentes para reconocer los cambios emocionales en sus estudiantes, hubo diferencias entre los educadores uno de ellos notificó que si era capaz de reconocer estos cambios por medio del análisis de las expresiones corporales y faciales cuando ocurre un evento adverso o se presenta algún problema. Por su parte, tres de los docentes entrevistados indicaron que solo reconocen los cambios en la mayoría de los casos, para ello, analizan el comportamiento en clases y las interacciones con los compañeros. Finalmente, uno de los docentes indicó que presenta dificultades para poder identificar estas situaciones.

En tal sentido, es necesario educar a los docentes en el tema de las emociones, con la finalidad de que puedan reconocer de manera rápida y sencilla cambios emocionales, al mismo tiempo que puedan implementar estrategias para afrontar esta situación.

Clasificación del estado emocional de los estudiantes según los educadores



Como se indica en la figura 5 la mayoría de los educadores indicaron que el estado emocional de sus estudiantes es equilibrado, positivo y enérgico. Sin embargo, indicaron que periódicamente pueden expresar fluctuaciones normales, producidas por situaciones diarias. Los docentes señalaron que los estudiantes pueden experimentar días con estrés, ansiedad y tristeza. Por su parte uno de los educadores señaló que el estado emocional que detecta en sus estudiantes es variable, con altibajos.

Figura 4

Estado emocional de los estudiantes



Observación de conflictos en los últimos tres meses

La mayoría de los docentes indicaron que han observado conflictos menores entre los estudiantes los últimos tres meses, los cuales han abordado implementando diferentes estrategias fomentadas en la construcción de la tolerancia y el respeto, han aprovechado la oportunidad para la enseñanza de las habilidades de resolución de conflictos, promover la comunicación y el dialogo. Por su parte uno de los docentes indicó que en su aula no ha conservado conflictos, puesto que considera que las clases se desarrollan en un ambiente de armonía.

Figura 5

Técnicas para resolver conflictos



Identificación de estudiantes que no se integran en las actividades (dimensión colaboración)

Referente a los alumnos que no se integran en las actividades áulicas dos de los docentes manifestaron cuentan un estudiante con tendencia aislarse y que presenta dificultades para poder integrarse con sus demás compañeros. Para resolver esta situación los educadores expresaron que promueven actividades donde se fomente un ambiente inclusivo, por medio de la organización de trabajo en pequeños grupos.

Asimismo, otros dos docentes indicaron que ocasionalmente pueden tener estudiantes que exhiben cierta resistencia o falta de interés para realizar actividades, para contrarrestar esta situación se emplean estrategias personalizadas para promover la motivación y el interés. Por último, uno de los profesores señaló que es su aula todos los estudiantes participan y se integran en sus actividades.

Percepción del control de las emociones negativas en los estudiantes (dimensión autorregulación)

En cuanto a la percepción de los docentes sobre la capacidad de los estudiantes para controlar sus emociones negativas tres de los docentes indicaron que en general sus alumnos pueden controlar las emociones, cuando



repreueban una evaluación, exhibiendo una clara molestia que puede ser expresada mediante expresiones corporales y verbales, manifestaron que es posible desarrollar este control a partir de la educación de las emociones y el desarrollo de las habilidades de autorregulación. Sin embargo, dos educadores mencionaron que han observado dificultades en los estudiantes para controlarse cuando experimentan emociones negativas, como la frustración y el enojo cuando no logran los objetivos escolares, al igual que el otro grupo, consideran que esta situación puede mejorar a través de la educación, pero, para ello es necesario la guía y ayuda de los familiares y docentes.

Percepción sobre la capacidad para expresar las emociones en los estudiantes (Dimensión autoconocimiento)

La mayoría de los docentes entrevistados indicaron que los estudiantes poseen la capacidad de expresar sus emociones y sentimientos, tanto las negativas como la rabia, tristeza y frustración, como las positivas como la alegría, sin embargo, han observado que en ocasiones necesitan acompañamiento del docente para poder realizarlo, además que se requiere de un ambiente propicio, un espacio tranquilo, en confianza, para que puedan expresarse adecuadamente. Por su parte, uno de los educadores señaló que considera que algunos estudiantes tienen dificultades para expresarse, para mejorar esta situación ha implementado estrategias como círculos de confianza, con la finalidad de crear espacios donde se sientan cómodos y en confianza, como método para ayudarlos a que puedan manifestar sus emociones.

Reacción de los estudiantes al recibir noticias desagradables

Los docentes indicaron que los estudiantes pueden manifestar diferentes emociones al momento que reciben una noticia desagradable, en algunos casos observan que pueden actuar resignándose, pero, en otros muestran frustración, tristeza, enojo o frustración. Al respecto, los educadores reconocen la necesidad de reconocer estas reacciones y actuar de tal modo que puedan apoyar a los estudiantes. Expusieron que han implementado estrategias como el apoyo emocional y la guía, con la finalidad de ayudar a sus estudiantes a buscar una solución a la problemática que están presentando como, por ejemplo, conflictos con sus compañeros, familia o cuando no logran los objetivos académicos.



Los docentes entrevistados aportaron diferentes ideas sobre las estrategias que se pueden desarrollar para promover la educación emocional en la institución, manifestaron que es necesario promover una reforma en el currículo escolar, donde se incluya la realización de actividades orientadas a la educación emocional según cada nivel educativo. También señalaron que se debe promover en la institución la formación y actualización constante de los docentes con la finalidad de que puedan implementar las habilidades emocionales como parte de sus prácticas pedagógicas.

Asimismo, resaltaron la importancia de crear un espacio donde los estudiantes se sientan cómodos y en confianza para poder expresar sus emociones. Además, es necesario incorporar la participación de los padres y la comunidad junto con la institución para realizar actividades extracurriculares que promuevan el desarrollo socioemocional de los estudiantes.

3.8.2. Análisis de los datos obtenidos de la Observación

Como se indicó en la sección anterior, gran parte de los docentes refirió que implementa algunas estrategias para la educación emocional y la inclusión dentro del aula. Sin embargo, estas opiniones son diferentes a lo que se observó en la realidad áulica. A través de visitas realizadas en diferentes momentos a la institución se pudo observar que existe una inconsistencia entre la realidad y lo que expresan los docentes.

No siempre se implementan actividades y estrategias que en realidad enseñen a los estudiantes a reconocer las emociones propias y las de los demás, por lo tanto, no existe una guía adecuada por parte de los docentes en la resolución de conflictos. De igual forma, es necesario mencionar que no se emplean herramientas que fomenten la educación inclusiva y la atención a la diversidad.

Desde un punto de vista objetivo y crítico, es necesario transformar la práctica educativa en la institución, resaltando los siguientes puntos que a juicio del autor no se toman en consideración de manera adecuada:

- No se realiza un diagnóstico periódico del estado de la educación emocional, al igual que no se lleva un monitoreo adecuado de cómo los estudiantes abordan y conceptualizan el tema de las emociones.
- No se lleva un seguimiento de los todos los conflictos que ocurren el aula, puesto que también deben considerarse los problemas menores que quizás puedan pasar desapercibido por el docente e incluso el resto de los estudiantes.
- Se requiere del trabajo en equipo del cuerpo docentes para plantear estrategias grupales, que todos los profesores implementes actividades relacionadas con la educación emocional.
- Idear estrategias de evaluación para medir el alcance e impacto de la educación emocional en la institución.

3.8.3. Entrevistas a los estudiantes

¿Sientes emociones negativas cuando no puedes realizar una actividad en el aula o repruebas los exámenes?

Se les preguntó a los estudiantes sobre las emociones negativas que experimentan si no pueden realizar una actividad o reprueban los exámenes, al respecto la mayoría indicó que experimentan este tipo de emociones, otro grupo refirió que no y en menor proporción señalaron que depende. Como se observa en la figura 5 la mayoría de los alumnos si desarrollan emociones negativas como frustración, decepción, enojo, desanimo y preocupación, la mayoría de las veces está asociado a que no se creen suficientes para enfrentar el reto o por miedo al fracaso.

Los estudiantes que manifestaron que no sienten emociones negativas indicaron que los resultados desfavorables no los afecta emocionalmente, que comprenden que no siempre las situaciones pueden ser satisfactoria, que quizás puedan experimentar cierta decepción, sin embargo, no es lo suficiente para afectarlos, además indicaron que pueden aprender de los errores cometimos.

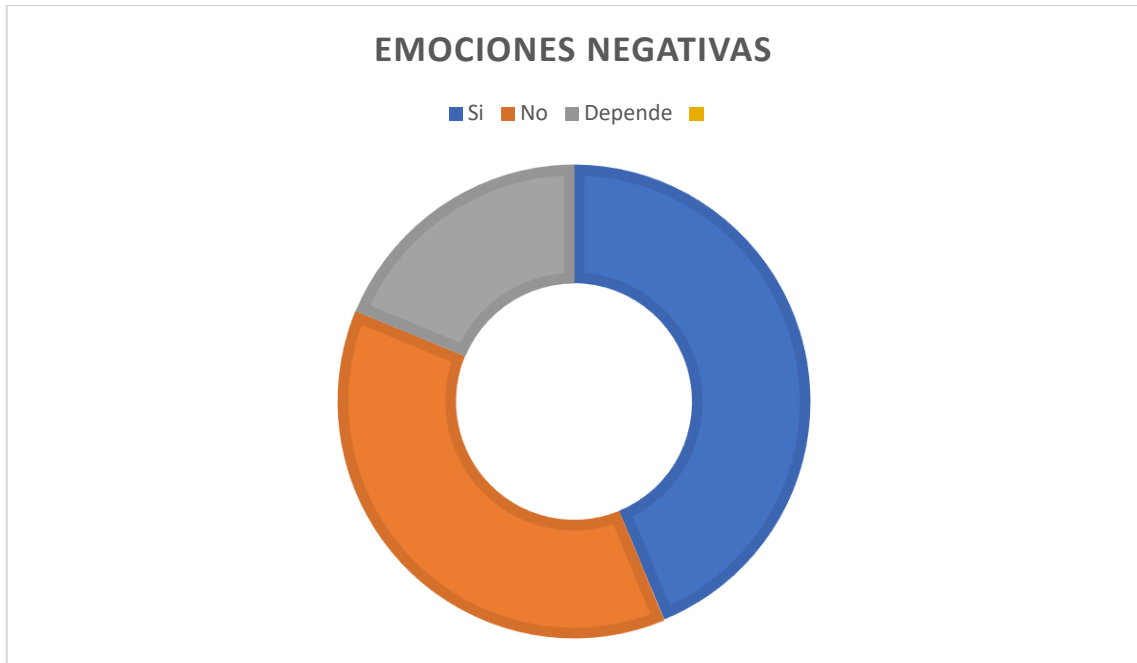
Los que indicaron que sus variaciones emocionales dependían, señalaron que no todas las veces experimentan emociones negativas al no lograr algo, que esto



depende del grado de importancia que tenga la situación, el nivel de preparación que tengan para hacerla.

Figura 6

Emociones negativas en los estudiantes



Cuando no puedes realizar una tarea en el aula, ¿cómo te sientes?

La mayoría de los estudiantes manifestaron que cuando no pueden realizar una tarea en el aula manifiestan diferentes emociones como decepción, frustración, enojo, estrés, ansiedad y preocupación, esto se debe a que se sienten irresponsables, además de que se preocupan sobre el efecto que esto pueda tener en su rendimiento académico.

Es importante indicar que una minoría señaló que esta situación les proporciona alivio, perciben este evento como una oportunidad para poder buscar ayuda y aprender más sobre el tema, incluso indicaron que les permite tener un descanso entre sus actividades.

Figura 7
Emociones al no realizar actividades



¿Cuál es tu estado de ánimo la mayoría del día?

Referente al estado de ánimo que experimentan los estudiantes durante el día, todos indicaron que consideraban que su estado de ánimo era normal o equilibrado, a pesar de que pueden experimentar variaciones debido a situaciones que se puedan presentar y generen estrés, frustración o preocupación, la mayor parte del día se muestran alegres, optimistas y positivos.

¿Qué métodos empleas para manejar las emociones negativas como la ira, frustración y rabia?

Aunque quizás en la institución no existan protocolos formales de educación emocional los estudiantes han desarrollado mecanismos para poder manejar sus emociones. Manifestaron que aplican técnicas de relajación o yoga, control de la respiración mediante el método de contar y respirar. También indicaron que canalizan las emociones negativas por medio del deporte, ejercicio físico y la reflexión, al igual que la realización de actividades creativas como pintar, dibujar o escribir.



Asimismo, es importante indicar que por medio de las respuestas se puede determinar que los estudiantes son conscientes de que deben canalizar de forma adecuada las emociones negativas, debido a que en ocasiones buscan apoyo con alguien de confianza para hablar y recibir consejos. También indicaron que tratan de practicar la empatía, colocándose en el lugar de ellos demás para comprender las situaciones, al mismo tiempo que intentan resolver conflictos de forma constructiva.

¿Cuándo te sientes enfadado o no logras alcanzar un meta, qué actividades realizas, que haces para que pase?

Al igual que en la pregunta anterior los estudiantes implementan diferentes estrategias para poder canalizar el enojo al momento de poder alcanzar una meta, entre las cuales destacan realizar actividades como escribir las emociones que presentan, pintar, escuchar música, realizan pausas para reflexionar o información para mejorar los errores que presentaron.

Asimismo, explicaron que emplean otros métodos con un poco más de profundidad como es el caso de la meditación, buscar modelos a seguir que los inspire a mejorar y no desistir de sus metas, al igual que ayuda profesional como un consejero escolar o alguien de confianza que los pueda ayudar y guiar.

¿Puedes reconocer el estado de ánimo de los demás?

Todos los estudiantes indicaron que son capaces de reconocer como se sienten los demás, indicaron que lo pueden percibir a través de la observación pudiendo observar sentimientos, alegría, tristeza o enojo. Asimismo, indicaron que consideran el contexto en el cual cuentan la historia y partir de este pueden sentir las emociones que los demás transmiten.

¿Cuándo ves a tu compañero, a tu padre, a tu madre, puedes darte cuenta, sobre cómo se siente?

Los estudiantes manifestaron que a través de las expresiones corporales y faciales de sus compañeros pueden identificar si están tristes o alegres. En el caso que observar a los demás callados o con los hombros caídos pueden inferir que se sienten agobiados o tristes, caso contrario cuando sus amigos hablan con entusiasmo sobre un tema entienden que están emocionados o felices.



También son capaces de identificar cuando alguien está ansioso o impacientes a través de los gestos que pueden realizar como el movimiento acelerado de las piernas, al igual que relacionan los brazos cruzados y la mirada seria con sentimientos de frustración o molestias, otros gestos asociados a estos sentimientos son la mandíbula tensa y los puños apretados.

¿Puede mantenerte de buen humor cuando las demás personas de tu entorno no lo están?

Las respuestas de los estudiantes difirieron en cuanto a si se podían mantener de buen humor si las demás personas de su entorno no lo estaban. La mayoría de los entrevistados indicaron que, si podían mantener un estado de ánimo feliz, debido a que se enfocaban en cosas positivas. También indicaron que a pesar de que su estado de ánimo no ve afectado, buscan la forma de tratar de ayudar a las otras personas a que estén mejor, brindando apoyo emocional.

De igual forma, un grupo de estudiantes manifestó que puede mantener su estado de ánimo, sin embargo, no siempre lo pueden sostener debido a que se la otra persona se siente muy triste o desanimados, esta situación los puede afectar. También indicaron que emplean métodos para ayudarlos a mejorar su situación.

Asimismo, otros estudiantes indicaron que no pueden mantener su estado de ánimo alegre cuando están rodeados de personas que se sienten tristes, debido a que se ven afectados por las emociones de los demás y el ambiente negativo.

¿Crees que expresas de manera adecuada tus emociones?

Referente a la expresión de adecuada de las emociones de los estudiantes, algunos respondieron que, si pueden expresar sus emociones de manera adecuada, en cuánto a los ejemplos de cómo lo realizan manifestaron que si están preocupados buscan apoyo en otras personas para resolver la situación. En cuanto al enojo, indicaron que es la emoción más difícil de expresar y canalizar, por lo tanto, a menudo necesitan ayuda para hacerlo de manera apropiada.

En cambio, otros mencionaron que en ocasiones se le dificulta expresar sus emociones debido a que son muy sentimentales, indicaron que en algunos casos cuando son emociones muy profundas o negativas como la preocupación o el



enojo no las manifiestan y prefieren guardárselas. A pesar de ello, expresaron que son conscientes de que necesitan ayuda para mejorar este aspecto.

¿Has tenido algún tipo de conflicto en los últimos tres meses con tus compañeros de clase?

Como se indica en la figura 7 el más de la mitad de los estudiantes entrevistados había tenido conflictos menores con algún compañero, entre las causas desatacaron diferencias al momento de realizar actividades o proyectos escolares debido a diversos puntos de vista, chismes y/o rumores, mal entendidos en la comunicación, diferencias en las opiniones políticas durante una discusión en el aula, competencias deportivas y falta de colaboración en un proyecto.

Por su parte el menos de la mitad de la muestra consultada indicó que no ha tenido conflictos en los últimos meses, refirieron que las relaciones que se han establecido con sus demás compañeros son pacíficas y armoniosas.

Figura 8

Conflictos en los últimos tres meses



¿Si estas molesto/a con alguien de qué modo lo expresas?

Todos los alumnos entrevistados mencionaron que, si expresas su molestia con los demás, para ello emplean diferentes métodos, en algunos casos lo manifiestan de manera directa por medio de una conversación, tratan de emplear



un momento para calmar y reflexionar y luego buscan la manera de abordar y resolver el conflicto que ha ocurrido.

En otros casos expresan la molestia hacia los demás a través de las expresiones corporales como adoptar una postura rígida, mantener un tono de voz serio y evitando el contacto visual. También emplean otros métodos no verbales como es el caso de suspirar, fruncir el ceño o apartarme físicamente de la persona que me ha molestado. Finalmente indicaron que pueden recurrir a la ayuda de un adulto para resolver en conflicto.

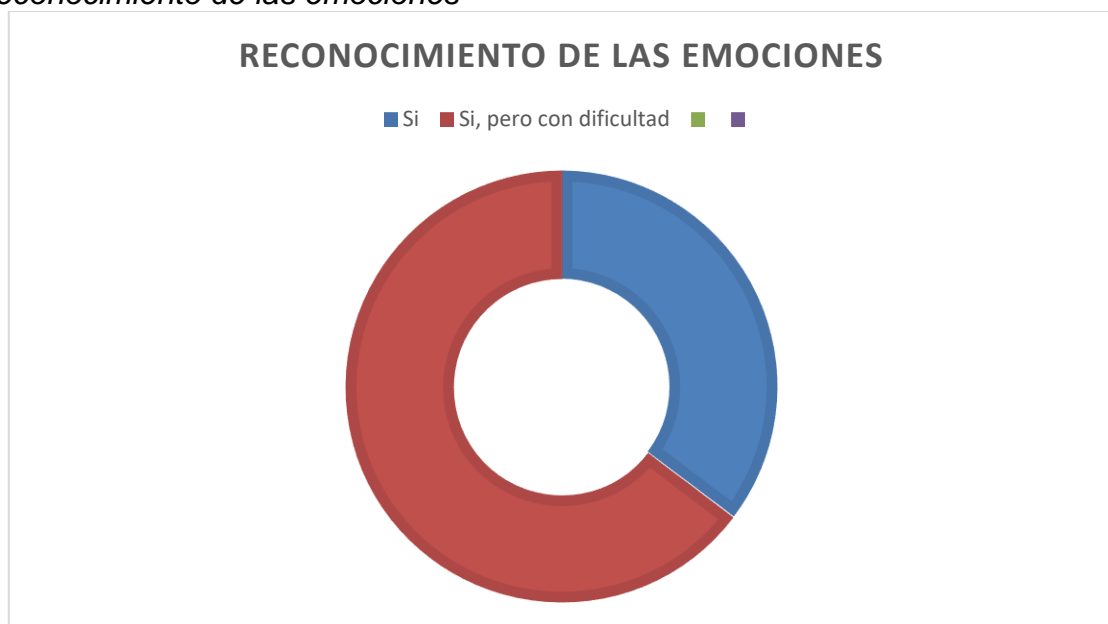
¿Crees que reconoces todos tus sentimientos?

Algunos de los estudiantes indicaron que pueden reconocer sus emociones debido a que consideran que tienen una buena conexión con las mismas, por lo que pueden identificarlas y expresarlas. Además, entienden lo que significan cada una incluyendo las más complejas.

Por su parte la mayor parte de la muestra manifestó que solo reconocen sus emociones en algunas ocasiones debido a que presentan dificultades para identificarlas, esta situación influye en la manera de comunicarlas y expresarlas de manera adecuada. Esta dificultad es común cuando se tratan de emociones complejas, sin embargo, las superficiales si las pueden manifestar.

Figura 9

Reconocimiento de las emociones



¿Podrías describir tu estado de ánimo actual?

Los estudiantes entrevistados indicaron que son capaces de describir su estado de ánimo al momento de la entrevista, refirieron que se caracterizaba por un estado de felicidad, positivismo y optimismo. Otros estudiantes indicaron que se sentían algo ansiosos, preocupados y abrumados debido a sus obligaciones escolares. También se describieron estados de ánimo de desánimo, tristeza y desilusión.

De acuerdo con estas manifestaciones, resulta importante que los docentes indaguen sobre las causas que generan estos estados de ánimos negativos que fueron frecuentes en gran parte de los estudiantes, con el propósito de implementar mecanismos que ayuden a expresarlos y canalizarlos.

¿De qué forma reacciones a las situaciones adversas?

El enfrentamiento de las situaciones adversa fue diferente en los estudiantes, algunos manifestaron que buscan ayuda en los adultos para poder solucionar el problema. También indicaron que pueden visualizar las situaciones negativas como oportunidades de aprendizaje. Otros métodos incluyeron la relajación, meditación, emplear el humor como estrategia para mejorar la situación.

Algunos estudiantes mencionaron que inicialmente se suelen sentir frustrados, sin embargo, tratan de buscar algún método para sentirse mejor y poder solventar la situación adversa por la puedan estar pasando.

¿Crees que reconoces tu estado emocional actual?

Acerca del reconocimiento del estado emocional actual la mayoría de los estudiantes mencionó que es capaz de poder reconocer y describir su estado emocional actual, mencionaron que pueden identificar tanto las emociones profundas como las sutiles. Por su parte, menos de la mitad de los estudiantes refirió que no siempre pueden hacerlo debido a que en algunas ocasiones se les dificulta, expresaron que se sienten inseguros al momento de identificar sus emociones o piensan son sentimientos ambiguos.

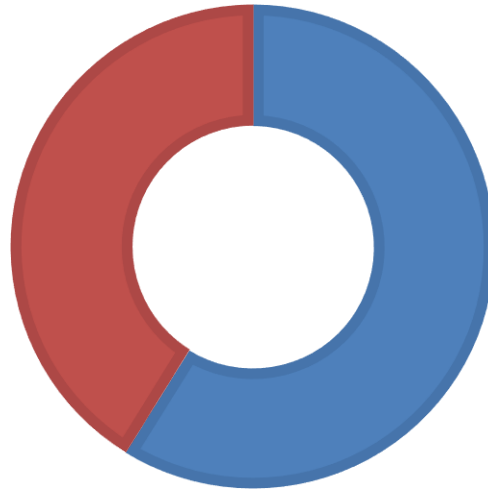
Figura 10

Reconocimiento de su estado actual de ánimo



PUEDE RECONOCER SU ESTADO DE ANIMO ACTUAL

■ Si ■ No ■ ■



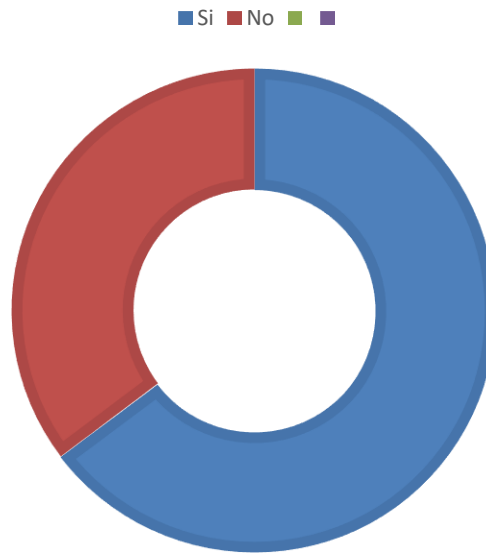
¿Eres capaz de percibir cambios emocionales en los demás?

La mayor parte de los estudiantes indicaron que, con capaces de reconocer los cambios de ánimo en las otras personas, aunque puedan pasar por alto algunas señales o situaciones. Mencionaron que pueden identificar las emociones de los demás incluso cuando estos no las expresan abiertamente. Por su parte el 35% refirió que se les dificulta reconocer las variaciones de ánimo en otros sujetos porque tienden a confundir las emociones, por lo que no pueden identificarlas.

Figura 11

Reconoce las emociones de los demás

RECONOCE CAMBIOS DE ÁNIMO EN LOS DEMÁS



3.8.4. Triangulación de los datos

Como se ha mencionado anteriormente para interpretar la situación actual de la educación emocional en la institución se aplicaron como instrumento de recolección de datos la investigación documental y la entrevista a docentes y estudiantes. Por medio de la triangulación que se explica a continuación se detallan las concordancia y diferencias entre los resultados obtenidos:

Figura 12

Triangulación de los datos



En cuanto a la relación entre la inclusión y la educación emocional, la revisión de la literatura reflejó que la legislación educativa y la normativa establecen que las actividades que fomentan el desarrollo integral del estudiante sirven como un



medio para lograr la inclusión de los alumnos y la eliminación de las barreras para el aprendizaje.

De acuerdo con el análisis de la documentación de la institución los docentes realizan actividades culturales y deportivas que tienen como objetivo promover la inclusión de todos los estudiantes. Asimismo, este tipo de estrategias estuvieron orientadas a desarrollar las habilidades sociales y fortalecer la autoestima. Sin embargo, a pesar de los esfuerzos de los educadores se evidenciaron algunas limitantes: en primer lugar, los padres y representantes desconocen la ejecución de estas actividades.

También se determinó que no existe un registro del impacto de estas actividades dirigidas a fomentar la inclusión intercultural, la atención a las necesidades educativas especiales no existe un registro del impacto de estos programas. Por lo que no se puede conocer con exactitud como ha impactado. Por último, se observó que estas estrategias han tenido como objetivo fomentar una mejor interacción y convivencia, aún se mantienen episodios de conflictos entre los estudiantes, además de que no se enfocan específicamente en la educación emocional.

El análisis por dimensión permitió determinar que en relación al autoconocimiento los docentes indicaron que la mayoría de los estudiantes son capaces de reconocer tanto sus emociones negativas como positivas, aunque consideran que es necesario reforzar esta capacidad a través de actividades específicas. Esto también coincide con lo referido por los estudiantes, quienes mencionaron que la mayoría de las veces pueden identificar sus emociones, al igual que pueden reconocer los cambios emocionales en las demás personas. De acuerdo con la literatura consultada, el autoconocimiento es uno de los pilares de los modelos de educación emocional y se basa en la identificación de las emociones propias y ajenas.

Referente a la autorregulación como indicó la revisión documental consiste en una gestión adecuada de las emociones, es la capacidad que posee el ser humano para poder responder ante una situación, de tal forma que se mantenga un entorno tolerable y lo suficientemente flexible para la libre expresión de las emociones. En relación a ello, los docentes indicaron que la mayoría de las veces los estudiantes logran canalizar de forma apropiada sus sentimientos, sin



embargo, ocasionalmente han observado que requieren de acompañamiento, principalmente cuando son negativas. Por su parte los estudiantes señalaron que de manera empírica realizan actividades que los ayuda a canalizar las emociones negativas.

En cuanto a la autonomía definida en la literatura como la capacidad que una persona no se vea afectada emocionalmente por los estímulos del entorno, se trata de ser sensible pero invulnerable. Los docentes señalaron que sus estudiantes pueden afectarse fácilmente cuando ocurren situaciones negativas, al igual que su estado de ánimo usualmente es cambiante según sea el entorno. En relación a esto, los alumnos indicaron que efectivamente, les cuesta mantenerse felices cuando en su ambiente los demás están tristes. Por lo tanto, la autonomía emocional en el grupo de estudio es débil.

En relación a la empatía se define por la literatura como la capacidad de identificar y comprender las emociones de las demás personas. Los docentes señalaron que pueden reconocer cuando los estudiantes presentan cambios emocionales, aunque no identifican con facilidad la causa, la mayoría de las veces son capaces de conocer el estado ánimo que poseen. En cuanto a los alumnos mencionaron que por lo general identifican y comprenden cuando sus familiares y amigos tienen variaciones de ánimo, además casi siempre tiene la habilidad de reconocer mediante el lenguaje no verbal la emoción que están experimentando.

Finalmente, la colaboración definida como dimensión que analiza la participación de los estudiantes, se determinó que de acuerdo con lo señalado por los docentes no todos los alumnos logran incluirse en las actividades que se realizan en el entorno áulico. Esta información fue corroborada en la observación realizada, se identificó que existen algunos alumnos que no les gusta participar, aunque en la institución se llevan a cabo dinámicas grupales, éstos no han logrado una integración total.

4 LA PROPUESTA DE LA INVESTIGACIÓN: PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL “EDUCANDO LAS EMOCIONES”

4.1 La fundamentación de la propuesta

La propuesta que se plante a continuación se diseñó a partir de la revisión de programas de educación emocional internacional como, por ejemplo, CASEL, RULER, GROP e INTEMO. Desde el punto de vista psicológico se ha fundamentado en la perspectiva de Daniel Goleman quien expone que la inteligencia emocional consiste en la capacidad de una persona para emplear sus emociones y las de los demás de manera proactiva, favoreciendo el razonamiento y la toma de decisión. De acuerdo con Goleman existen aspectos principales de la inteligencia emocional: autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidad social. (Alonso D. , 2019).

Por lo tanto, la propuesta se ha orientado a desarrollar la conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social habilidades de vida y bienestar, indicadores asociados a la caracterización de educación emocional planteada por Goleman. En tal sentido, se pretendió incorporar un nuevo sistema de enseñanza basado en la generación de conocimientos bidireccionales, en la que los docentes proveen herramientas para que los alumnos se apropien del aprendizaje. se busca dejar de lado el sistema de enseñanza autoritario. El objetivo es promover una educación participativa e inclusiva en la que los alumnos logren gestionar sus emociones y mejorar sus habilidades sociales.

Desde una perspectiva filosófica, el presente programa se fundamenta en la educación inclusiva, en el respeto a la diversidad como una respuesta integral a las necesidades de la institución. Mediante este enfoque se garantiza el acceso de una formación integral con apoyo y acompañamiento para la socialización, junto con la atención individual y grupal. Además de ello, está orientada que los alumnos puedan comprender a los demás, escucharlos y mantener una comunicación efectiva que permita la integración e inclusión grupal (Rodríguez et al. 2022)

De igual forma desde la sociología la implementación de la propuesta se fundamenta en las concepciones de Bisquerra quien indica que la educación emocional consiste en un proceso de innovación educativa que tiene como



finalidad satisfacer las necesidades sociales del ser humano. Los programas están dirigidos al desarrollo y la puesta en práctica tanto de la inteligencia emocional como de las competencias y habilidades emocionales. A pesar de que es un tema que ha tomado un mayor auge en los últimos años, la educación de las emociones se ha planteado desde la antigüedad (Alvarez, 2020).

También Bisquerra indica que la educación emocional es un proceso educativo que debe ser continuo, que se debe aplicar con la finalidad de desarrollar de manera conjunta tanto la parte emocional como la cognitiva. Por lo tanto, las estrategias pedagógicas que se deben aplicar en el aula deben estar dirigidas a adquirir conocimientos y habilidades para comprender las emociones, de tal modo que las personas sean capaces de poder resolver diferentes situaciones sin que afectan su bienestar personal y su calidad de vida (Vivas, 2003).

Desde un enfoque psicológico la propuesta de implementar la educación emocional se fundamenta en el desarrollo del control y modulación de las emociones a partir del fortalecimiento de los procesos cognitivos de acuerdo con Laruz (1991, citado por (Barragán & Morales, 2014) las emociones son el resultado de los procesos adaptativos de las personas a partir de la valoración cognitiva, en tal sentido, uno de los pilares fundamentales de las emociones es la comunicación, al igual que la influencia de la cultura y de las características de la sociedad.

Pedagógicamente, la propuesta está orientada a aplicar estrategias que promuevan la capacidad de resolver conflictos a partir de una adecuada canalización de las emociones. Como se evidenció, en el análisis de los resultados tanto los docentes como los estudiantes realizan actividades que permiten controlar las emociones negativas, en tal sentido las actividades que forman parte de la propuesta están dirigidas a fortalecer estas habilidades. De acuerdo Alzate et al., (2020) con las áreas que favorecen la educación de las emociones son la educación artística, el área de lengua castellana, la educación cívica, la educación física y la educación ética y en valores.

Desde un enfoque psicopedagógico la educación de las emociones se encuentra vinculada con el desarrollo psíquico, por lo tanto, presenta implicaciones específicas para la enseñanza. Según las teorías de Piaget el ser



la maduración del ser humano ocurre en etapas, cada una de ellas puede estimularse para fortalecer este proceso. Aplicado a la adolescencia, emplear estrategias pedagógicas basadas en el desarrollo cognitivo logra un mejor rendimiento y adaptación de los estudiantes, no solo nivel educativo sino también emocional (Alonso N. , 2021). Al realizar este tipo de programas dirigidos a los adolescentes durante su planificación se consideraron aspectos como: en qué etapa de desarrollo se encuentra el estudiante, qué es lo que ha alcanzado, de tal modo que se pueda seguir condiciendo y modelando en el futuro. Así como también ayudar a resolver el conflicto entre lo que quieren aprender los estudiantes y lo que realmente necesitan para adaptarse a la sociedad.

4.2 El diseño de la propuesta

La presente propuesta de investigación se ha titulado “Educando las emociones”, para alcanzar los resultados esperados se ha planteado como objetivo: Mejorar las habilidades emocionales y la gestión de las emociones como mecanismo para evitar y resolver conflictos entre los estudiantes.

La propuesta se ha diseñado para ser aplicada en las siguientes fases:

- Fase 1: dar a conocer a la institución los métodos y estrategias que se emplearán en el aula para promover la educación emocional en los estudiantes. Durante esta fase se programarán reuniones con los directivos y docentes de secundaria para explicar el fundamento, propósito y actividades que se llevarán a cabo con la finalidad de conseguir su aprobación.
- Fase 2: esta etapa consistirá en aplicación de la propuesta en las aulas de clase, antes de su aplicación se les notificará y explicará a los estudiantes las actividades que se desarrollaran y la finalidad de las mismas.
- Fase 3: durante esta etapa se valorarán y expondrán los resultados de la aplicación de la propuesta con la finalidad de determinar si se cumplieron los objetivos planteados, las limitaciones que se observaron y las posibles estrategias que se deberían emplear para mejorar o adaptarla a otros grupos de estudiantes.

En cuanto a la temporalidad de la propuesta se ha diseñado para que sea aplicada durante 10 semanas, equivalentes a una sesión semanal de 1 hora académica es decir 45 minutos. Se ha decidido esta duración debido a que la



mayoría de los programas consultados duran en promedio entre 10 y 12 encuentros y se han logrado mejorar las competencias emocionales de los estudiantes.

Dentro de los recursos que son necesarios para el desarrollo de actividades se encuentran:

- Recursos humanos: docente quien será el facilitador y/o mediador durante las actividades, los alumnos quienes serán los participantes directos en el programa
- Materiales: se emplearán materiales didácticos como folletos, mapas mentales, colores, marcadores, entre otros.

4.3 Descripción y contexto de aplicación de la propuesta

4.3.1 Contexto de aplicación y justificación

Mediante la aplicación de los instrumentos se determinó que a pesar de que los docentes realizan esfuerzos para conciliar las situaciones conflictivas y los estudiantes si emplean métodos para mejorar su respuesta emocional, los conflictos entre los alumnos es un hecho frecuente, además que los estudiantes a menudo manifiestan emociones negativas cuando no pueden realizar una actividad o los resultados que obtienen no son los deseados.

Es por ello, que la presente propuesta tiene como finalidad promover la educación emocional, como método para mejorar la convivencia y fomentar la educación inclusiva mediante las actividades áulicas. Se ha diseñado para ser implementada en adolescentes con edades comprendidas entre 12 a 15 años, estudiantes de secundaria del subnivel básico de la Escuela de Educación Básica José María Velasco Ibarra.

Referente a las actividades estarán orientadas en seguir el modelo de educación emocional de Goleman empleando los indicadores de Conciencia emocional, Regulación emocional, Autonomía emocional, Competencia social, Habilidades de vida y bienestar. Este modelo se encontrará apoyado desde el punto de vista pedagógico en los métodos de aprendizaje activo y significativo, al igual que en las teorías cognitiva y constructivista, para promover la educación inclusiva, los estudiantes trabajarán de manera grupal en los encuentros. En tal sentido, se aplicarán las siguientes estrategias:



Debates: se organizarán los estudiantes en grupo de 4 a 5 integrantes, el facilitador planteará una situación conflictiva o adversa, a la cual cada grupo deberá buscar la solución más efectiva.

Foros: se buscará que los estudiantes puedan expresar las emociones que usualmente sienten ante una determinada situación, en caso de que sean negativas se buscará la forma de aprender a canalizar de manera efectiva.

Mapas mentales: a través de dibujos los estudiantes demostraran como se sienten las emociones y como logran canalizarlas.

Error como estrategia didáctica: se les realizaran planteamientos erróneos sobre la canalización de las emociones, a los cuales los estudiantes deben buscar la solución correcta.

Realización de folletos: se aplicarán actividades donde los estudiantes deberán investigar y desarrollar folletos informativos sobre la educación emocional.

Diario de campo: los estudiantes deberán realizar un diario de emociones en el cual anotarán diariamente las emociones que experimenten a lo largo de las sesiones y se compartirán en cada uno de los encuentros.

Cada sesión que forma parte del programa seguirá la siguiente estructura:

- **Inicio:** se realizará una dinámica grupal para promover la participación e integración. Duración aproximada 10 min
- **Desarrollo:** se explica la actividad que se desarrollará y se procede a su realización. Duración aproximada 30 min.
- **Final:** se realiza el cierre de la actividad con un feedback entre los estudiantes y facilitador, al igual que el registro de las observaciones del día. Duración aproximada 5 min.

Se espera obtener como resultado, que mediante la aplicación de la propuesta se contribuya a mejorar el proceso de socialización de los estudiantes, al mismo tiempo que se promueve la inclusión de todo el alumnado en las actividades académicas, debido a que existen estudiantes que pueden mostrarse desinteresados o desmotivados durante las clases.

Aplicar este tipo de intervenciones es un aporte de gran importancia para el mejoramiento y actualización del modelo educativo tradicional, debido a que se genera un impacto positivo, no solo en la educación si no en la sociedad.



4.3.2 Descripción de la propuesta

A continuación se describen las actividades que conforman el programa que se ha diseñado. es necesario indicar que antes y después de la intervención se aplicará un test que ayudará a determinar el efecto de la misma en el manejo de las emociones de los estudiantes.

Sesión 1: Conociendo las emociones

Objetivo: Promover el autoconocimiento, autovaloración y la valoración hacia los demás.

Actividad: Árbol de emociones

Momento	Duración	Descripción	Recursos
Inicio	10 minutos	Se realiza la dinámica “Poniendo orden” los estudiantes deberán hacer un semicírculo organizándose en el sentido de las agujas del reloj en orden alfabético según sus nombres. El moderador les indicará que tienen 5 minutos para realizarlos, finalizado este tiempo los participantes explicarán como lo efectuaron. El objetivo es que trabajen en quipo y rompan el hielo.	-Hojas -Colores -Lápices
Desarrollo	30 minutos	La actividad consistirá en que los estudiantes realicen el árbol del conocimiento. En las raíces colocaran dos cualidades de sus padres, dos valores, dos cosas que no les gusta de ellos y dos cosas que sí. En las ramas deberán colocar dos cualidades propias, dos valores, dos cosas que nos les gusta de sí mismos y dos que sí.	
Cierre	5 minutos	Feedback	



Observación: por medio de esta actividad el docente podrá determinar si el estudiante es capaz de conocerse a sí mismos, además de evaluar la relación e influencia de la familia. Esta sesión está orientada a la dimensión de autoconocimiento de la educación emocional, ayuda a que los estudiantes puedan desarrollar y fortalecer la habilidad tanto de reconocer sus virtudes y defectos, como los de los demás.

Las reflexiones resultantes de esta sesión deberán ser registradas en el diario de campo del docente (Anexo 1), el cual ayudará a complementar los resultados de la intervención, en este se colocarán las observaciones de cada estudiante para hacer seguimiento.

Durante la actividad cada alumno deberá explicar su árbol de emociones, en esta etapa el moderador debe iniciar un debate con el alumno con la finalidad de indagar sobre el por qué han dado estas respuestas. Es una forma de conocer las necesidades emocionales del alumno y comprender su comportamiento.

Previo a la sesión se les indicara a los alumnos los materiales que debe llevar para la sesión, para esta actividad en específico como se menciona en el anexo 2 deben llevar hojas blancas, colores, marcadores, lápices o cualquier instrumento que les permita crear y colorear el árbol.

Evaluación: observación directa, participación y adaptación de los estudiantes a la intervención.

Sesión 2: Conociendo las emociones grupales

Objetivo: Reconocer las cualidades y emociones de los compañeros de clase

Actividad: Conozco mi entorno

Momento	Duración	Descripción	Recursos
Inicio	10 minutos	Se iniciará con la dinámica “Descubriendo mis temores”, los participantes tendrán dos minutos para anotar su principal miedo. Luego uno a uno irá mencionando lo que escribieron y el docente lo registrará en la pizarra. Al finalizar discutirán si los temores son similares o cuáles son los más frecuentes. Esta dinámica	-Hojas -Colores -Lápices

ayuda a ser empáticos y conocer emociones negativas.

Desarrollo 30 minutos Los estudiantes se organizarán en forma de semicírculo de manera aleatoria, el primero a la derecha iniciará la actividad comentando dos aspectos positivos de la persona que tiene a su derecha. El siguiente alumno deberá mencionar dos aspectos positivos de su compañero de la derecha y dos del que se ubica a su izquierda y así consecutivamente.

Cierre 5 minutos Feedback

Observación: esta actividad permite que los estudiantes aprendan a escuchar tanto las críticas constructivas como las negativas. El docente deberá registrar las emociones que perciba en los alumnos. Con esta sesión se trabajan las dimensiones de autoconocimiento y la empatía, es decir, esta actividad ayuda a que los alumnos puedan conocerse y conocer las opiniones de los demás sobre sí mismos, además de desarrollar la habilidad de poder canalizar sus emociones al escuchar las opiniones de los otros.

Para desarrollar la actividad es necesario que los estudiantes dispongan de hojas y lápices para anotar los que les indica el moderador, quien deberá estar atento a cualquier eventualidad que pueda surgir si un estudiante reacciona de manera inadecuada. También es importante que lleve un registro en el diario de campo de las emociones que pudo percibir en cada alumno. En el anexo 3 se ejemplifica la organización del grupo de trabajo y los materiales

Asimismo, al momento del feedback el docente debe indagar acerca de la perfección de los estudiantes sobre la actividad, preguntar sobre cómo se sintieron al escuchar las opiniones de sus compañeros, si coincidían con lo que los demás piensan sobre ellos.

Evaluación: observación directa, participación y adaptación de los estudiantes a la intervención.

Sesión 3: Canalizando las emociones



Objetivo: Indagar sobre las emociones que se producen al escuchar comentarios positivos y negativos

Actividad: Reconociendo emociones

Momento	Duración	Descripción	Recursos
Inicio	10 minutos	Se iniciará con la dinámica “Descubriendo mis emociones”, los participantes tendrán dos minutos para anotar su emoción más frecuente. Luego uno a uno irá mencionando lo que escribieron y el docente lo registrará en la pizarra. Al finalizar discutirán si las emociones son similares o cuáles son los más frecuentes. Esta dinámica ayuda a ser empáticos y conocer emociones de los demás	-Hojas -Colores -Lápices
Desarrollo	30 minutos	Los estudiantes se organizarán en forma de semicírculo en el mismo orden se la sesión anterior, el primero a la derecha iniciará la actividad comentando cuál fue la emoción que experimentó al escuchar el juicio tanto negativo como positivo de sus compañeros.	
Cierre	5 minutos	Feedback	

Observación: esta sesión da continuidad a la anterior, en la misma se busca profundizar sobre el autoconocimiento y la autorregulación. Cuando las personas se exponen a las críticas y el juicio de otros, es probable que experimenten una serie de emociones que no sepan canalizar. Por medio del dialogo que se establece en esta actividad, a medida que el mismo se vaya desarrollando el moderador debe in indagando sobre cómo los estudiantes lograron canalizar sus emociones la vez pasada.



También debe ir explicando de qué modo pueden gestionar las emociones ante esta situación, también es importante que el resto de los alumnos intervengan al momento de evaluar que métodos se pueden implementar para canalizar las emociones negativas cuando se someten al juicio de los demás. Al mismo tiempo que se trabaja la forma de expresar la opinión propia hacia los demás, para emitirla de tal modo que la otra persona no se siente agredida.

Evaluación: observación directa, participación y adaptación de los estudiantes a la intervención.

Sesión 4: Describiendo emociones

Objetivo: Realizar un registro de las emociones de los estudiantes durante el resto del tiempo que comprende el programa.

Actividad: Mis emociones diarias

Momento	Duración	Descripción	Recursos
Inicio	10 minutos	Se iniciará con la dinámica “Descubriendo mis emociones”, los participantes tendrán dos minutos para anotar que emoción sienten al reprobado un examen. Luego uno a uno irá mencionando lo que escribieron y el docente lo registrará en la pizarra. Al finalizar discutirán si las actividades son similares o cuáles son los más frecuentes. Esta dinámica ayuda a conectar a los estudiantes y a encontrar cosas en común.	-Hojas -Colores -Lápices
Desarrollo	30 minutos	Los estudiantes bajo las indicaciones del docente, deberán realizar un dibujo, mapa mental o conceptual, que le permita describir qué emociones ha sentido durante el día y cuál fue el motivo que las generó.	
Cierre	5 minutos	Si en algún caso alguno de los estudiantes menciona un conflicto se	

puede emplear este tiempo para abordar el problema

Observación: este recurso ayudará a que los estudiantes puedan reconocer las emociones que experimentan con frecuencia. El objetivo es que puedan determinar cómo manejarlas adecuadamente.

Evaluación: observación directa, participación y adaptación de los estudiantes a la intervención.

Sesión 5: Registro de emociones

Objetivo: Realizar un registro de las emociones de los estudiantes durante el resto del tiempo que comprende el programa.

Actividad: Diario de las emociones

Momento	Duración	Descripción	Recursos
Inicio	10 minutos	Se iniciará con la dinámica “Descubriendo mis gustos”, los participantes tendrán dos minutos para anotar su pasatiempo más frecuente. Luego uno a uno irá mencionando lo que escribieron y el docente lo registrará en la pizarra. Al finalizar discutirán si las actividades son similares o cuáles son los más frecuentes. Esta dinámica ayuda a conectar a los estudiantes y a encontrar gustos en común.	-Hojas -Colores -Lápices
Desarrollo	30 minutos	Los estudiantes bajo las indicaciones del docente, deberán elaborar un diario donde llevarán registro de las emociones que experimenten cada día, hasta finalizar el programa. Este recurso deberá traerlo en las sesiones restantes para discutir al final. Deberá contener la emoción, identificar su es positivo o negativo y que la generó	



Observación: este recurso ayudará a que los estudiantes puedan reconocer las emociones que experimentan con frecuencia. El objetivo es que puedan determinar cómo manejarlas adecuadamente. La actividad se realizará en grupo para que puedan intercambiar opiniones y trabajen cómodamente, para ello se recreará un entorno propicio, durante la actividad se ambientará con música instrumental para fomentar la concentración y la relajación. En el anexo 4 se ejemplifica la estructura del material que deberá diseñar el estudiante

Por medio de esta actividad además de que los estudiantes registren sus emociones y reconozcan de qué tipo son, también es un método para que puedan expresar cómo se sintieron durante el día, es un recurso que les ayuda a determinar las situaciones que lo exponen a experimentar una determinada emoción, al mismo tiempo que señala cómo logró gestionarla.

Durante el feedback de las siguientes sesiones el moderador creará un espacio para discutir acerca de los eventos más relevantes que fueron registrados en este diario durante la semana.

Evaluación: observación directa, participación y adaptación de los estudiantes a la intervención.

Sesión 6: Reconocimiento de emociones

Objetivo: Permitir que los estudiantes puedan reconocer las características de diferentes emociones

Actividad: Emociones secretas

Momento	Duración	Descripción	Recursos
Inicio	10 minutos	Se iniciará con la dinámica “Descubriendo mis sueños”, los participantes tendrán dos minutos para anotar sueño más frecuente. Luego uno a uno irá mencionando lo que escribieron y el docente lo registrará en la pizarra. Al finalizar discutirán si sueños son similares o cuáles son los más frecuentes. Esta dinámica ayuda a conectar a los	-Hojas -Colores -Lápices

estudiantes y a encontrar gustos en común.

Desarrollo 30 minutos Los estudiantes se reunirán en grupos a cada uno se les repartirá un conjunto de tarjetas con el nombre de una emoción. En cada ronda de juego se escogerá un miembro del grupo que deberá adivinar de que emoción se trata a través de las pistas que le proporcionen sus compañeros. Al finalizar tres rondas el participante con mayor cantidad de puntos gana.

Cierre 5 minutos Feedback

Observación: la actividad permite que los estudiantes puedan identificar las características de las emociones, al mismo tiempo que se fomenta el trabajo en equipo. Los participantes deberán ser distribuidos en 3 o 4 grupo máximos, a cada uno se le facilitaran 3 tarjetas cada una con una emoción diferente, el objetivo es que los alumnos puedan recrear la emoción por medio de gestos, frases o ejemplo, por medio de esta dinámica es que se desarrolle la habilidad de poder expresar y reconocer las diferentes emociones. En este punto se abordan las dimensiones de autoconocimiento y empatía debido a que a través del reconocimiento se fomenta la comprensión y el compartir las emociones de los demás.

Por otra parte, al elegir un ganador se pone en practica las dimensiones de autorregulación y autonomía los estudiantes deberán gestionar las emociones que experimentan al ganar o perder, al igual que aprenderán a buscar métodos para evitar que las situaciones del entorno cambien su estado de ánimo. Durante el cierre de la actividad, el moderador deberá indagar sobre cómo se sienten los participantes con el resultado de la actividad y cómo fue trabajan en conjunto con su equipo.

Evaluación: observación directa, participación y adaptación de los estudiantes a la intervención.

Sesión 7: Relación de las emociones y el entorno



Objetivo: Relacionar las diferentes situaciones con las emociones que se experimenta

Actividad: Ruleta de emociones

Momento	Duración	Descripción	Recursos
Inicio	10 minutos	Se iniciará con la dinámica “Túnel del”, los participantes deberán colocarse de manera aleatoria en semicírculo, se inicia con a persona de la derecha en sentido de las agujas del reloj, esta deberá mencionar brevemente una anécdota que tenga con la persona de su derecha. Esta actividad sirve para crear vínculos y compartir experiencias	-Hojas -Colores -Lápices
Desarrollo	30 minutos	De forma aleatoria los estudiantes formaran parejas, para ello el docente anotara por duplicado números consecutivos según la cantidad de parejas que se formen, los alumnos sacaran los papeles de un recipiente y buscara su pareja. Cada par deberá hacer girar la ruleta y recrear una situación en la que reflejen la emoción que corresponda.	
Cierre	5 minutos	Feedback	

Observación: se estimula integración al trabajar con personas diferentes, asimismo se fomenta el trabajo en equipo. Por medio de esta actividad se fomenta el autoconocimiento, además es una manera divertida y creativa de aprender a reconocer y expresar las emociones. El docente deberá crear una rueda de emociones similar a la que se ejemplifica en el anexo 6.

Evaluación: observación directa, participación y adaptación de los estudiantes a la intervención.

Sesión 8: Relación de las emociones y el entorno



Objetivo: Fomentar el trabajo en equipo para la resolución de conflictos.

Actividad: Lluvia de ideas.

Momento	Duración	Descripción	Recursos
Inicio	10 minutos	Se iniciará con la dinámica “Que harías sí”, los participantes deberán colocarse de manera aleatoria en semicírculo, se inicia con a persona de la derecha en sentido de las agujas del reloj, esta deberá responder que haría si alguien agrede verbalmente a su mejor amiga/o. La idea es compartir opiniones y empatizar con los demás.	-Hojas -Colores -Lápices
Desarrollo	30 minutos	Los estudiantes serán distribuidos en grupos de acuerdo con las indicaciones del docente. A cada grupo se le asignará una situación conflictiva que deberán resolver entre todos los integrantes. Posteriormente, comentarán con el demás grupo la situación y solución, quienes debatirán sobre si están o no de acuerdo con el planteamiento de sus compañeros.	
Cierre	5 minutos	Feedback	

Observación: se promueve el trabajo en equipo, al mismo tiempo que se fomenta el desarrollo del pensamiento crítico, la integración de los valores, la ética y moral de los estudiantes. Las situaciones que se plantearan son las siguientes:

- Ocurre el extravío de un objeto en el aula de clase y sabes quién fue el responsable, sin embargo, si se dices quién fue la persona será expulsada y sabes que sus padres el castigaran ¿De qué maneras actuaría?

- Ocurre una situación de bullying y acoso escolar en tu salón a tal punto que ha llegado a la violencia física contra una de tus compañeras ¿De qué maneras actuaría?
- Ocurre una situación en la que tus padres no te permiten realizar un viaje sin su supervención y tú estas en desacuerdo con dicha decisión ¿De qué maneras actuaría?
- **Evaluación:** observación directa, participación y adaptación de los estudiantes a la intervención.

Sesión 9: Descripción de las emociones

Objetivo: Comprender las características y efectos de las emociones.

Actividad: Creación de infografías

Momento	Duración	Descripción	Recursos
Inicio	10 minutos	Se iniciará con la dinámica “Que harías sí”, los participantes deberán colocarse de manera aleatoria en semicírculo, se inicia con a persona de la derecha en sentido de las agujas del reloj, esta deberá responder que haría si consigue en el salón una billetera con dinero. La idea es compartir opiniones y empatizar con los demás.	-Hojas -Colores -Lápices
Desarrollo	30 minutos	Los estudiantes serán distribuidos en grupos de acuerdo con las indicaciones del docente. A cada grupo se le asignará una emoción, deberán realizar una infografía en una cartulina donde definan la emoción, para que sirve, qué situaciones la desencadenan, si es positiva o negativa y algunos ejemplos. Al finalizar deberán explicar el material.	
Cierre	5 minutos	Feedback	



Observación: se promueve el trabajo en equipo, al mismo tiempo que se fomenta el desarrollo del pensamiento crítico, la integración de los valores, la ética y moral de los estudiantes. En este punto del programa se busca la integración de los conocimientos adquiridos por los estudiantes. Serán distribuidos en cuatro grupos de trabajo como se indica a continuación:

- Grupo 1: nostalgia
- Grupo 2: esperanza
- Grupo 3: asombro
- Grupo 4: decepción

Evaluación: observación directa, participación y adaptación de los estudiantes a la intervención.

Sesión 10: Expresión de las emociones

Objetivo: Aprender a canalizar y expresar las emociones

Actividad: Tarjetas interactivas

Momento	Duración	Descripción	Recursos
Inicio	10 minutos	Se iniciará con la dinámica “Que harías sí”, los participantes deberán colocarse de manera aleatoria en semicírculo, se inicia con a persona de la derecha en sentido de las agujas del reloj, esta deberá responder que haría si un compañero de clases tiene una opinión diferente a la suya, sabiendo que tienes la razón. La idea es compartir opiniones y empatizar con los demás.	-Hojas -Colores -Lápices
Desarrollo	30 minutos	Los estudiantes serán ubicados en semicírculo de manera aleatoria según las indicaciones del docente. El moderador enseñará a los estudiantes una emoción, lo alumnos deberán iniciar un debate para determinar	

cómo puede expresar de manera adecuada la emociones y que actividad puede realizar para canalizarla.

Cierre 5 minutos Feedback

Observación: se promueve el trabajo en equipo, al mismo tiempo que se fomenta el desarrollo del pensamiento crítico, la integración de los valores, la ética y moral de los estudiantes. Esta actividad es un método para integrar todos los conocimiento y experiencias obtenidas durante el programa. Se abordarán 6 emociones, 3 negativas y 3 positivas. Para ello el docente planteará los siguientes planteamientos:

- Emoción 1 tristeza: discutes con tu mejor amigo y se dejan de hablar por unos días ¿Cómo expresarías tu tristeza? ¿Qué harías para mejorar la situación? ¿Cómo gestionarías la emoción?
- Emoción 2 alegría: concursas en una actividad con dos compañeros más pero solo tú ganas ¿Cómo expresarías tu alegría sin perjudicar a los demás? ¿Qué harías para mejorar la situación? ¿Cómo gestionarías la emoción?
- Emoción 3 rabia: estas en la calle y observas una situación donde están maltratando a otra persona y sientes molestia ¿Cómo expresarías tu enojo sin perjudicar a los demás? ¿Qué harías para mejorar la situación? ¿Cómo gestionarías la emoción?
- Emoción 4 satisfacción: conseguiste lograr la calificación máxima en las evaluaciones académicas ¿Cómo expresarías tu satisfacción? ¿Qué harías para mejorar la situación? ¿Cómo gestionarías la emoción?
- Emoción 5 envidia: tu compañero logra algo que tu no has podido conseguir ¿Cómo expresarías la envidia? ¿Qué harías para mejorar la situación? ¿Cómo gestionarías la emoción?
- Emoción 6 amor: cómo manifiestas el amor hacia tus padres y amigos, de qué forma lo expresas y gestionas



A través de estos ejercicios se ponen en práctica las dimensiones de autoconocimiento, autorregulación, autonomía y empatía, ayuda a evaluar si los estudiantes han logrado aprender a reconocer y gestionar sus emociones, además de genera un debate entre los diferentes puntos de vista.

Evaluación: observación directa, participación y adaptación de los estudiantes a la intervención.

Es importante señalar, que según lo expresado anteriormente la técnica considerada para la evaluación diaria de las actividades, será la observación directa. Sin embargo, para la evaluación final del programase aplicará el test de inteligencia emocional de Goleman el cual está diseñado para medir el autoconocimiento, autorregulación, la autonomía y empatía. De tal modo que se pueda comprobar so los estudiantes lograron mejorar la gestión de sus emociones.

4.4 Valoración de los resultados de la aplicación de la propuesta

La presente propuesta no será aplicada de manera inmediata en la institución por lo tanto el diseño será comparado con referentes teóricos para fundamentar la utilización de las activades diseñados. Este proceso medirá la pertinencia de la aplicación de la propuesta y la factibilidad de la misma. Para ello deberán considerar los siguientes criterios:

- Relevancia del programa
- Consistencia entre las actividades
- Utilidad de las actividades según los objetivos planteados
- Diseño aplicado en la propuesta
- Resultados esperados.

En relación a los resultados que se esperan obtener se describen a continuación según las categorías de estudio:

Autoconocimiento: se espera que mediante la implementación de la propuesta se logré desarrolla en los estudiantes la capacidad de reconocer las emociones propias y las de los demás. Asimismo, que puedan identificar que situaciones pueden desencadenar cada uno de las emociones que experimentan y el modo en que puedan gestionarlas, al igual que reconocer por medio del



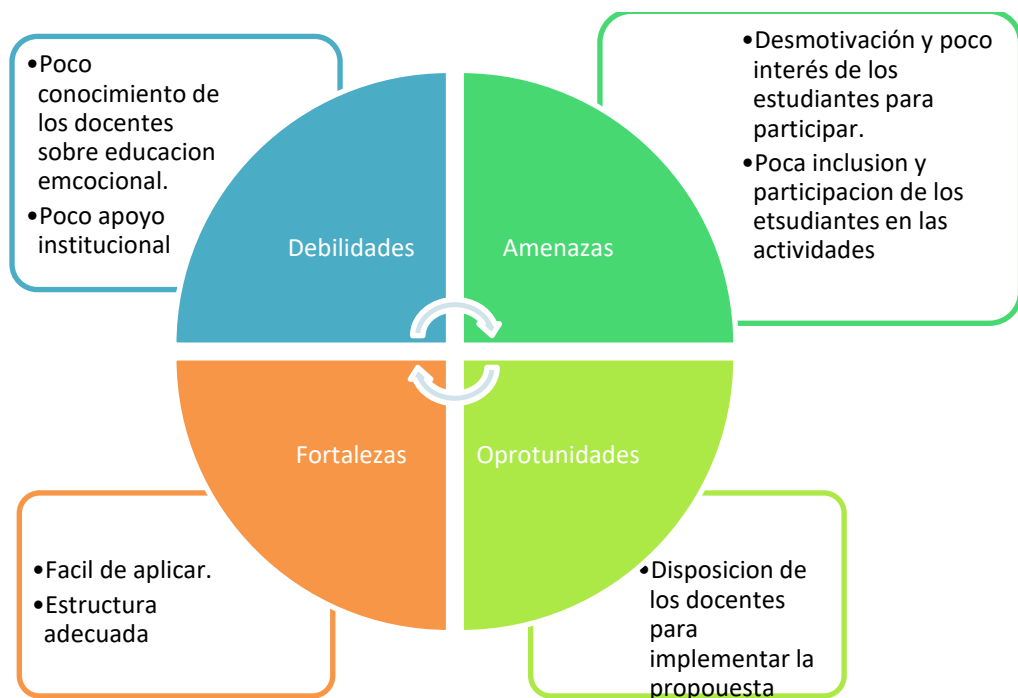
lenguaje verbal y no verbal la forma en que lo otros se expresan y cómo pueden ayudarlos.

Autorregulación: las actividades se han diseñado de tal modo que tanto de forma individual como grupal los estudiantes puedan emplear métodos que les ayude a gestionar, expresar y canalizar de manera adecuada sus emociones, de tal modo que estas no representen un motivo de conflicto o afecten a los demás o sí mismos. La gestión de las emociones ayuda a que puedan expresarse de manera consciente cuando una situación no es de su agrado o para solventar problemas en el entorno.

Autonomía y empatía: se espera lograr fortalecer el estado de ánimo de los estudiantes de tal modo que las situaciones del entorno no podan influir en el mismo. Es importante que los conflictos y emociones de los demás no representen un motivo para cambiar las emociones propias sin dejar de ser empático. En otras palabras, significa ayudar a los demás, comprender sus emociones y problemas, sin dejar que estos puedan afectar las emociones propias.

Pertenencia y factibilidad

Para medir la pertinencia y factibilidad de la propuesta se realizó un análisis objetivo, basado en una matriz DAFO que se presenta continuación:



De acuerdo con el análisis FODA se ha llegado a la conclusión de que es factible aplicar la propuesta, dado que la incidencia de las debilidades y amenazas es baja. Además, las debilidades pueden ser corregidas con capacitación y formación a los docentes, al igual que incentivando a las autoridades institucionales a participar en la implementación de la educación emocionales. Asimismo, se ha identificado que para lograr la utilización efectiva de las actividades en primer lugar se debe motivar a los estudiantes, con la finalidad de prepararlos e incentivarlos a participar en las actividades.

CONCLUSIONES

- Se diseñó una propuesta de programa de educación emocional dirigido a estudiantes entre 12 y 15 años basado en los problemas identificados durante las entrevistas a los docentes y estudiantes. La aplicación de la propuesta se realizó por medio de la fundamentación teórica basándose en los criterios de Daniel Goleman.
- Por medio de la recolección de datos se identificó que los docentes emplean de manera no formal estrategias para mediar las situaciones conflictivas que se presentan en los estudiantes. Referente a los estudiantes se determinó que gran parte de ellos utilizan diferentes estrategias para canalizar y expresar emociones. Sin embargo, los conflictos menores entre el grupo son frecuentes, al igual que existen estudiantes que no se integran en el grupo, pueden verse influenciados por el estado de ánimo negativo de los demás y no resuelven los conflictos por medio de la conversación sino a través de las expresiones no verbales.
- Se efectuó una revisión bibliográfica en la que se lograron identificar los modelos teóricos que fundamentan la educación emocional como por ejemplo el Modelo de Goleman que estructura la educación de las emociones en 5 dimensiones Conciencia emocional, Regulación

emocional, Autonomía emocional, Competencia social y Habilidades de vida y bienestar.

- Se diseñó un programa de educación emocional basado desde el punto de vista teórico en el modelo de Goleman, para ello se emplearán métodos y estrategias didácticas fundamentadas en el aprendizaje activo, esta pedagogía permite fomentar la educación participativa y significativa de los estudiantes. Por lo tanto, se espera lograr con los objetivos planteados en el programa.

RECOMENDACIONES

- Es necesario promover jornadas de actualización constante en los docentes con la finalidad de fomentar la educación emocional como método para mejorar la educación inclusiva, el reconocimiento oportuno de las emociones, canalización y expresión de las mismas.
- Implementar paulatinamente actividades que puedan ayudar a los estudiantes a educar sus emociones, es necesario dar a conocer la importancia de la educación emocional como método para mejorar la convivencia e integración de los alumnos en las actividades áulicas.



- Alcoser, R., Moreno, B., & León, M. (2019). La educación emocional y su incidencia en el aprendizaje de la convivencia en inicial 2. *Revista Ciencia UNEMI*, 12(31), 102 - 115. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/5826/582661248011/582661248011.pdf>
- Alcoser, R., Moreno, B., & León, M. (2019). La educación Emocional y su incidencia en el aprendizaje de la convivencia inicial 2. *Revista Ciencia Unemi*, 12(31), 102-115. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/5826/582661248011/html/>
- Alonso, C., Morales, A., & Fontana, M. (2019). Convivencia en el ámbito educativo: aplicación de un programa basado en la empatía, la educación emocional y la resolución de conflictos en un instituto español de enseñanza secundaria. *Cuestiones Pedagógicas*, 27, 97-112. Obtenido de <https://idus.us.es/handle/11441/85463>
- Alonso, D. (2019). Inteligencia Emocional, Daniel Goleman. *Con-Ciencia Serrana Boletín Científico de la Escuela Preparatoria Ixtlahuaco*(1).
- Alvarez, E. (2020). Educación socioemocional. *Controversias y Concurrencias Latinoamericanas*, 11(20), 388-401. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/5886/588663787023/588663787023.pdf>
- Alzate, G., Bedoya, M., Fajardo, C., Hoyos, A., & Ocampo, E. (2020). Emociones, conflicto y educación: bases para pensar la educación emocional para la paz. *Revista eleuthera*, 22(2), 246-265.
- Arroba, G., Ballesteros, T., Hernández, M., & Oruquera, L. (2022). La educación emocional como parte del currículo educativo ecuatoriano. *RECIMUNDO*, 6(1), 298-307. Obtenido de <https://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/1881#:~:text=La%20educaci%C3%B3n%20emocional%20tiene%20mucho,con%20el%20docente%2C%20con%20los>



Arroba, G., Ballesteros, T., Hernández, N., & Orquera, L. (2022). La educación emocional como parte del currículo educativo ecuatoriano. *Revista científica mundo de la investigación y el conocimiento*, 6(1), 300-310.

Badiale, M. (2022 de noviembre de 2022). *En cada niño se debería poner un cartel que diga: ratar con cuidado, contiene sueños*. Obtenido de Consejo de Protección de derechos: <https://proteccionderechosquito.gob.ec/2022/11/07/15041173/#:~:text=Seg%C3%BAAn%20UNUICEF%5B1%5D%2C%20%E2%80%9C,pertenencias%2C%20ciberacoso%20y%20golpes%E2%80%9D>.

Barragán, A., & Morales, C. (2014). Psicología de las emociones positivas: generalidades y emociones. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 19(1), 103-118. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/292/29232614006.pdf>

Beltrán, S., & Ortiz, J. (2021). Los paradigmas de la investigación: un acercamiento teórico para reflexionar desde el campo de la investigación educativa. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 11(21), 64. Obtenido de https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_isoref&pid=S2007-74672020000200164&lng=es&tlng=es

Bisquerra, R., & Chao, C. (2021). Educación emocional y bienestar: por una práctica científicamente fundamentada. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar*, 1(1), 9-29. Obtenido de <https://riieb.iberomexico.mx/index.php/riieb/article/view/4/3>

Brito, D., Santana, Y., & Pirela, G. (2019). El Modelo de Inteligencia Emocional de Bar-On en el Perfil Académico Profesional de la FACO/LUZ. *Ciencia Odontológica*, 10(1), 27-40. Obtenido de https://www.researchgate.net/profile/Yrma-Santana-2/publication/348647379_El_Modelo_de_Inteligencia_Emocional_de_Bar-On_en_el_Perfil_Academico-_Profesional_de_la_FACOLUZ/links/6008e75292851c13fe26b729/El-Modelo-de-Inteligencia-Emocional-de-Bar-On-en-el-Pe



Bueno, A. (2019). La inteligencia emocional: exposicion teorica de los fundantes. *Seres y Saberes*, 57-63.

Bustamante, L., Luzuriaga, M., Rodríguez, P., & Espadero, R. (2022). Desarrollo psicológico del adolescente: una revisión sistemática. *Revista de Producción, Ciencias e Investigación*, 6(42), 389-399. Obtenido de <https://journalprosciences.com/index.php/ps/article/view/498/551>

Cabello, E., Pérez, N., Ros, A., & Filella, G. (2019). *Los programas de Educación Emocional Happy 8-12 y Happy 12-16. Evaluación de su impacto en las emociones y el bienestar*. [tesis de postgrado, Universidad de Barcelona], Repositorio Institucional UB. Obtenido de <https://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/162271>

Cardona, J. (2020). Factors Implied in the Academic Failure of Adolescents with Criminal Conducts. *Revista Criminalidad*, 62(2). Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1794-31082020000200219&script=sci_arttext

Cepa, A., Heras, D., & Fernández, M. (2017). La educación emocional en la infancia: una estrategia inclusiva. *Aula abierta*(46), 73-82.

Cervantes, P., & Rojas, L. (2023). La inteligencia emocional, modelos para su desarrollo. Segunda parte: Modelo de Daniel Goleman. *Reforma Siglo XXI*(117), 45-48. Obtenido de <https://reforma.uanl.mx/index.php/revista/article/view/70/63>

Cornejo, R., Vargas, S., Araya, R., & Parra, D. (2021). La educación emocional: paradojas, peligros y oportunidades. *Revista Saberes Educativos*, 6, 1-24. Obtenido de <https://revistas.uchile.cl/index.php/RSED/article/view/60681>

Crone, E. (2022). *El cerebro adolescente*. Narcea S.A. Ediciones. Obtenido de <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=TvikDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT4&dq=cambios+socioemocionales+en+adolescentes&ots=kfKVG44zH2&sig=7rOAZSgMum-e6ebul006W427CLE#v=onepage&q&f=false>



Educa inclusion. (2023). *¿Cómo trabajar la inclusión con adolescentes?*
Obtenido de <https://educainclusion.com/como-trabajar-la-inclusion-con-adolescentes>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2023). *¿Qué es la adolescencia?*
Obtenido de <https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/que-es-la-adolescencia>

Francesc, X. (2022). Construcción social de la adolescencia. Límites, formas y contenidos desde una visión prospectiva. *Psicopatología Salud Mental*, 11-16. Obtenido de <https://www.fundacioorienta.com/wp-content/uploads/2022/03/Altarriba-F-M5.pdf>

García, M., & Castro, A. (2017). La investigación en educación. En L. Moroló, & M. Coutó, . *Notas teórico-metodológicas de pesquisas em*. Ilhéus, BA: EDITUS.

García, S. (2022). *Educación emocional e inclusion en educacion infantil*. [tesis de pregrado, Universidad de Valladolid], Repositorio Institucional UVA.

Granda, T., & Granda, J. (2021). Educación emocional y su vinculación en el proceso de aprendizaje en tiempos de pandemia. *Orientación y Sociedad*, 21(1). Obtenido de <http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/122590>

Gutierrez, B., & Carpientero, E. (2021). Análisis de la evaluación de programas de educación emocional y motivación en Educación Secundaria. *Revista de Investigación Educativa*, 39(2), 503–525. Obtenido de <https://revistas.um.es/rie/article/view/442341>

Hidalgo, M., & Ceñal, M. (2014). Adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Anales de Pediatría Continuada*, 12(1), 42-46. Obtenido de <https://www.elsevier.es/es-revista-anales-pediatria-continuada-51-articulo-adolescencia-aspectos-fisicos-psicologicos-sociales-S1696281814701672>



Irrazabal, A., & Valeriano, M. (2023). La inteligencia emocional en los procesos inclusivos de aula en educación superior. *FIPCAEC*, 8(2), 432-460. Obtenido de <https://fipcaec.com/index.php/fipcaec/article/view/833/1476>

Llopiz, K. (2022). La atención educativa a la diversidad y las demandas educativas actuales. *Retos XXI*, 6.

Machoro, M., & Valdez, V. (2019). La educación emocional como factor para potenciar el aprendizaje significativo. *Emotional Education as a Factor to Enhance Meaningful Learning. Vida Científica Boletín de la Escuela Preparatoria*(14), 18-22. Obtenido de <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/prepa4/article/view/4180/6055>

Manzana, M. (2015). *Las emociones como herramienta de inclusión*. [tesis de postgrado, Universidad de Zaragoza], Repositorio Institucional Unizar. Obtenido de <https://zaguan.unizar.es/record/14811/files/TAZ-TFG-2014-818.pdf>

Medrano, M. (2017). *La educación emocional como herramienta de inclusión para alumnado con Asperger. Talleres en aulas con diversidad*. [tesis de postgrado, Universidad Pablo de Olavide], Repositorio Institucional UPO. Obtenido de <https://rio.upo.es/xmlui/handle/10433/4025>

Ministerio de Educación . (2011). *Modulo I educacion inclusiva y especial*. Obtenido de Vicepresidencia de la República de Ecuador: https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2013/07/Modulo_Trabajo_EI.pdf

Ministerio de Educación . (2022). *Juntos aprendemos y nos cuidamos*. Obtenido de Plan educativo seccion 5: socioemocional: https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2020/09/Seccion-5_Socioemocional.pdf

Ministerio de Educación. (2018). ACUERDO Nro. MINEDUC-MINEDUC-2018-00089-A. Quito, Ecuador. Obtenido de <https://educacion.gob.ec/wp->

content/uploads/downloads/2018/09/MINEDUC-MINEDUC-2018-00089-A.pdf

Morales, C. (2015). Diversidad Juvenil en el contexto educativo: reflexiones para un abordaje intercultural. *Revista actualidades investigativas en educación*, 15, 1-21.

Morales, J., Palacios, M., Conforme, E., & Arpi, N. (2021). Autoconcepto del adolescente según sus características sociodemográficas y de los progenitores. *Makana*, 12(1), 16-25.

Moreno, A., & Molero, M. (2022). Las habilidades sociales y su relación con otras variables en la etapa de la adolescencia: Una revisión sistemática. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 15(1), 113-123. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8438513>

Mulñiz, M. (2018). *Estudios de caso en la investigación cualitativa*. Obtenido de Facultad de Psicología, División de Estudios de Posgrado Universidad Autónoma de Nuevo León: https://psico.edu.uy/sites/default/files/cursos/1_estudios-de-caso-en-la-investigacion-cualitativa.pdf

Neva, M., & Marchant, T. (2020). Educación Emocional en el sistema escolar chileno: un desafío pendiente. *Sistema educativo chileno: horizontes y propuestas*, 53-77. Obtenido de <http://repsi.cl/wp-content/uploads/2020/04/Educacion-emocional-en-el-sistema-escolar-2.pdf>

Palacios, X. (2019). Adolescencia: ¿una etapa problemática del desarrollo humano? *Revista Ciencias de la Salud*, 17(1). Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1692-72732019000100005&script=sci_arttext

Peña, R. (2021). *Conocemos los cambios en la pubertad y su influencia en la adolescencia*. [tesis de pregrado, Universidad de Trujillo], Repositorio institucional Sunedu. Obtenido de <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3132966>



Peraza, C. (2021). Educación emocional en el contexto de la pandemia de COVID-19. *MediSur*, 19(5), 891-894. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1727-897X2021000500891&script=sci_arttext

Rodriguez, O., Quishpe, A., Anchundia, M., Mendoza, E., & Almeida, A. (2022). La educación inclusiva y el desarrollo de competencias emocionales en los estudiantes. *Revista educare*, 734-748.

Rodríguez, Y., Rodríguez, G., & Socarrás, D. (2020). Características de la violencia escolar en adolescentes del municipio Camagüey. *EduSol*, 158-169.

Taca, D., & Cuarez, R. (2020). Social Skills, Self-Concept and Self-Esteem in Peruvian High School Students. *International Journal of Sociology of Education*, 9(3), 293-324. Obtenido de https://repositorio.utp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12867/3496/Daniel%20Ruben%20Tacca%20Huaman_Renzo%20Cuarez%20Cordero_Roberto%20Quispe%20Huaycho_Articulo_International%20Journal%20of%20Sociology%20of%20Education_spa_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Vergaray, R., Farfán, J., & Reynosa, E. (2021). Educación emocional en niños de primaria: una revisión sistemática. *Revista Científica Cultura, Comunicación Y Desarrollo*, 6(2), 19-2. Obtenido de <https://rccd.ucf.edu.cu/index.php/aes/article/view/288>

Vivas, M. (2003). La educación emocional: conceptos fundamentales. *Revista Universitaria de Investigación*, 4(2). Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/410/41040202.pdf>

VOCA Editorial. (2023). *Cómo implementar un programa de educación emocional*. Obtenido de Unión Europea: <https://www.vocaeditorial.com/blog/programa-de-educacion-emocional/#:~:text=Un%20programa%20de%20educaci%C3%B3n%20emocional%20es%20un%20proyecto%20ordenado%20y,del%20Plan%20de%20Acci%C3%B3n%20Tutorial>.



Zuñiga, C., & Luque, M. (2021). Emotional intelligence together with inclusion for an adequate coexistence, performance and motivation. *Revista Nacional e Internacional de Educación Inclusiva*, 14(2), 182-127. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8214944>

Zuñiga, C., & Luque, M. (2021). Emotional intelligence together with inclusion for an adequate coexistence, performance and motivation. *Revista de Educación Inclusiva*, 14(2), 182-195.

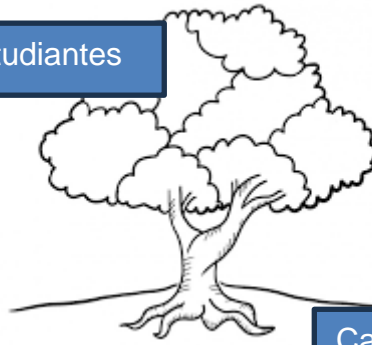
ANEXOS

Anexo 1. Diario de campo

Numero de sesión				
Estudiante	Observación	Mejora	No hay cambio	Adaptación al programa

Anexo 2. Recursos para actividad 1

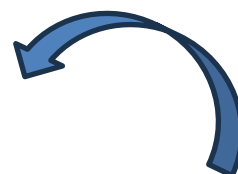
Caracterices estudiantes



Caracterices padres



Anexo 3. Organización de los estudiantes para la sesión 3 y 4





La actividad inicia en el sentido que indica la flecha

Anexo 4. Recurso para la sesión 5

Semana:					
Día	Emoción	¿Cómo la calificas (positiva o negativa)	Origen	Canalización	



Anexo 5. Tarjetas para la sesión 6



Tristeza



Alegria

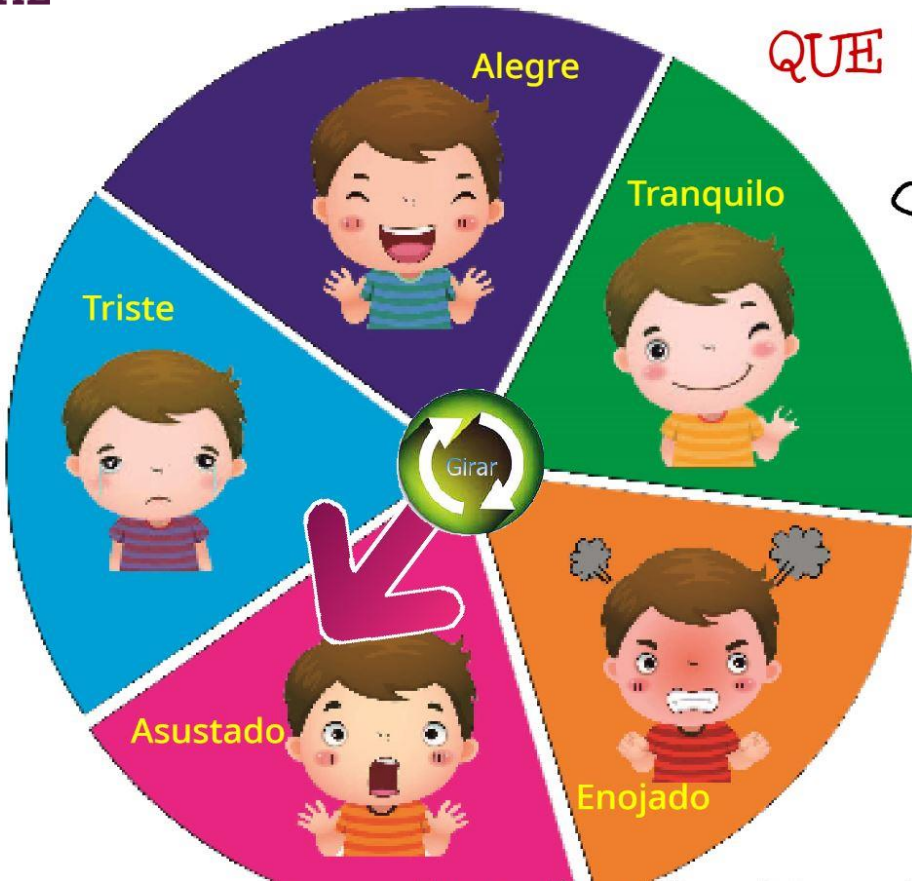




R
U
L
E
T
A

D
E

E
M
O
C
I
O
N
E
S



QUE HACER'



Entrevista a estudiantes

Estimado, responda según su apreciación y criterio los siguientes planteamientos

1. ¿Sientes emociones negativas cuando no puedes realizar una actividad en el aula o reprobas los exámenes?
2. Cuando no puedes realizar una tarea en el aula, ¿cómo te sientes?
3. ¿Cuál es tu estado de ánimo la mayoría del día?
4. ¿Qué métodos empleas para manejar las emociones negativas como la ira, frustración y rabia?
5. ¿Cuándo te sientes enfadado o no logras alcanzar un meta, qué actividades realizas, que haces para que pase?
6. ¿Puedes reconocer el estado de ánimo de los demás?
7. Cuando ves a tu compañero, a tu padre, a tu madre, puedes darte cuenta, ¿sobre cómo se siente? ¿Me podrías dar un ejemplo?
8. ¿Puede mantenerte de buen humor cuando las demás personas de tu entorno no lo están?
9. ¿Crees que expresas de manera adecuada tus emociones? Ponga un ejemplo
10. ¿Has tenido algún tipo de conflicto en los últimos tres meses con tus compañeros de clase?
11. ¿Si estas molesto/a con alguien de qué modo lo expresas?
12. ¿Crees que reconoces todos tus sentimientos?
13. ¿Podrías describir tu estado de ánimo actual?
14. ¿De qué forma reacciones a las situaciones adversas?
15. ¿Crees que reconoces tu estado emocional actual?
16. ¿Eres capaz de percibir cambios emocionales en los demás?
17. ¿Consideras que tu estado de ánimo habitual es norma?

Entrevista a docentes

Entrevista a docentes

Estimado responda de acuerdo a su percepción y criterio los siguientes planteamientos

1. ¿Qué métodos emplea para promover la educación emocional?
2. ¿Considera que es necesario implementar la educación emocional?
3. ¿Es capaz de reconocer los cambios en el estado de ánimo de sus estudiantes?
4. ¿Con que estado emocional clasificaría a la mayoría de sus estudiantes?
5. ¿Ha observado en los últimos tres meses algún tipo de conflicto entre los estudiantes?
6. ¿En su grupo de estudiantes cuenta con alguno que no se integre a las actividades en el aula?
7. ¿Considera que los estudiantes pueden controlar sus emociones negativas?
8. ¿Considera que los estudiantes poseen la capacidad de expresar sus sentimientos?
9. ¿Cómo actúan sus estudiantes al recibir noticias no favorables?
10. ¿Cómo considera que se podrá fomentar la educación emocional en la institución?



Ficha de revisión documental						
Nombre del documento	Tipo de documento y ubicación		Actividad de relación	Responsables de su elaboración	Fecha de elaboración	Interpretación
	Físico	Digital				



Universidad Nacional de Educación

Anexo 9. Ficha de consentimiento.



UNA E

Ciudad y fecha:

Yo, Franco Steeven Orellana Chacón, INVESTIGADOR/A PRINCIPAL del estudio titulado “Programa de educación emocional para adolescentes de la EEB José María Velasco Ibarra” pongo en su conocimiento el desarrollo de la investigación que a continuación se menciona.

Por favor lea atentamente este acuerdo de consentimiento antes de tomar una decisión sobre la participación de su representado/a en el estudio.

Resumen de la propuesta de investigación: El presente trabajo tiene la finalidad de elaborar un programa de educación emocional a partir de las necesidades encontradas en la Escuela, por ende, la participación de estudiantes adolescentes es esencial para el desarrollo del trabajo investigativo.

Tiempo requerido: La entrevista previa a su aceptación se lo desarrollara en la segunda semana de junio del 2023 en la EEB José María Velasco Ibarra, en un tiempo de 10 minutos.

La propuesta de investigación descrita fue previamente revisada y aprobada por la Universidad Nacional de Educación, por lo cual, como investigador principal, así como todos los investigadores involucrados en el desarrollo del estudio, acordamos expresamente mantener la más estricta confidencialidad en el uso de la información, y entendemos que la participación de su representado es voluntaria. La información que usted y su hijo den para el estudio será manejada confidencialmente.

Sus datos y los datos de su hijo/a serán anónimos, lo que significa que su nombre no será recopilado o enlazado a los datos que no tengan como único y exclusivo propósito el desarrollo de la presente investigación. Si tiene preguntas adicionales sobre el estudio, comuníquese con:

Nombre del investigador principal: Franco Steeven Orellana Chacon
Entidad a la que pertenece: EEB JOSE MARIA VELASCO IBARRA – MAESTRANTE UNA E
Dirección: Antonio de Nebrija y Felipe segundo.
Correo electrónico: steeven.orellanac@gmail.com
Teléfono de contacto: 0999750087

Con esos antecedentes, como representante de su hijo/a acuerda:

- Permitir su participación en el estudio de investigación especificado.
- NO permitir su participación en el estudio de investigación especificado.

Nombres completos del/la representante:

Firma:

Fecha:

Franco Steeven Orellana Chacón en calidad de autor/a y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación, “Programa de educación emocional dirigido a adolescentes en el nivel de básica superior de la Escuela de EEB José María Velasco Ibarra”, de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad Nacional de Educación UNAE una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad Nacional de Educación UNAE para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 19 de marzo del 2024



Firmado electrónicamente por:
FRANCO STEEVEN
ORELLANA CHACON



Cláusula de Propiedad Intelectual

Yo Franco Steeven Orellana Chacón autor/a del trabajo de titulación “Programa de educación emocional dirigido a adolescentes en el nivel de básica superior de la Escuela de EEB José María Velasco Ibarra”, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor/a.

Cuenca, 19 de marzo del 2024



Franco Steeven Orellana Chacón

C.I: 1400727671



Certificación del Tutor

Yo, Vanessa Esperanza Montiel Castillo, tutor/a del trabajo de titulación denominado "Programa de educación emocional dirigido a adolescentes en el nivel de la básica superior de la Escuela de EEB José María Velasco Ibarra" perteneciente al estudiante: Franco Steeven Orellana Chacón con C.I. 1400727671. Doy fe de haber guiado y aprobado el trabajo de titulación. También informo que el trabajo fue revisado con la herramienta de prevención de plagio donde reportó el 6% de coincidencia en fuentes de internet, apegándose a la normativa académica vigente de la Universidad.

Azogues, 19 de marzo de 2024.



Vanessa Esperanza Montiel Castillo

C.I: 0152049623