

**CULTIVAR EL BIENESTAR DE LOS ESTUDIANTES DESDE LA PERSPECTIVA
DE UNA EDUCACIÓN POSITIVA ARTÍCULO DE REVISIÓN DE TEMA**

MARÍA REINA OROZCO PARRA

UNIVERSIDAD PONTIFICIA BOLIVARIANA
ESCUELA DE EDUCACIÓN Y PEDAGOGÍA
MAESTRÍA EN EDUCACIÓN
MEDELLÍN

2023

**CULTIVAR EL BIENESTAR DE LOS ESTUDIANTES DESDE LA PERSPECTIVA
DE UNA EDUCACIÓN POSITIVA ARTÍCULO DE REVISIÓN DE TEMA**

MARÍA REINA OROZCO PARRA

Trabajo de grado para optar al título de Magíster en Educación

Asesora

PhD. Ana María Arias Cardona

Psicóloga

Doctora en Ciencias Sociales: niñez y juventud

UNIVERSIDAD PONTIFICIA BOLIVARIANA

ESCUELA DE EDUCACIÓN Y PEDAGOGÍA

MAESTRÍA EN EDUCACIÓN

MEDELLÍN

2023

Febrero 28 de 2023

María Reina Orozco Parra

“Declaro que este trabajo de grado no ha sido presentado con anterioridad para optar a un título, ya sea en igual forma o con variaciones, en esta o cualquier otra universidad” Art. 92 Parágrafo, Régimen Estudiantil de Formación Avanzada.



María Reina Orozco Parra

Contenido

Introducción	7
Metodología de la revisión	9
Fundamentación teórica	10
Psicología positiva.....	10
Educación positiva.....	12
Educación emocional.....	13
Fortalezas del carácter	14
Ventajas	17
Potenciar el clima escolar en positivo	17
Mayores logros académicos	20
Habilidades para el progreso social	21
Propuesta metodológica	23
Formación docente	23
Educar emocionalmente a los estudiantes	26
Educación familiar o parental.....	28
Resignificación del currículo	30
Desafíos para la escuela.....	33
Educadores cualificados en educación emocional	33
Autoridades educativas	34
Tecnologías de la información y comunicación para potenciar el bienestar emocional	36
Conclusiones.....	39
Referencias	43

RESUMEN

La educación ha venido centrando su mirada desde un enfoque más humanista, respondiendo a la necesidad de promover el desarrollo integral de los estudiantes. El siguiente artículo presenta una revisión del tema de la *educación positiva* y las áreas que comprende, entre ellas la educación emocional, el optimismo, la creatividad, el sentido del humor, la motivación, la atención plena, las fortalezas del carácter, la resiliencia, la gratitud y la autoestima. El propósito es indagar la fundamentación teórica de la educación positiva, las ventajas de incorporarla en las prácticas educativas, el diseño metodológico respecto a las estrategias para la respectiva implementación y los desafíos que tiene el sector educación para llevarla a la práctica. Se analizan 50 investigaciones, en el periodo comprendido en los años 2010-2022, entre artículos de revistas, tesis de maestría y doctorado, mediante fichas bibliográficas que sirven para estructurar una matriz categorial e identificar convergencias, divergencias, vacíos y tendencias. La maestría en educación en la modalidad profundización, A partir de la revisión de tema realizada, se concluye que las investigaciones realizadas en los ámbitos nacional e internacional han demostrado que existen herramientas que se pueden enseñar y desarrollar con el fin de mejorar los resultados académicos, potenciar multiplicidad de habilidades en los estudiantes y forjar su bienestar emocional para que tengan una vida plena y posibilitar la felicidad, anhelo innato del ser humano.

PALABRAS CLAVES: EDUCACIÓN; PSICOLOGÍA POSITIVA; EDUCACIÓN POSITIVA; EDUCACIÓN EMOCIONAL; BIENESTAR EMOCIONAL.

ABSTRACT

Education has been focusing its gaze on a more humanistic approach, responding to the need to promote the integral development of students. The following article presents a review of the topic of positive education and the areas it includes, among them emotional education, optimism, creativity, sense of humor, motivation, full attention, strengths of character, resilience, gratitude, self-esteem, assertiveness; With the purpose of investigating the theoretical foundation, advantages of incorporating it into educational practices, the methodological design regarding the strategies for the respective implementation, challenges that the education sector has to put it into practice. Fifty investigations were selected between journal articles, master's thesis, and doctorate, with the respective analysis through bibliographic records, a categorical matrix was structured to identify convergences, divergences, gaps, and trends. Based on the review, it is argued that research carried out at the national and international level has shown that there are possible tools to teach and develop to enhance the multiplicity of life skills in students, forge emotional well-being, improve academic results, have a full life, and make happiness possible, an innate desire of the human being.

Keywords: Education, Positive Psychology, Positive Education, Emotional education, Emotional well-being

INTRODUCCIÓN

El psicólogo Martin Seligman cimiento la educación positiva, la cual surgió de la confluencia de la educación y la psicología positiva; bajo el fundamento que la felicidad y el bienestar se pueden enseñar y soportándose en la evidencia empírica obtenida por medio de múltiples intervenciones realizadas en las aulas, las cuales consistieron en enseñar a los estudiantes a desarrollar diversas habilidades para la vida plena, como el optimismo, la felicidad, la creatividad, la relajación, la toma de decisiones, el asertividad, la resolución de problemas, la comunicación, amor, la justicia y el autocontrol entre otras. La educación positiva incrementa el bienestar y mejora el comportamiento de los estudiantes, aumenta su participación en el aula, les enseña las herramientas para conseguir objetivos que la mayoría de los padres valoran, y también mejora su desempeño académico (Seligman et al., 2009).

Las investigaciones en educación positiva realizadas los últimos 20 años en instituciones educativas y en sistemas educativos en Australia México, india, Nepal, Reino Unido, Holanda, China, Butá, por medio de la ejecución del Programa de Resiliencia de Pen (PRP), el Plan de Estudios de Psicología Positiva de Strath Haven, el proyecto de la Geelong Grammar School; el Programa Aulas Felices en España ,el programa educativo de crecimiento emocional y moral (PECEMO), entre otros, evidencian que la educación positiva aumenta las habilidades sociales de los estudiantes, además de incrementar su participación en la escuela y su disfrute de asistir a ella (Seligman et al., 2009), así mismo reduce y previene los síntomas de la depresión, la desesperanza, y la ansiedad (Brunwasser y Gillham, 2008).

En el mundo globalizado de hoy en el que existe el reto de consolidar una cultura de

paz, de no violencia y de sostenibilidad; en un mundo abocado, además, a las consecuencias generadas por la pandemia de la COVID-19, al estrés y a la afectación de la salud mental de los más jóvenes, especialmente en aquellas familias con pocos recursos, emergen desafíos cada vez más exigentes para el sector educativo que requiere generar bienestar emocional en la escuela, desanclar los modelos tradicionales, cambiar la educación, innovar, centrarse en las necesidades y potencialidades del estudiante, mejorar resultados académicos, lograr un clima escolar positivo, formar en ciudadana, preparar las mentes para los retos de la vida, y enseñarles a llevar sus vidas o darles un propósito.

Este artículo de revisión de tema, realizado para optar al título de magister en educación, está estructurado, en resumen, introducción, fundamentación teórica, ventajas que genera la incorporación de la educación positiva, diseño metodológico, desafíos de la escuela, tecnologías de la información y la comunicación para potenciar la educación positiva y conclusiones.

El interés por el tema y la construcción del artículo surgieron por la observación de las problemáticas que se presentan en el sector educativo en salud mental y emocional, desinterés en el proceso de aprendizaje, bajo nivel de desempeño académico, falta de atención, desmotivación de los estudiantes y problemáticas de convivencia escolar que, si bien se contrarrestan y minimizan por las acciones formativas establecidas en el manual de convivencia, requieren nuevas estrategias de afrontamiento y verdaderos cambios de fondo.

METODOLOGÍA DE LA REVISIÓN

La presente es una investigación teórico-descriptiva de tipo documental, puesto que el procedimiento conllevó a realizar el rastreo electrónico de un grupo de artículos científicos y de tesis de maestría y doctorado en el periodo comprendido entre 2010 y 2022. Se incluyó como principal descriptor de búsqueda el término *educación positiva* y las áreas que comprende, entre ellas la educación emocional, el optimismo, la creatividad, el sentido del humor, la motivación, la atención plena, las fortalezas del carácter, la resiliencia, la gratitud y la autoestima. En la búsqueda electrónica se tuvo en cuenta que las investigaciones cumplieran con los criterios de la estructura (introducción, metodología, conclusiones, resultados); se realizó en revistas indexadas, repositorios de universidades, Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal (Redalyc) y Scientific Electronic Library Online (Scielo), Psycinfo, PubMed y Google Scholar.

Se seleccionaron 50 investigaciones, las cuales pasaron por una etapa de análisis a partir de una ficha bibliográfica para cada investigación. La organización incluyó información de identificación básica de la investigación (tema, cita textual directa, localización, referencia, palabras clave, propósito de la investigación, pregunta de investigación, identificación de categorías, identificación de supuestos epistemológicos que respaldan la investigación, enfoque teórico, diseño metodológico, principales hallazgos empíricos y teóricos). Posteriormente, tomando como referente las fichas bibliográficas, se construyó una matriz categorial de análisis para identificar tendencias, vacíos, convergencias y divergencias. Finalmente, se realizó el índice para definir y ordenar los principales temas y se procedió a la redacción del artículo de revisión.

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

En el presente apartado se detallan los principales nodos teóricos claves que sustentan esta revisión de tema, con el propósito de brindar un marco de conceptos, de manera suficiente, concisa y clara que ayude a enfocar el tema planteado.

PSICOLOGÍA POSITIVA

El primer eje conceptual es la psicología positiva, disciplina que cobra mayor relevancia en el ámbito educativo, por el enfoque que tiene. Como lo expresa García Navarro (2017), los temas principales de estudio de la psicología positiva son el bienestar emocional, la felicidad, el flujo, las fortalezas humanas y las emociones. En estos tiempos, encontramos una sociedad tensa, inmersa en conflictos sociales, aunado a las consecuencias que se derivan de la problemática de salud pública ocasionada por el COVID-19 sobre la educación y especialmente en los estudiantes. El sector educativo requiere una novedosa proyección para cambiar el camino, puesto que es visible la necesidad de preparar a los estudiantes para la vida, enseñarles a ser fuertes, resilientes y dar respuesta a las demandas actuales que tienen los estudiantes, la escuela y la sociedad.

Para Seligman (2011), si se consigue dar aplicabilidad a la psicología positiva en la educación, se logrará generar bienestar e incrementar la calidad de vida de los miembros de la comunidad educativa. En cuanto al bienestar, hoy, más allá de una emergencia sanitaria, estamos sumidos en pérdida de calidad de vida y de emociones positivas, se acrecentó otra pandemia de emociones negativas que trastoca a todos, especialmente a muchos

estudiantes, con lo que quedan al descubierto la fragilidad de las relaciones familiares, se generan tensiones adicionales en las familias e incrementa la violencia doméstica.

Asimismo, con la muerte de sus padres por causa de la pandemia, los estudiantes quedan profundamente marcados, huérfanos, migrantes, desplazados, y padecen turbulencias emocionales, preocupaciones, miedo, ansiedad, desinterés académico y problemas de salud mental. En este escenario, cobra especial importancia reevaluar los enfoques y paradigmas de la educación, para contribuir a enseñar y recuperar progresivamente el bienestar emocional.

Por otro lado, no hay consenso respecto a la relación entre la edad de los niños, niñas y adolescentes y los beneficios de la psicología positiva; no se define con claridad si es en la niñez o en la adolescencia temprana, media o tardía cuando la psicología positiva aplicada al sector escolar puede alcanzar el mayor pico en resultados benéficos. No obstante, para Giménez Hernández (2010), el proceso de construcción de la identidad es esencial en la adolescencia, motivo por el cual se enriquece el conocimiento de esta fase de la vida, al incluir los conceptos aportados desde la psicología positiva, la felicidad, el bienestar y la satisfacción con la vida.

Ahora bien, a la luz de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos-OCDE (2015), el poder de la educación es limitado si no se desarrollan las habilidades cognitivas, sociales y emocionales a temprana edad. Más allá de la edad, cuanto antes se prepare al ser humano para la vida, mejor; se posibilitará así la gestación de habilidades necesarias para dar un valor agregado, se capacitará para afrontar la turbulencia impredecible de esta sociedad y para vivir con bienestar emocional. Al respecto, Frías Armenta y Barrios Gaxiola (2016) exponen lo siguiente:

La psicología positiva se enfoca en el desarrollo óptimo del ser humano reconociendo que todos los niños y jóvenes tienen fortalezas, que se desarrollarán cuando éstas se empaten con los recursos requeridos en los diversos ámbitos en los que viven (p. 1).

En esta misma línea de pensamiento, Salgado Lévano (2009) considera que existe un amplio camino por recorrer en el apasionante mundo que ofrece la psicología positiva, que permite comprender la capacidad de resurgimiento del ser humano, para ser feliz y sonreír a pesar de los golpes, particularmente en esta época desdibujada por el temor, la angustia y la violencia.

EDUCACIÓN POSITIVA

Un segundo eje temático es la educación positiva, conceptualizada como una aplicación de la psicología positiva al ámbito educativo y promueve el bienestar de los estudiantes. Plantea que es posible enseñar el bienestar, el optimismo, la creatividad, el sentido del humor, la motivación, la atención consciente, las fortalezas del carácter, la resiliencia, la gratitud, el entusiasmo, la autoestima, la asertividad y las habilidades que permitan construir positivamente la vida.

Para Ocampo Pizano y López (2019), la educación positiva se enfoca en el desarrollo de habilidades tradicionales y para la felicidad, mientras que para Leguizamo Beltrán (2018) si bien es cierto las escuelas no pueden decidir sobre la felicidad de los integrantes de la comunidad educativa, en la educación positiva, entendida como la promoción intencionada del bienestar, sí pueden promover diversas estrategias que

contribuyan a incrementar las posibilidades de bienestar emocional para docentes, estudiantes y padres de familia.

La educación positiva se presenta como una alternativa que puede dar respuesta a diversas críticas a los sistemas de educación actuales, principalmente en las escuelas de primaria y secundaria que se han anclado principalmente en el desarrollo intelectual, en los resultados cuantificables, que no cabe duda de que son importantes, pero no son lo único, puesto que la tendencias en educación hoy en día convergen en la necesidad de formar a los estudiantes bajo un modelo más humano, desarrollar actitudes personales positivas, emociones positivas, centrar mayor atención en el bienestar y en la felicidad de los estudiantes.

EDUCACIÓN EMOCIONAL

Una emoción es un estado del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada (Bisquerra Alzina, 2003). En la concepción de la educación como integral, se encuentra en auge privilegiar, valorar y favorecer la construcción de buenas emociones en los estudiantes con un sentido pedagógico. Situándonos en esta perspectiva, Cabello Cuenca et al. (2019) refieren que “las investigaciones realizadas durante las últimas décadas han puesto de manifiesto un renovado interés por el estudio de las variables emocionales y de bienestar en el alumnado” (p. 54).

Diversos autores y estudios confirman que, en medio de tantas problemáticas de orden psicosocial y en una sociedad convulsionada, a mayor desarrollo emocional, emergen

también las habilidades sociales, y en esa medida se da un menor número de conflictos y conductas disruptivas. Fomentar aspectos positivos como la gratitud y el optimismo produce consecuencias favorables en los estudiantes a la hora de relacionarse con los demás, sobre todo en aquellas relaciones que son consideradas como negativas (Czar et al., 2019).

La escuela será siempre el epicentro para promocionar, fomentar y proveer una educación social y emocional intensiva, de tal manera que los actores involucrados, trabajando juntos, garanticen la educación emocional del estudiante, lo cual le genera bienestar personal y social; “ignorar este aspecto en la formación del estudiante, supone una formación incompleta que puede dificultar su bienestar y su incorporación a la sociedad” (Sánchez Álvarez, 2011, p.5).

De otra parte, varias de las investigaciones revelan que es fundamental desarrollar las fortalezas del carácter en los estudiantes para tener la capacidad de gestar ambientes permeados por las emociones positivas y relaciones interpersonales armónicas. Por este motivo, el tercer eje conceptual se centra la atención en las fortalezas del carácter.

FORTALEZAS DEL CARÁCTER

Frente a este eje conceptual generalmente surgen preguntas entorno a qué son, cuántas fortalezas tenemos, cuáles, cómo fortalecerlas, gestionarlas, desarrollarlas. Para ampliar más al respecto, Peterson y Seligman (2004) establecieron 24 fortalezas personales que se engloban en 6 virtudes humanas.

Sabiduría y conocimiento: Curiosidad, interés por el mundo, amor por el

conocimiento y el aprendizaje, juicio, pensamiento crítico, mentalidad abierta, ingenio, originalidad, inteligencia práctica, perspectiva. Coraje: Valentía, perseverancia y diligencia, integridad, honestidad, autenticidad, vitalidad y pasión por las cosas. Humanidad: Amor, apego, capacidad de amar y ser amado, simpatía, amabilidad, generosidad, inteligencia emocional, personal y social. Justicia: Ciudadanía, civismo, lealtad, trabajo en equipo, sentido de la justicia, equidad, liderazgo. Moderación: Capacidad de perdonar, misericordia, modestia, humildad, prudencia, discreción, cautela, autocontrol, auto regulación. Trascendencia: Apreciación de la belleza y la excelencia, capacidad de asombro, gratitud, esperanza, optimismo, proyección hacia el futuro, sentido del humor, espiritualidad, fe y sentido religioso.

Ahora bien, las habilidades y fortalezas del carácter son moldeables, es posible enseñarlas, aprenderlas, mejorarlas, para generar beneficios en diferentes áreas de la vida; al respecto, estudios realizados en diversos países han corroborado la relación entre fortalezas como la gratitud, la esperanza, el entusiasmo, la curiosidad y el amor con el bienestar en jóvenes y personas adultas, así como su asociación a la satisfacción vital, al afecto positivo, a la salud mental, entre otros (García Álvarez et al., 2020).

Adicionalmente, frente al humor como una de las 24 fortalezas del carácter, Funes Cabrerizo (2020) concluye que esta fortaleza incide directamente sobre la dimensión de la inteligencia social, lo cual reviste especial importancia al desarrollar la capacidad de entablar nuevas amistades y mejorar las interacciones sociales. En el mismo sentido, para Czar et al. (2019) fomentar la gratitud y el optimismo trae consecuencias favorables en los niños a la hora de relacionarse con los demás y establecer diálogos que proporcionan un ambiente escolar acogedor y estable. Sumado a esto, actualmente esta dimensión es

valorada en el mercado laboral, lo cual deja de presente la necesidad de desarrollarla a temprana edad.

Estudios realizados en diversos países han corroborado una relación positiva entre fortalezas como la gratitud, la esperanza, el entusiasmo, la curiosidad y el amor con el bienestar en jóvenes, así como su asociación con beneficios a la salud mental, incrementar la satisfacción vital y el afecto positivo (García Álvarez et al., 2020). En lo que respecta al optimismo y el humor, Cárdenas Carazo (2020) considera que introduciendo estas fortalezas en el aula o en el ámbito educativo se obtienen resultados positivos y se atacan muchos de los factores presentes en el acoso escolar.

Por otra parte, con la pandemia se visibilizaron las debilidades de los sistemas educativos, al tiempo que quedaron al descubierto la fragilidad y la vulnerabilidad de sus miembros. No es posible vivir en una caja de cristal para protegernos, pero sí es factible desarrollar y potenciar la templanza y la capacidad de superación y adaptación (Romo González et al., 2013). Necesitamos desarrollar habilidades y fortalezas personales que nos ayudarán a disfrutar, equilibrar y encontrar un propósito en nuestras vidas.

Los estudiantes procedentes de entornos familiares sociales desfavorecidos son, en principio, los más golpeados emocionalmente no solo por la crisis de la emergencia sanitaria, sino también por la desintegración familiar, las carencias económicas y la violencia intrafamiliar; sin embargo, tienen todo el potencial para tener éxito personal y académico. Esto pone de manifiesto los compromisos del sistema educativo en cuanto a garantizar que las circunstancias personales o sociales no se conviertan en limitantes y a dar respuesta a las necesidades de formación de los estudiantes mediante programas de intervención centrados en las fortalezas personales, considerando las diferencias por estrato

socioeconómico y por género, con el fin de mejorar su calidad de vida (Quiceno y Vinaccia, 2014). Es innegable que las escuelas tendrán que lidiar siempre con las problemáticas sociales de una sociedad cada vez más compleja, en la cual prevalecen los problemas de estabilidad emocional de los niños y niñas, sin embargo, no deben instalarse en la queja, culpar a otros o esperar que la sociedad llegue a ser perfecta, tendrán que implementar prácticas de enseñanza efectivas y hacer intervenciones continuas y a gran escala para contribuir a desarrollar la salud mental, el bienestar psicosocial de los estudiantes, mejorar los aprendizajes y el rendimiento escolar.

VENTAJAS

En el siguiente apartado se presentan las ventajas que emergen cuando se aplican y enseñan herramientas en el sector educativo para desarrollar diversas habilidades. Las diferentes investigaciones convergen en referir que se favorece el clima escolar en positivo, se propicia la consecución de mayores logros académicos y se posibilita el desarrollo de habilidades para el progreso social.

POTENCIAR EL CLIMA ESCOLAR EN POSITIVO

El clima escolar se puede entender como un conjunto de comportamientos construido por los miembros de la escuela, en el cual se tejen diversidad de relaciones, se forman percepciones, pensamientos y satisfacciones de vida. En algunos casos el clima es el factor que deteriora la vida escolar. Leria y Salgado (2019) afirman haber constatado en

su investigación que el clima escolar y todo lo que este involucra repercute en la satisfacción de los estudiantes con su entorno y en la satisfacción vital.

La investigación de Sibrián Escobar (2017) frente a qué esperan los estudiantes en el proceso escolar concluye que las mayores expectativas se centran en un clima escolar positivo, buena convivencia y armonía con sus pares, una enseñanza profesional, actualizada y docentes que les ayuden a ser mejores personas.

Existe una creciente preocupación sobre el clima escolar y se coincide en la necesidad de fomentar el desarrollo de actitudes positivas, habilidades, competencias para que en los estudiantes aflore la capacidad para enfrentar los conflictos, adoptando acciones de colaboración, regulación emocional, respeto y empatía.

Proporciona evidencias en esta misma línea el estudio de Agudelo Marín et al. (2015). La relación emoción-convivencia, la familia y la escuela requieren estrategias alternas a las punitivas para la resolución de conflictos, y se considera que el desarrollo de competencias emocionales a través de la educación emocional puede contribuir al avance y mejoramiento de las relaciones humanas, siempre y cuando sea incorporada al contexto educativo desde la filosofía institucional, el Proyecto Educativo Institucional (PEI), el manual de convivencia y el seguimiento a los procesos académicos y disciplinarios, favoreciendo la formación integral.

El trabajo en equipo en las escuelas, el liderazgo pedagógico proactivo de rectores, coordinadores y docentes y la movilización de los pensamientos de los estudiantes incrementan oportunidades de potenciar y construir un clima escolar en positivo, en el que se generen consensos, se identifiquen propósitos comunes, se resignifiquen las prácticas educativas, y se dé la posibilidad de cambiar paradigmas, puesto que “la convivencia en las

instituciones educativas debe ser transformada para mejorar no solo el ambiente de aula, sino también la calidad de vida de toda la comunidad educativa, es decir, debe ser una intervención dirigida a padres, maestros y estudiantes” (Pajarito Santana, 2016, p. 15).

La experiencia laboral y la lectura de contexto realizada frente al clima escolar, me permitió evidenciar que cuando se interactúa con el estudiante utilizando lenguaje positivo, respeto y amabilidad, se generan sinergias positivas, se regulan emociones que le ayudan a desvanecer de forma rápida pensamientos y acciones que afecten su bienestar, al tiempo que se promueven actitudes positivas como el optimismo, la iniciativa, la adaptabilidad, la colaboración y la disposición, que serán predictoras e impactarán en el clima escolar en positivo. Como lo menciona Cordero Gómez (2014), para quienes se dedican a la labor educativa, esto ayudará también a contrarrestar una dificultad importante: el manejo del tiempo, pues no es un secreto que muchos minutos suelen ser utilizados en el aula en tratar de resolver los conflictos que surgen entre estudiantes.

Teniendo en cuenta que la educación debe cumplir un rol principalmente preventivo, es esencial potenciar el clima escolar en positivo como un factor determinante al contexto escolar, para incrementar la satisfacción global con la vida de los estudiantes y minimizar las emociones que afectan y construyen un mal clima escolar y hasta situaciones de violencia escolar.

Frente a ello, la educación puede contribuir a fomentar el desarrollo de diversidad de habilidades que empoderen a los estudiantes para enfrentar mejor los desafíos de la vida escolar en el día a día, conducirlos a alzar sus voces, rechazar, no normalizar conductas contrarias al clima escolar en positivo y ayudar a construir bienestar y felicidad en la escuela.

MAYORES LOGROS ACADÉMICOS

Respecto al ámbito académico, uno de los grandes retos de la educación es impulsar el logro de mejores aprendizajes. Para ello se requiere motivación al logro académico, despertar en el estudiante el deseo de querer aprender, lo cual está en consonancia con lo que plantea Carranza Flores (2020): “la educación positiva como modelo capaz de lograr mejores aprendizajes y prevenir y/o solucionar problemas relacionados con la salud mental, por lo que es oportuna la inserción de la educación positiva en la educación” (p. 3).

La cooperación positiva que se genera entre el bienestar en la escuela y el logro académico es directamente proporcional y de alta relevancia. En su investigación, Alfaro et al. (2015) concluyeron que ahondar en las dimensiones socioemocionales y su relación con el rendimiento académico contribuirá a construir una política pública que avance hacia la incorporación de variables referidas a calidad de vida y salud mental positiva, favoreciendo la implementación de prácticas orientadas a la reducción de la inequidad en término del capital social de sus ciudadanos en formación, con lo que el nivel de satisfacción con la vida y el bienestar social en la escuela de los estudiantes será más alto, así como el efecto de estos en su rendimiento académico.

Al examinar la relación entre potenciar el bienestar y el aprendizaje socioemocional de los estudiantes, la construcción de ambientes escolares y el desarrollo de competencias necesarias para aprovechar la experiencia académica, Berger et al. (2014) hallaron que se genera una relación positiva entre estudiantes y docentes, ya que se fortalece la autoestima y se generan mejores resultados académicos.

Así también, la educación positiva y las áreas que abarca propician una relación favorable entre el desarrollo del docente y el desempeño académico de los estudiantes, con la mejora inherente en el ambiente escolar. Así, por ejemplo, un acto sencillo y simple para algunos como que el docente logre enseñar a los estudiantes a pedir perdón tiene un efecto significativo sobre el rendimiento escolar y las emociones positivas. Al respecto, en su investigación sobre el perdón, Martos-Chica (2020) concluyó que crear un clima de aula agradable trabajando el perdón aporta beneficios en los estudiantes, mejora las relaciones entre iguales, el nivel académico, disminuye el estrés, produce mejoras en el autoconcepto, aumenta la autoestima, la confianza en sí mismo, disminuye las emociones negativas, y propicia que el estudiante se responsabilice de sus propias emociones y, por tanto, de su propia felicidad.

En cuanto a la relación entre bienestar emocional y rendimiento académico, Estrada Araoz y Mamani Uchasara (2020) consideran que los estudiantes que presentan niveles favorables de bienestar podrán desempeñarse adecuadamente en el contexto personal, familiar, académico y social. Lo anterior está en consonancia con los propósitos de la educación positiva de sembrar en el estudiante expectativas de vida feliz, saludable, productiva y con significado, para que se perciban y cataloguen como jóvenes competitivos cognitivamente y con capacidades para la vida.

HABILIDADES PARA EL PROGRESO SOCIAL

Al observar la actual sociedad, que es altamente cambiante, que maneja un discurso progresista y busca afanosamente el progreso social, surge el interrogante de cuáles son las

habilidades que deben desarrollar los individuos para lograr bienestar emocional, progreso social, individual y contribuir al progreso colectivo. Las evidencias obtenidas de estudios longitudinales en nueve países de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos, OCDE (2015) muestran que las habilidades cognitivas, sociales y emocionales juegan un papel significativo para mejorar los resultados económicos y sociales.

Es necesario que las familias se aseguren de fomentar en casa habilidades socioemocionales, educación emocional y las fortalezas del carácter, adicionalmente la escuela juega un papel fundamental reforzando proactivamente las habilidades para la vida, de tal manera que los estudiantes logren niveles altos de desempeño en las pruebas saber, forjen un proyecto de vida académico, ingresen a la educación superior, creen y materialicen expectativas altas de prosperidad individual y aporten al progreso social en su territorio.

PROPUESTA METODOLÓGICA

Los resultados y las experiencias exitosas obtenidas en múltiples investigaciones en las escuelas coinciden en que para adaptar y aplicar la educación positiva a la vida cotidiana de las escuelas es necesario implementar varios pilares estratégicos, entre ellos realizar procesos de formación continua a docentes en educación emocional, educar emocionalmente a los estudiantes, padres de familia y resignificar el currículo.

FORMACIÓN DOCENTE

Los autores revisados coinciden en que la educación ahora más que nunca requiere docentes competentes emocionalmente, con capacidades y habilidades para gestionar y regular sus emociones positivas y negativas, cualificados para enseñar habilidades emocionales y socioafectivas a los estudiantes, contribuir a desarrollar una convivencia educativa armónica en la comunidad educativa y convertirse en los profesionales idóneos para implementar la educación positiva en la cotidianidad de la escuela.

La escuela debe ser siempre el escenario en el que se posibiliten tiempos y espacios para reconocer y gestionar la tristeza, construir felicidad, bienestar y crecimiento personal para docentes y estudiantes. La necesidad latente de preparar al estudiante para la vida en sociedad requiere empoderamiento del docente para resignificar su discurso, las prácticas educativas, docentes, pedagógicas, de aula y formativas. No obstante, no es posible enseñar lo que no se ha aprendido y lo que no se practica en la vida personal, como enseñar a ser

feliz si como docente no se es feliz. La docencia implica una labor mucho más difícil de lo imaginado.

La labor docente se ve permeada por múltiples actitudes negativas, situaciones de conflicto y dificultades que terminan contaminando el ambiente laboral y educativo, generando rupturas en el vínculo pedagógico y las relaciones entre docentes, estudiantes y directivos. Como seres humanos, los docentes están expuestos a todos estos factores y sus respuestas emocionales son muchas veces poco controladas (Garzón Gómez, 2016).

La educación inicia con el docente, que debe conocerse a sí mismo; porque según es él, así será su enseñanza. “El verdadero docente, sea del nivel educativo que sea, es aquel que mientras prepara al alumnado en diversas disciplinas, también le capacita para estar despierto a los procesos de su propio pensar, sentir y actuar” (Perandones González et al., 2014, p. 14).

Según la investigación de Trigueros Ramos y Navarro Gómez (2019), si el profesor se comporta de forma autocrática, restrictiva o presiona a los alumnos, estos se sentirán oprimidos, incapaces, rechazados y tenderán a percibir que sus necesidades psicológicas se frustran. De allí, entonces, la importancia de que los docentes reconozcan las emociones propias para llegar a comprender las emociones de los estudiantes.

Las investigaciones coinciden en dar cuenta de que es necesario formar a los docentes en competencias emocionales, hacer capacitaciones de orden personal basadas en la búsqueda de fortalezas, para maximizar el desarrollo de habilidades que les permitan vincularse de manera profunda y crear un cambio verdadero en la educación y transformar la sociedad.

Existe amplio consenso en diversas investigaciones que comprobaron la influencia

que tiene formar a los docentes en competencias socioemocionales, para fortalecer el vínculo pedagógico y favorecer las situaciones positivas en el clima de aula. En este sentido, García Navarro (2017) concluye que es esencial impulsar la implementación de programas de desarrollo emocional de los docentes.

Esta preparación cualificará al profesorado en competencias emocionales, les aportará recursos para prevenir el *burnout*, afrontar mejor el estrés y aprender a gestionar situaciones laborales difíciles, lo cual generará un impacto positivo en las relaciones interpersonales, la convivencia escolar y el clima de las aulas.

Ahora bien, para Fernández-Sarabria (2019), que haya docentes con menores niveles de estrés, con mayor capacidad de gestionar los desafíos que les traza su profesión, sortear situaciones emocionales complejas y establecer relaciones significativas con sus alumnos, sin lugar a duda incrementa la calidad de la educación. La formación de los docentes en educación emocional conlleva un empoderamiento en su labor como agentes de transformación social y mejora el vínculo con la comunidad educativa.

También encontramos sobre el tema la investigación de Pérez-Escoda et al. (2021), que refieren que es fácil observar cómo ha aumentado la demanda de titulados universitarios que reclaman formación complementaria destinada precisamente al desarrollo de las competencias personales y, en especial, de las competencias socioemocionales.

Finalmente, Martínez et al. (2016) mencionan que la capacidad para manejar grupos de trabajo, comunicarse positivamente, hacer frente a aspectos emocionales, tener la habilidad para determinar las reglas que gobiernan las interacciones de los estudiantes en el aula, las normas y el respeto recíproco entre ellos son aspectos que forman parte de la

práctica de cualquier docente, lo cual es necesario para favorecer el propósito principal de la educación, que es potenciar al máximo los aspectos positivos, las fortalezas personales de los estudiantes y forjar su bienestar presente y futuro.

EDUCAR EMOCIONALMENTE A LOS ESTUDIANTES

La educación emocional es una respuesta educativa a las necesidades sociales que no están suficientemente atendidas en las áreas académicas ordinarias (Bisquerra, 2011).

En concordancia con el modelo del desarrollo positivo adolescente —el cual se soporta en concebir a los adolescentes como un recurso a potenciar, no como un problema— es necesario atender la dimensión emocional, reconocer el valor pedagógico de las emociones y educarlas con un sentido pedagógico para construir sentimientos positivos, moldear la conducta, el carácter, los valores y favorecer un desarrollo equilibrado e integral de los estudiantes.

Las investigaciones ponen en evidencia que las formas que tienen los estudiantes de aprender, comunicarse, expresarse y relacionarse son diversas, pero orientadas y educadas de manera adecuada permiten desarrollar ambientes seguros y de confianza. Ambientes en los que los estudiantes no se sientan juzgados; por el contrario, donde sean valorados como seres humanos integrales (González Latorre y Quintero Vargas, 2016, p. 110).

En el campo del bienestar psicológico esto cobra especial importancia si se considera que “un estudiante que presente niveles favorables de bienestar podrá desempeñarse adecuadamente en el contexto personal, familiar, académico y social. Por ello, es necesario que las instituciones formadoras —llámense universidades o institutos—

promuevan su desarrollo” (Estrada Araoz y Mamani Uchasara, 2020, p. 13).

La educación positiva busca lograr que los estudiantes sean dueños de sí mismos, aprendan a gestionar sus emociones, su bienestar, su felicidad y a cuidar de sí mismos. Hay un acuerdo general y categórico respecto a la necesidad imperante de educar emocionalmente a niños, niñas, adolescente y jóvenes, con lo cual también se espera como resultado un sujeto que asuma una posición determinante en su propia formación. Así, se le ofrecen herramientas al estudiante y se le implanta la idea de que él debe cuidar de sí mismo, que cultivando multiplicidad de habilidades propias puede transformar y modificar su comportamiento, “haciéndole más productivo, exitoso, mejor persona y más feliz” (Farfán Castillo, 2017, p. 77).

Un considerable número de investigadores mostraron la efectividad de diferentes intervenciones positivas aplicadas a estudiantes, que incrementaron las emociones positivas, el bienestar psicológico, la creatividad, la resolución de problemas, la disminución de enfermedades de salud mental y mejoraron el nivel de desempeño académico. Acevedo Franco (2017) considera que los jóvenes son tan importantes para la sociedad como la misma vida; por tanto, deberán ser tratados con la calidad humana que los encamine a crecer con un pensamiento positivo y con la capacidad de transformarse para transformar la sociedad.

Por otra parte, los estudiantes no aprenderán fácilmente por sí mismos las habilidades que les proporcionarán bienestar personal, social y felicidad; se requiere en el día a día la colaboración y participación no solo del sistema educativo, sino también de los adultos responsables de su educación.

Finalmente, la infancia trae consigo grandes oportunidades para la adquisición de

valores, actitudes y habilidades, por lo cual debería privilegiarse desde el inicio de la vida escolar la formación de emociones positivas, forjar el bienestar emocional, fomentar la felicidad, como eje central y meta educativa. Si, adicionalmente, se ejerce desde el ámbito familiar será más efectiva para desarrollar a temprana edad rasgos positivos y destrezas fundamentales para la vida en la sociedad actual.

EDUCACIÓN FAMILIAR O PARENTAL

Aunado a la necesidad de llevar a cabo procesos de formación de los docentes, los diversos autores de las investigaciones concuerdan que, para desarrollar la educación positiva en la escuela, es prioritario educar a las familias, puesto que la familia es el agente con mayor potencial para enseñar habilidades para la vida y educar emocionalmente a los niños, niñas y adolescentes; sin embargo, es el sector menos formado pedagógicamente.

Según la Unesco (2015), han surgido nuevos tipos de familias, parejas sin hijos, cambio de roles al interior de la familia, especialmente de la mujer; así como familias en las cuales se mantiene la disciplina como medio de enseñanza, con pautas de castigo psíquico y físico. Sin embargo, se han experimentado algunos cambios sobre el castigo en América Latina atribuidos a diversas campañas educativas y a la difusión de los derechos del niño que han generado una cierta conciencia social.

La Ley 2025 (Congreso de la República de Colombia, 2020) promulgó la obligatoriedad de participación en las escuelas de padres, lo que plantea un escenario prometedor para posibilitar la capacitación de los padres en el fortalecimiento familiar. Sin

embargo, en ciertos ambientes familiares, debido a razones económicas, educativas y culturales, las pautas de crianza son escasamente incentivadoras del aprendizaje, generándose para esos niños una sinergia negativa respecto de su formación integral y desarrollo de otras dimensiones de la vida.

En consonancia con lo anterior, para Blanquicet Pestana et al. (2019) la estructura familiar ha ido cambiando, al igual que los roles; es así como otros miembros (abuelos, tíos, primos, hermanos) han tenido que asumir roles de crianza y educación que anteriormente eran exclusivos de los padres. En este panorama, la escuela está llamada a convertirse en el epicentro que direcciona y complementa los esfuerzos de las familias más vulnerables en la formación de habilidades de sus hijos.

En este escenario, el aprendizaje social y emocional es clave para el éxito académico y vivencial; “docentes y padres pueden ayudar a mejorar las habilidades sociales y emocionales de los niños si promueven vínculos fuertes con estos y apelan a experiencias de aprendizaje práctico” (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos, 2015, p. 2).

El papel de la familia es determinante para la construcción de relaciones saludables. “La educación de las competencias emocionales en la familia tiene como objetivo final conseguir un hogar caracterizado por la paz, la armonía y la felicidad” (Bisquerra, 2011, p. 207). En este sentido, las investigaciones sobre las dimensiones que comprende la educación positiva muestran la importancia de impulsar el desarrollo de fortalezas personales, la atención plena y el bienestar en estudiantes y padres.

Es preciso tener en cuenta que para Lacunza y Contini (2016) la familia es considerada como el escenario ideal en el cual deben materializarse múltiples interacciones

positivas enmarcadas en el respeto, la comunicación, la armonía, el afecto y los valores, que llevan a que los adolescentes desarrollen y practiquen las habilidades para la vida.

Por último, la mayoría de los estudios e investigaciones en bienestar emocional, felicidad y educación positiva se han enfocado en los estudiantes; sin embargo, coinciden en atender a la necesidad de involucrar y hacer mediciones a padres, madres de familia y cuidadores.

RESIGNIFICACIÓN DEL CURRÍCULO

En total afinidad están las investigaciones, al concordar frente a los pilares estratégicos que debe trabajar el sector educativo para implementar la educación positiva, ya se hizo alusión a que se requiere formar a los docentes, educar a las familias, también concuerdan las investigaciones en que es fundamental resignificar el currículo, alinearlos con las crudas realidades actuales, esto en aras de enseñar a los estudiantes a generar bienestar, a ser feliz, lo cual redundará también en beneficios académicos y otros efectos positivos para la vida, tal como se relaciona a continuación:

La evaluación de la calidad educativa se focaliza en variables de rendimiento académico, dejando de lado otros factores que inciden significativamente en el aprendizaje, como el ambiente escolar y el bienestar de los estudiantes. Diferentes investigaciones concuerdan en que los contenidos socioemocionales, las fortalezas del carácter y la educación emocional deberían formar parte del currículo, destinando tiempo y espacio para su enseñanza y evaluación.

Para Barcelata-Eguiarte y Rivas-Miranda (2016), la promoción de la

autoaceptación, las relaciones positivas con otros, el control personal, el establecimiento de un propósito en la vida y los planes a futuro tendrían que ser priorizados dentro de los planes curriculares a nivel de enseñanza media. Esto cobra especial relevancia si ponemos en consideración que, a raíz del momento coyuntural de salud pública que aqueja a la sociedad, se está haciendo énfasis en la flexibilización de los currículos, en construir una escuela realmente inclusiva que promueva el bienestar social y personal, especialmente en los estudiantes más vulnerables.

Se visibiliza la necesidad que tiene el sector educativo de desligarse de la posición de formar solo en contenidos y trascender para forjar prácticas educativas que impulsen la formación integral. Según lo expresado por Santos Guerra (2010), la escuela no debe limitarse a transmitir un caudal de conocimientos; es oportuno tener en cuenta que la sociedad actual y el mercado laboral están demandando de manera creciente también habilidades socioemocionales como manejo de estrés, resiliencia, comunicación interpersonal, resolución de conflictos, confianza, manejo de emociones, entre otras; por lo cual, es necesario que los estudiantes adquieran y refuercen multiplicidad de habilidades que también son relevantes para la trayectoria laboral.

Los docentes no deben interesarse solo por los logros personales y las formas tradicionales del éxito académico, deben vincular la habilidad para pensar y actuar críticamente con el compromiso y la transformación social.

En consonancia con lo anterior, la investigación de Arias Ortiz et al. (2020) recalca la necesidad de definir claramente las habilidades socioemocionales que se deben enseñar y desarrollar en cada sistema educativo, al igual que los niveles de logro esperados y establecer los instrumentos de medición para evaluar el nivel de apropiación por parte de

los estudiantes, padres de familia y docentes.

De otra parte, cada día hay más evidencia de que no solo las habilidades relacionadas con el conocimiento son relevantes, sino también las habilidades socioemocionales tienen actualmente un peso importante. No obstante, aún son exiguos los esfuerzos para incorporarlas en los currículos como temática de formación en las escuelas. Entre las habilidades socioemocionales y las cognitivas existe una cooperación positiva, puesto que “se estimulan unas a otras y mejoran aún más la probabilidad que los estudiantes consigan resultados positivos en el futuro” (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos, 2015, p. 2).

Por otra parte, cabe mencionar que, aparte de incorporar en los currículos ejes temáticos referentes al desarrollo de capacidades y habilidades para la vida, se requiere hacer seguimiento, monitoreo y evaluación del nivel de aprehensión, aplicación y sostenimiento en el tiempo, para así garantizar los avances en la formación y el desarrollo de estas habilidades, particularmente en los estudiantes. Para tal efecto es necesario definir en el sistema de evaluación de la escuela indicadores no cognitivos tales como clima escolar, participación ciudadana, autoestima, motivación escolar, entre otros.

Para finalizar este punto, la Unesco planteó en su informe Delors (1996) diferentes alternativas para la educación del siglo XXI, destacando el papel de las emociones y la necesidad de educar las demandas emocionales del ser humano junto con su dimensión cognitiva, para lograr el desarrollo integral del estudiante y reducir la brecha de no correspondencia entre la formación que imparte la escuela y las demandas actuales del individuo y la sociedad.

DESAFÍOS PARA LA ESCUELA

Hasta aquí se examinó la fundamentación teórica de la educación positiva, se proporciona una visión general de las ventajas que produce la educación positiva aplicada en las aulas, puesto que favorece el clima escolar en positivo, propicia la consecución de mayores logros académicos y se posibilita el desarrollo de habilidades para el progreso social, posteriormente la revisión del tema se centró en esbozar los pilares estratégicos que se requiere implementar en las instituciones educativas para aplicar la educación positiva, como la formación continua a los docentes en educación emocional, educar emocionalmente a los estudiantes, sus padres de familia y resignificar el currículo.

A continuación, se presenta una visión general de algunos desafíos que tienen los sistemas educativos para catalizar la educación positiva.

EDUCADORES CUALIFICADOS EN EDUCACIÓN EMOCIONAL

Es preciso resaltar el desafío que tiene la escuela en cuanto a garantizar que los docentes se formen y tengan la capacidad de enseñar los temas fundamentales para la sociedad. Para el año 2030 la agenda de los objetivos de desarrollo sostenible en materia de políticas educativas estableció entre sus metas aumentar significativamente la cualificación de los docentes, para responder a la demanda creciente de los estudiantes a nivel cognitivo, pero también para propiciar un verdadero desarrollo personal del estudiante, puesto que, como lo mencionan Carbonero et al. (2011), los docentes que llegan con sus prácticas educativas a convertirse en figuras positivas en la vida de los estudiantes, como

motivadores, orientadores y asesores, son agentes socializadores que introducen cambios en su quehacer en aras de lograr educar en positivo.

Las universidades y sus facultades de educación tienen grandes desafíos para contribuir a cumplir con la agenda 2030 de los objetivos de desarrollo sostenible en cuanto a, lograr que en la formación inicial de los futuros docentes obtengan las competencias necesarias y coherentes con las necesidades de educación de esta sociedad globalizada y cada vez más demandante a nivel educativo.

Por otra parte, cobra importancia reflexionar acerca de si existe realmente alineación y coherencia entre los planes de estudio escolares sobre ciudadanía y los planes de formación docente sobre ciudadanía en la formación de pregrado y demás programas de capacitación que reciben los maestros.

AUTORIDADES EDUCATIVAS

A las autoridades educativas les corresponde tomar la iniciativa, asumir el compromiso para transformar la educación, lograr que los estudiantes se sientan satisfechos con la escuela. Para esto es necesario generar espacios que permitan escuchar el sentir y las percepciones que tienen los estudiantes de su escuela. Tal como lo mencionan (Pedraja-Rejas et al. (2016), estudiar los factores que influyen en el nivel de satisfacción de los estudiantes en sus escuelas es un tema de interés social y económico, ya que sus alcances implican consideraciones referidas a la calidad de la educación impartida, en el marco de una sociedad en la cual gran parte del desarrollo futuro de los países descansa en la formación del capital humano.

Es importante insistir que las instituciones educativas cuenten con personal formado para el acompañamiento de los talleres, organicen equipos interdisciplinarios en los que los diferentes actores aporten desde su saber experiencias que logren mejorar las competencias emocionales y ciudadanas en los estudiantes e involucren al núcleo familiar con el fin de contar con un apoyo decidido en este propósito (Díaz Gómez y Gutiérrez Restrepo, 2018, p. 81).

En coherencia con lo anterior, otro desafío fundamental es definir e implementar políticas educativas que involucren la obligatoriedad de realizar y financiar regularmente programas e intervenciones exitosas dirigidas a estudiantes a temprana edad, padres de familia y docentes, que permitan ser evaluadas y prioricen indicadores que diagnostiquen qué ocurre con las condiciones de vida y el nivel de bienestar actual de los estudiantes en la escuela, la familia y el contexto.

Por otra parte, el gran desafío que tienen las autoridades educativas en los ámbitos internacional y nacional es revalorizar el papel de las emociones en nuestra cultura escolar, tan importante como las habilidades cognitivas; teniendo en cuenta que ambas se retroalimentan y complementan, como lo afirma Goleman (2012), la influencia de los factores emocionales en nuestra vida es decisiva.

Si bien se están haciendo esfuerzos por garantizar el derecho a la educación y se insiste en el discurso de la calidad educativa, el clima socioeconómico no está garantizando empleo ni calidad de vida a los jóvenes, especialmente en las sociedades y familias menos privilegiadas. Por este motivo, el reto para los responsables de la formulación de las políticas educativas, al igual que para los directivos docentes, docentes y padres es promover el desarrollo de habilidades para lograr vidas más prosperas y felices.

TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN PARA POTENCIAR EL BIENESTAR EMOCIONAL

Las TC seguirán ofreciendo al sector educativo oportunidades, pero también riesgos digitales, especialmente para la niñez y a los adolescentes, sin embargo, a partir del proceso de formación obtenido en el marco de la maestría en educación con énfasis en ambientes virtuales de aprendizaje y la experiencia laboral en el sector educación, son innegables los beneficios que aportan las TIC a la educación, está claro que donde hay oportunidades también existen riesgos, por esto es pertinente reflexionar respecto a las TIC pueden contribuir a potenciar el bienestar emocional en los menores y adolescentes.

En un contexto social que cambia con tanta celeridad y más con la crisis sanitaria que a todos de una u otra forma nos afectó, las tecnologías de la información y comunicación (TIC) se convirtieron en el mejor aliado de las escuelas para dar continuidad a la prestación del servicio educativo. Así mismo, herramientas como WhatsApp, correos electrónicos, plataformas educativas y diversas aplicaciones para videoconferencias están posibilitando la comunicación, la interacción, la motivación, el intercambio de palabras de ánimo y positivismo, y permitiendo llevar a cabo actividades de prevención de riesgos de orden psicosocial, de promoción de mensajes positivos para ver de otra forma la abrumadora realidad de este momento coyuntural de la pandemia. Como lo aseveran Morales Popayán y Silva Rojas (2017), las investigaciones concluyen que el uso adecuado de las TIC en un ambiente de aprendizaje favorece de manera importante la autoestima de los adolescentes y desarrolla fortalezas personales para asumir con resiliencia los retos y adversidades de la vida.

Respecto a las TIC como herramienta para educar las emociones “Favorecer el aprendizaje de la educación emocional a través de las TIC de una manera activa, divertida y significativa puede resultar una estrategia inteligente” (Salazar, 2018, p. 32). En este sentido, la escuela debe capacitar los docentes en el uso y manejo de las TIC para hacer aprovechamiento de los distintos objetos digitales de aprendizaje desarrollados para trabajar las emociones, la disponibilidad de material interactivo, páginas interactivas, software educativo, plataformas, juegos educativos online y recursos multimedia que pueden utilizarse con estudiantes de todos los niveles.

Las TIC están en una línea divisoria de relación beneficio - riesgos, puesto que no cabe duda de los beneficios que aportan, no obstante, la preocupación y los temores está en tendencia creciente al igual que el debate por parte de las escuelas y los padres frente a las repercusiones negativas en el bienestar de los menores, puesto que cada vez son más los niños con acceso a dispositivos digitales, sin supervisión, por falta de tiempo y conocimiento por parte de los padres, lo cual los coloca en condiciones de vulnerabilidad frente a contenidos inapropiados, pérdida de la privacidad, acoso en línea, dependencia digital; sin embargo, no hay un consenso universal en las investigaciones realizadas sobre la incidencia de la digitalización en el bienestar de los niños, lo único claro es que las TIC llegaron para quedarse, creando nuevas oportunidades y también nuevos desafíos para todos. La tarea es mantener a los niños sanos y felices, pero también brindarles la oportunidad para que aprovechen los beneficios de la era digital. Protegerlos es una responsabilidad es compartida, no es exclusiva de ningún sector o actor; es necesario desarrollar en ellos habilidades, crear una cultura del autocuidado, hacer supervisión para minimizar los riesgos de afectación, se requiere de la colaboración y la cooperación entre

padres, maestros, la escuela, la sociedad civil, el sector privado y los gobiernos quienes son los encargados de la aplicación de la ley.

Ahora bien, en el contexto actual que se presenta por la pandemia del COVID-19, para reducir los impactos psicológicos adversos causados, condujo a intensificar y diversificar las estrategias de intervenciones preventivas, el seguimiento y acompañamiento emocional a los estudiantes mediante las tecnologías de la información y comunicación con recursos como el e-mail, llamadas telefónicas, chats, videoconferencias y mensajes de texto, en este sentido para De la Rosa et al.(2019) estas herramientas tecnológicas que integran técnicas interactivas y colaborativas se convierten en el mejor apoyo para que la escuela realice educación emocional y promueva el desarrollo de habilidades para la vida en los estudiantes y las familias.

La pandemia que se prolongó en el tiempo, sigue causando un efecto multidimensional a nivel económico, social con diversas repercusiones negativas en las personas, incluyendo niños, niñas, adolescentes y cuidadores, especialmente sobre la salud mental y el bienestar integral. Los menores se angustian fácilmente o lloran mucho, se enojan más que antes, irritables, ansiosas o ansiosos y/o tienen altibajos emocionales. La pandemia generó la pérdida de padres, madres y cuidadores, incrementó la violencia de diferentes formas contra los menores, aumento también la demanda de atención en salud mental, atención psicosocial, situaciones que esbozan Castillo y Marinho (2022) en la publicación de la CEPAL los impactos de la pandemia sobre la salud y el bienestar de niños y niñas en América Latina y el Caribe. Con el regreso presencial a las aulas, estas situaciones y los potenciales efectos también se han identificado en las escuelas.

CONCLUSIONES

En síntesis, la educación positiva es un modelo de educación, que aplica los principios y las investigaciones de la psicología positiva en el campo de la educación. Se fundamenta en el discurso de la psicología positiva que postula el bienestar integral como una meta fundamental en la vida del ser humano que se puede enseñar, en tanto que la escuela se configura como el escenario ideal, facilitador y promotor de la educación emocional como herramienta básica para el desarrollo humano y para consolidarse como el lugar donde también se aprende a ser feliz.

Investigaciones concluyen que la inserción de la educación positiva de manera planeada, organizada y continua en la escuela conlleva ventajas en el desarrollo de destrezas y habilidades en los estudiantes, imprescindibles para la vida en la sociedad actual, hace que se sientan bien, que aprendan mejor, lo cual favorece además el clima escolar en positivo, predice positivamente el logro de mejores aprendizajes, el buen desempeño académico y apalanca el progreso social del estudiante.

La escuela necesita crear e implementar de manera continua programas de intervención educativa, especialmente en contextos de alta vulnerabilidad social, dirigidos a estudiantes, familias y docentes como agentes educativos, para fomentar el desarrollo de habilidades que favorezcan el bienestar emocional, la salud mental, la felicidad y el desarrollo integral de los estudiantes. Es prioritario formar primero a las familias y los docentes puesto que son los modelos de comportamiento más cercanos para los estudiantes.

Las áreas que involucra la educación positiva (entre ellas la felicidad, la educación emocional, el optimismo, la creatividad, el humor, la motivación, la atención plena, las

fortalezas, la resiliencia, la gratitud, el entusiasmo y la autoestima) deben dejar de ser parte del currículo oculto y pasar a una intencionalidad reconocida por parte de la escuela, secuenciando la adquisición de competencias emocionales a lo largo del curriculum en todos los niveles del ciclo escolar.

Para promover, enseñar y generar bienestar emocional, felicidad y consolidar un clima escolar en positivo, la escuela debe ser emocionalmente competente, contar con docentes y directivos docentes con habilidades y destrezas que gesten su propio bienestar emocional, actúen como modelos educativos positivos, usen lenguaje positivo y tengan formación y actualización constante en educación emocional.

Los estudiantes son personas con valores, capacidades, necesidades, curiosidades, gustos, intereses, reflexividades; siempre tienen mucho que decir sobre su educación y aquello que los hace felices, merecen ser escuchados. La escuela debe respetar sus ideas y preferencias; además debe hacer que se sientan bien, que aprendan mejor; debe propiciar tiempo para la felicidad, ofrecer una educación generosa que les regale momentos alegres en su vida escolar y les enseñe a ser felices.

Es fundamental para la escuela diseñar y definir instrumentos de seguimiento y evaluación, para medir de manera válida y confiable el nivel de desarrollo de la educación emocional, las fortalezas personales, el clima escolar en positivo, la salud mental, el mejoramiento del rendimiento académico y la satisfacción de los estudiantes con la escuela, puesto que los resultados obtenidos en las mediciones le permitirán tomar decisiones y redireccionar su proyecto educativo institucional.

Se evidencia la necesidad de abordar otras líneas de investigación que determinen

en qué medida el sistema de educación y la escuela hoy en día promueven, generan oportunidades o limitan el desarrollo de mejores niveles de bienestar emocional, felicidad y satisfacción de los estudiantes con la educación que reciben. Los resultados permitirían a las autoridades educativas evaluar con mayor objetividad el desempeño de la escuela, el desempeño de los directivos docentes, los docentes y establecer relaciones con los resultados de pruebas saber, identificar necesidades futuras de programas de intervención e implementar acciones estratégicas para la consecución del desarrollo integral del estudiante y lograr educación de calidad.

Es necesario incrementar las investigaciones en torno a la influencia que tienen los contextos de los estudiantes para impulsar o limitar el desarrollo del bienestar emocional y la felicidad en la infancia y adolescencia temprana, identificar los puntos de encuentro y las relaciones con las habilidades que predicen en los estudiantes mayor probabilidad de éxito y resultados positivos en los ámbitos social, académico y laboral, para incorporarlas al currículo.

En la revisión de literatura a nivel mundial como a nivel de Latinoamérica y Colombia no se encontraron investigaciones respecto a cómo influye un docente que no ha desarrollado competencias en educación emocional en la vida académica y personal de los estudiantes en el presente y futuro.

En consonancia con las convergencias entre las diferentes investigaciones es insoslayable que se requiere repensar y transformar los fines de la educación, las pedagogías, el currículo, el papel de los maestros y la escuela.

Por otra parte en mi rol como agente educativo, considero que el primer paso que debe dar la escuela, para incorporar la educación positiva es cohesionar a los docentes,

directivos docentes y todos los miembros del gobierno escolar (consejo directivo, consejo académico, consejo de padres, consejo estudiantil) entorno a la necesidad de concebir la educación bajo un paradigma más humano, preocuparnos por el bienestar y la felicidad de los estudiantes y definir como propósito y filosofía institucional de la escuela, educar para la vida e incorporarlo como eje central del proyecto educativo institucional.

Finalmente, para configurar una escuela competente emocionalmente, centrada en la educación positiva, se requiere resignificar el manual de convivencia, el sistema de evaluación de institucional, el proyecto educativo institucional, los proyectos transversales, los proyectos de aula, las izadas de bandera, entorno a las fortalezas, no en los déficits, pero sí en las emociones positivas de los estudiantes, de tal manera que en cada escenario escolar en tiempo y lugar se construya bienestar, felicidad, se otorguen reconocimientos y estímulos a los estudiantes que desarrollen y ejerciten la creatividad, la curiosidad, la apertura mental, el amor por el aprendizaje, la perseverancia, la modestia, la prudencia, el autocontrol, el sentido del humor, la resiliencia, la integridad, el amor, la amabilidad, la capacidad de perdonar y la gratitud, que junto con la apropiación de las habilidades cognitivas será la muestra irrefutable que la escuela está generando un verdadero desarrollo integral del ser humano y una educación con sentido y de calidad.

REFERENCIAS

Acevedo Franco, H. (2017). *La estimulación de las emociones y la confianza en sí mismo como habilidades para la vida en estudiantes de la facultad de educación de la Universidad San Buenaventura Medellín* [tesis de maestría, Universidad de Manizales]. Repositorio Institucional Universidad de Manizales.
<http://ridum.umanizales.edu.co/xmlui/handle/20.500.12746/2821>

Agudelo Marín, C., Bohórquez Zuleta, M. M. y Galvis Betancur, Á. M. (2015). *Competencia en regulación emocional: una mirada desde la escuela* [tesis de doctorado, Universidad Católica de Pereira]. Repositorio Institucional UCP.
<http://repositorio.ucp.edu.co/handle/10785/3164>

Alfaro, J., Bilbao, M. A. y Oyanedel, J. C. (2015). *Bienestar Escolar y Logro Educativo. Un estudio panel en estudiantes de segundo medio*. Fondo de Investigación y Desarrollo en Educación-Ministerio de Educación de Chile.
<https://centroestudios.mineduc.cl/wp>

Arias Ortiz, E., Hincapié, D. y Paredes, D. (2020). Educar para la vida: El desarrollo de las habilidades socioemocionales y el rol de los docentes. Banco Interamericano de Desarrollo. <http://dx.doi.org/10.18235/0002492>

Barcelata Eguiarte, B. E. y Rivas Miranda, D. J. (2016). Bienestar psicológico y satisfacción vital en adolescentes mexicanos tempranos y medios. *Revista Costarricense de Psicología*, 35(2), 119-137.
<https://doi.org/10.22544/rcps.v35i02.04>

Berger, C., Milicic, N., Alcalay, L. y Torretti, A. (2014). Programa para el Bienestar y Aprendizaje Socioemocional en estudiantes de tercero y cuarto grado: descripción y evaluación de impacto. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 46(3), 169-177.
<https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S0120053414700202>

Bisquerra Alzina, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de investigación educativa*, 21(1), 7-43.

Bisquerra, R. (2011). *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*. Desclée de Brower.

Blanquicet Pestana, R. I., Gulfo Herrera, L. d. C. y Lobo Peña, A. M. (2019). *Incidencia de las relaciones escolares y familiares en la manifestación de la dimensión socioafectiva de los niños de grado quinto de la Institución Educativa Tres María de Cereté* [tesis de maestría, Universidad Pedagógica Nacional]. Repositorio Institucional Pedagógica.
<http://repository.pedagogica.edu.co/handle/20.500.12209/11399>

Cabello Cuenca, E., Pérez Escoda, N., Ros Morente, A. y Filella Guiu, G. (2019). Los programas de educación emocional happy 8-12 and happy 12-16. Evaluación de su impacto en las emociones y el bienestar. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 30 (2), 53-66. <https://repositori.udl.cat/handle/10459.1/67863>

Carbonero, M. Á., Martín-Antón, L. J. y Reoyo, N. (2011). El profesor estratégico como favorecedor del clima de aula. *European Journal of education and Psychology*, 4(2), 133-142. <https://www.redalyc.org/pdf/1293/129322659004.pdf>.

Cárdenas Carazo, A. (2020). *Programa de Intervención en Optimismo y Humor para reducir el Acoso Escolar* [tesis de maestría, Universidad de Jaén]. Repositorio Institucional UJA. <http://tauja.ujaen.es/handle/10953.1/12313>

Carranza Flores, A. M. (2020). Educación positiva para mejorar el bienestar personal de estudiantes universitarias. *Helios*, 3(2), 1-16. <http://200.62.226.189/Helios/article/view/1445>

Castillo, C., & Marinho, M. L. (2022). Los impactos de la pandemia sobre la salud y el bienestar de niños y niñas en América Latina y el Caribe: la urgencia de avanzar hacia sistemas de protección social sensibles a los derechos de la niñez.

Congreso de la República de Colombia. (2020, julio 23). Ley 2025. *Por medio de la cual se establecen lineamientos para la implementación de las escuelas para padres y*

madres de familia y cuidadores, en las instituciones de educación preescolar, básica y media del país, se deroga la Ley 1404 de 2010 y se dictan otras disposiciones.

Cordero Gómez, A. (2014). *El impacto de la actitud positiva sobre la capacidad de resolución de conflictos interpersonales en el aula en alumnos de educación básica* [tesis de maestría, Universidad Tecnológico de Monterrey]. RITEC.
<http://hdl.handle.net/11285/629938>

Czar, A., Kapelmayer, M., Kelmanowicz, V., Esteves, S. y Lozada, M. (2019). Intervenciones basadas en gratitud y optimismo reducen las interacciones sociales negativas en niños. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 28(5), 808-814.
<https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/103347>

De la Rosa Gómez, A., Jiménez, L. M., De la Rosa Montealvo, N. G. (2020). Intervenciones eficaces vía internet para la salud emocional en adolescentes: una propuesta ante la pandemia por COVID-19. *Hamut' ay*, 7(2), 2.

Díaz Gómez, A. L. y Gutiérrez Restrepo, P. A. (2018). *Educación y competencias emocionales y ciudadanas de los estudiantes de grado sexto de las IE La Asunción y Antonio Ricaurte de Medellín* [tesis de maestría, Universidad de Medellín]. Repositorio Institucional UDEM. <http://repository.udem.edu.co/handle/11407/4976>

- Delors, J. (1996). de la publicación: La Educación Encierra un Tesoro. *Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI. Laurus, 14(26), 136-167.*
- Estrada Araoz, E. G. y Mamani Uchasara, H. J. (2020). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior pedagógica. *Apuntes Universitarios, 10(4), 56-68.* <https://apuntesuniversitarios.upeu.edu.pe/index.php/revapuntes/article/view/491>.
- Farfán Castillo, L. J. (2019). *Educación de las emociones, la emergencia de un discurso* [tesis de maestría, Universidad Pedagógica Nacional]. Repositorio Institucional Pedagógica. <http://repositorio.pedagogica.edu.co/handle/20.500.12209/9892>
- Fernández-Sarabria, I. (2019). *Mindfulness y educación. Beneficios y aplicaciones educativas de la atención plena y su relación con el bachillerato internacional* [tesis de maestría. Universidad de Navarra]. Deposito académico digital Universidad de Navarra. <https://dadun.unav.edu/handle/10171/58259>
- Frías Armenta, M. y Barrios Gaxiola, M. I. (2016). Recursos que contribuyen al desarrollo positivo en jóvenes. *Escritos de Psicología, 9(3), 37-44.* <http://dx.doi.org/10.5231/psy.writ.2016.2911>
- Funes Cabrerizo, R. A. (2020). *Programa de intervención para mejorar las relaciones interpersonales y reducir el estrés escolar y familiar en el alumnado de Educación*

Primaria a través del sentido del humor [tesis de maestría, Universidad de Jaén].

Repositorio Institucional UJA. <http://tauja.ujaen.es/handle/10953.1/12314>.

García-Álvarez, D. y Soler, M. J. (2019). Programa creciendo fuertes: evidencias de su eficacia y satisfacción. *Revista Mexicana de Orientación Educativa*, 16(36), 1-19.

<http://remo.ws/wp-content/uploads/2019/07/325.DiegoGarcia.pdf>

García-Álvarez, D., Soler, M. J., Achard-Braga, L., Cobo-Rendón, R. (2020). Programa de psicología positiva sobre el bienestar psicológico aplicado a personal educativo.

Revista Electrónica Educare, 24(1), 370-393. <https://doi.org/10.15359/ree.24-1.19>

García Navarro, E. (2017). *Formación del profesorado en educación emocional: Diseño, aplicación y evaluación* [tesis de doctorado, Universitat de Barcelona]. Dipòsit

Digital de la Universitat de Barcelona.

<http://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/117225>

Garzón Gómez, M. P. (2016). *Maestros de corazón-programa de competencias*

socioemocionales para docentes [tesis de maestría, Universidad de los Andes].

Repositorio Institucional Uniandes.

<https://repositorio.uniandes.edu.co/handle/1992/13339>

Giménez Hernández, M. (2010). *La medida de las fortalezas psicológicas en adolescentes*

(VIA-Youth): relación con clima familiar, psicopatología y bienestar psicológico

[tesis de doctorado, Universidad Complutense de Madrid]. Repositorio Institucional Universidad Complutense de Madrid. <https://eprints.ucm.es/id/eprint/11578/>

Goleman, D. (2012). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam.

González Latorre, B. y Quintero Vargas, P. A. (2016). *Promoción del desarrollo de la conciencia emocional desde la primera infancia: Una estrategia clave para fomentar climas de aula positivos* [tesis de maestría, Universidad de la Sabana]. Repositorio Institucional Unisabana. <https://intellectum.unisabana.edu.co/handle/10818/25962?show=full>

Lacunza, A. B. y Contini, E. N. (2016). Relaciones interpersonales positivas: los adolescentes como protagonistas. *Revista Psicodebate. Facultad de Ciencias Sociales. Universidad de Palermo*, 16(21), 73-94. <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/58824>

Leguízamo Beltrán, R. M. (2018). *Significados de felicidad construidos por los docentes y estudiantes de grado 4º en el Colegio Cristóbal Colón Sede C: una aproximación fenomenológica desde los principios de la Educación Positiva* [tesis de maestría, Universidad de La Sabana]. Repositorio Institucional Unisabana. <https://intellectum.unisabana.edu.co/handle/10818/33126>

Leria, F. y Salgado, J. (2019). Efecto del clima social escolar en la satisfacción con la vida en estudiantes de primaria y secundaria. *Revista Educación*, 43(1).

<https://pdfs.semanticscholar.org/cd6e/5bc3404821503f8e46e51b14c176331643c7>.

Martos-Chica, M. (2020). “*Un perdón a tiempo.*” *Programa de intervención para disminuir los conflictos escolares trabajando la fortaleza del perdón* [tesis de maestría, Universidad de Jaén]. Repositorio Institucional UJA.

<http://tauja.ujaen.es/handle/10953.1/12315>

Martínez, M., Justicia, F. y de Haro, E. (2016). El papel del asertividad docente en el desarrollo de la competencia social de su alumnado. *Electronic journal of research in educational psychology*, 14(2), 310-332.

<https://www.redalyc.org/pdf/2931/293146873005>.

Morales Popayán, R. S. y Silva Rojas, R. M. (2017). *Las TIC como agente potenciador del desarrollo de la habilidad socioafectiva de autoestima* [tesis de doctorado, Universidad de La Sabana]. Repositorio Institucional Unisabana.

<http://hdl.handle.net/10818/30169>

Ocampo Pizano, M. d. P. y López, P. M. (2019). Impacto de la Educación Positiva en las fortalezas personales de estudiantes del primer semestre de la Maestría en Psicoterapia Gestalt del Centro Gestalt Oaxaca. *Revista de Investigación Educativa*

del Tecnológico de Monterrey, 9(18), 40-47.

<http://riege.mx/index.php/riege/article/view/509>

Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos. (2015). *Habilidades para el progreso social: el poder de las habilidades sociales y emocionales*.

<http://www.oecd.org/education/cei/skills-for-social-progress-executive-summary-spanish.pdf>

Pajarito Santana, S. I. (2016). *Reconocimiento de las emociones que se manifiestan en situaciones de agresión escolar en la básica primaria de una institución educativa distrital* [tesis de maestría, Universidad Pontificia Javeriana]. Repositorio Institucional UPJ. <https://repository.javeriana.edu.co/handle/10554/20423>

Pedraja-Rejas, L., Rodríguez-Ponce, E., Rodríguez Mardones, P., Ganga Contreras, F. y Villegas Villegas, F. (2016). Determinantes del grado de satisfacción de los estudiantes en sus colegios: un estudio exploratorio desde Chile. *Interciencia*, 41(6), 401-406. <https://www.redalyc.org/pdf/339/33945816005.pdf>.

Perandones González, M. T., Herrera Torres, L. y Lledó Carreres, A. (2014). Fortalezas y virtudes personales del profesorado y su relación con la eficacia docente. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 7(1), 141-150. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v7.785>

Pérez-Escoda, N., Berlanga Silvente, V. y Alegre Roselló, A. (2019). Desarrollo de competencias socioemocionales en educación superior: evaluación del posgrado en educación emocional. *Revista de pedagogía*, 71(1), 97-113.

<https://doi.org/10.13042/Bordon.2019.64128>

Peterson, C. y Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. American Psychological Association.

Quiceno, J. M. y Vinaccia, S. (2014). Calidad de vida en adolescentes: Análisis desde las fortalezas personales y las emociones negativas. *Terapia psicológica*, 32(3), 185-200. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082014000300002>

Romo-González, T., Ehrenzweig, Y., Sánchez-Grácida, O. D., Enríquez-Hernández, C. B., López-Mora, G., Martínez, A. y Larralde, C. (2013). Promoción de la felicidad y bienestar individual de estudiantes universitarios producto de una intervención en educación positiva. *Journal of behavior, health & social issues (México)*, 5(2), 79-102. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-07802013000200006

Salazar Fernández, R. M. (2018). *TIC y Emociones en Educación Infantil: Una propuesta didáctica* [tesis de maestría, Universidad Internacional de la Rioja].

<https://reunir.unir.net/handle/123456789/6803>

Sánchez Álvarez, C. (2011). Desarrollo positivo adolescente y educación socioemocional en Secundaria Obligatoria [tesis de maestría, Universidad de Cantabria]. Repositorio Institucional UniCan.

<https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/1884/S%C3%A1nchez%20Alvarez%2C%20Carmen.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Salgado Lévano, A. C. (2009). Felicidad, resiliencia y optimismo en estudiantes de colegios nacionales de la ciudad de Lima. *Liberabit*, 15(2), 133-141

http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272009000200007&script=sci_arttext&tlng=en

Santos Guerra, M. Á. (2010). La formación del profesorado en las instituciones que aprenden. *Revista Interuniversitaria de formación del profesorado*, 24(2), 175-200.

<https://www.redalyc.org/pdf/274/27419198009.pdf>

Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and wellbeing*. Free Press.

Sibrián Escobar, L. A. (2017). Expectativas de la formación universitaria desde la perspectiva de los estudiantes. *Diá-logos*, (19), 25-37.

<https://doi.org/10.5377/dialogos.v0i19.5481>

Trigueros Ramos, R. y Navarro Gómez, N. (2019). La influencia del docente sobre la motivación, las estrategias de aprendizaje, pensamiento crítico y rendimiento académico de los estudiantes de secundaria en el área de Educación Física. *Psychology, Society and Education*, 1(11), 137-150.
<http://repositorio.ual.es/handle/10835/6934>

Organización de las Naciones Unidas para la Cultura, las Ciencias y la Educación. (2015). *Mejorar aprendizajes en la educación obligatoria. Políticas y actores.*