

**Desarrollo De Competencias Emocionales Mediadas Por El Uso Pedagógico De Las TIC:  
Investigación Evaluativa En Estudiantes De Grado Noveno De Dos Instituciones  
Educativas Públicas De Antioquia.**

Yenyfer Tatiana Botero Taborda

María Fernanda Arias

Universidad Pontificia Bolivariana

Escuela de educación y pedagogía

Facultad de educación

Maestría en educación virtual con énfasis en ambientes de aprendizaje mediados por TIC

Medellín, Colombia

2023

**Desarrollo De Competencias Emocionales Mediadas Por El Uso Pedagógico De Las TIC:  
Investigación Evaluativa En Estudiantes De Grado Noveno De Dos Instituciones  
Educativas Públicas De Antioquia.**

Yenyfer Tatiana Botero Taborda

María Fernanda Arias

Trabajo de grado para optar al título de Magíster en Educación

Asesora

Ana María Arias Cardona

Psicóloga

Especialista en Psicología Clínica, énfasis: salud mental

Magíster en Educación y Desarrollo Humano

Doctora en Ciencias Sociales: niñez y juventud

Universidad Pontificia Bolivariana

Escuela de educación y pedagogía

Facultad de educación

Maestría en educación virtual con énfasis en ambientes de aprendizaje mediados por TIC

Medellín, Colombia

2023

**Junio 2023**

**Declaración de originalidad**

Yenyfer Tatiana Botero Taborda

María Fernanda Arias

Declaro que este trabajo no ha sido presentado con anterioridad para optar a un título, ya sea en igual forma o con variaciones, en esta o en cualquier otra universidad.

Firma del autor (es)

Yenyfer Tatiana Botero

YENYFER TATIANA BOTERO TABORDA

CC.1152689509

María Fernanda Arias.

MARIA FERNANDA ARIAS

CC. 43251222

## **Agradecimientos**

A los estudiantes del grado noveno de la Institución Educativa José Antonio Galán, por su interés, motivación y participación en este proyecto de investigación. A mi familia por la motivación y el acompañamiento en mis procesos formativos.

Yenyfer Tatiana Botero Taborda

Le agradezco al amor y a la fortaleza infinita de mi madre y de Stella. Al compromiso de los estudiantes del grado noveno de la Institución Educativa Rural Presbítero Jesús Antonio Gómez.

María Fernanda Arias

## Contenido

Resumen .....	8
Introducción .....	10
Materiales y métodos .....	18
Fase 1: La evaluación del contexto .....	20
Fase 2: La evaluación de entrada.....	20
Fase 3: La evaluación del proceso .....	22
Fase 4: La evaluación del producto .....	22
Resultados.....	24
Bloque: Conciencia emocional .....	25
Competencia: Toma de conciencia de las propias emociones .....	25
Competencia: Toma de conciencia de las emociones de las demás personas .....	29
Competencia: Dar nombre a las emociones.....	33
Competencia: Empatía .....	35
Bloque: Regulación emocional.....	39
Competencia: Expresión emocional.....	39
Competencia: regulación de emociones y sentimientos .....	47
Competencia: regulación de la ira para la prevención de la violencia .....	51
Discusión y conclusiones .....	57
Referentes .....	63
Anexos.....	75

## Lista de tablas y figuras

### Tablas

Tabla 1.....	23
--------------	----

### Figuras

Figura 1.....	14
Figura 2.....	27
Figura 3.....	32
Figura 4.....	32
Figura 5.....	35
Figura 6.....	38
Figura 7.....	41
Figura 8.....	46
Figura 9.....	47
Figura 10.....	48
Figura 11.....	48
Figura 12.....	53
Figura 13.....	54

**Lista de anexos**

Anexo A.....	75
Anexo B.....	75
Anexo C.....	78
Anexo D.....	80
Anexo E.....	81
Anexo F.....	88
Anexo G.....	89
Anexo H.....	89
Anexo I.....	90
Anexo J.....	90

## Resumen

En esta investigación se propuso caracterizar la contribución del uso de las TIC como estrategia pedagógica para desarrollar competencias emocionales en los estudiantes del grado noveno, de la Institución Educativa José Antonio Galán de La Estrella y la Institución Educativa Rural Jesús Antonio Gómez de El Santuario del departamento de Antioquia por medio de la implementación de una propuesta de intervención desde el área de ciencias sociales.

Para esta investigación se utilizó como base teórica el Modelo Pentagonal de Competencias Emocionales del GROPE (Grupo de Investigación en Orientación Psicopedagógica). Allí clasifican las competencias en cinco bloques principales: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y competencias para la vida y el bienestar. De este modelo se seleccionó el bloque Conciencia emocional y de él las siguientes competencias: toma de conciencia de las propias emociones, toma de conciencia de las emociones de las demás personas, dar nombre a las emociones y empatía y del bloque Regulación emocional las siguientes competencias: expresión emocional apropiada, regulación de emociones y sentimientos y regulación de la ira para la prevención de la violencia.

Con el propósito de aportar a la formación integral de los estudiantes del grado noveno, se consideró pertinente desarrollar una propuesta de intervención enfocada en las competencias emocionales donde se integra el saber, el saber hacer, el saber estar y el saber ser con el fin de mejorar las relaciones interpersonales, la convivencia escolar, el rendimiento académico y el bienestar personal y colectivo.

Esta investigación se realizó bajo un diseño cualitativo, a partir del método de investigación evaluativa desarrollando las 4 fases de este proceso de investigación. En la fase preliminar se realizó un análisis de contexto y una revisión documental. En la fase de desarrollo se elaboró e implementó el pretest y primer grupo focal. En la fase de continuidad se diseñó e implementó la propuesta de intervención y en la fase de valoración se aplicó el posttest y se desarrolló el grupo

focal con el objetivo de analizar los cambios surgidos en las competencias emocionales de cada uno de los estudiantes y valorar el impacto y la pertinencia de la propuesta de intervención.

A partir de los resultados obtenidos, se logró concluir que el uso de las TIC como estrategia pedagógica influyó en el desarrollo de las competencias emocionales en los estudiantes, debido a que están presentes en su cotidianidad, tienen un carácter llamativo y ameno, permiten otras formas de socialización, comunicación y construcción del conocimiento, sin embargo, es importante fortalecer en ellos el buen uso de las TIC ya que pueden generar o detonar situaciones conflictivas cuando no se utilizan de manera responsable.

**Palabras clave:** competencias emocionales, conciencia emocional, regulación emocional, adolescentes, estudiantes de secundaria, uso pedagógico de las TIC.

---

\* Historiadora de la Universidad Nacional de Colombia sede Medellín, docente de la Institución Educativa José Antonio Galán del Municipio de la Estrella – Antioquia. Correo: tatiana.botero1219@gmail.com

\*\* Historiadora de la Universidad Nacional de Colombia sede Medellín, docente de la Institución Educativa Jesús Antonio Gómez del Municipio del Santuario – Antioquia. Correo: mariafernandaarias2012@gmail.com

## Introducción

La educación en las últimas décadas se ha visto influenciada por los cambios tecnológicos, científicos, sociales y comunicativos que han demostrado la necesidad de desarrollar no solamente el aspecto cognitivo en los procesos de enseñanza y aprendizaje en las escuelas, sino que además es relevante la formación integral de los estudiantes desde otros ámbitos como el emocional y el social.

Por consiguiente, la sociedad del siglo XXI exige ciudadanos con una formación integral que sean capaces de enfrentar los desafíos de un mundo globalizado, donde el exceso de información, las nuevas formas de comunicación e interacción con los otros requiere que la escuela no centre sus procesos de enseñanza en el aspecto cognitivo, sino que implemente la educación emocional para potenciar el desarrollo de las competencias emocionales y contribuir así al desarrollo humano integral.

De hecho, Gardner (1993) desde su teoría de las inteligencias múltiples, pone en discusión la existencia de un único tipo de inteligencia y propone la inteligencia intrapersonal como la capacidad de identificar, entender y procesar las propias emociones y la inteligencia interpersonal que permite relacionarse con los otros. (p.189) Por su parte, Goleman (1995) en su modelo de Inteligencia emocional, reconoce el papel que cumplen las emociones en la vida interior y en las relaciones con los demás y por ello plantea la necesidad de aplicar la inteligencia al manejo de las emociones. (p.60)

De la misma forma, Bar-On (1997) describe la inteligencia emocional como el conjunto de competencias, habilidades y facilitadores emocionales y sociales interrelacionados que permiten comprendernos y expresarnos, comprender a los demás, relacionarnos con ellos y enfrentar las exigencias del medio. Cabe resaltar, que este autor desarrolló un test orientado a la medición de la inteligencia emocional y posteriormente realizó un manual para interpretarlo. (p.14)

Asimismo, Mayer y Salovey (1997), desde su modelo de habilidad definen la Inteligencia emocional como la capacidad de monitorear los sentimientos y las emociones propias y de los demás, discriminar entre ellos con el propósito de guiar el pensamiento y las acciones para resolver problemas y regular las conductas (p.5). Además, evaluaron y midieron el constructo de inteligencia emocional y sus posibles aplicaciones en el contexto educativo. Diseñaron el modelo de cuatro ramas haciendo referencia a las cuatro habilidades que comprendían a la inteligencia emocional, como la regulación reflexiva de las emociones, la comprensión y análisis de las emociones, la facilitación emocional del pensamiento y la percepción, evaluación y expresión de las emociones (Fernández y Extremera, 2005, p.68).

Los autores que han investigado sobre la inteligencia emocional coinciden en que ésta debe superar la medición y la descripción en contextos específicos para buscar una vinculación práctica por medio del desarrollo de las competencias emocionales (Weinert, 2004; Zadel, 2006, como se citó en Moraleda 2015, p.150) articulándolas a través de la educación emocional. Por su parte, López Cassá, et al. (2018) plantean que el “concepto de inteligencia pierde su interés frente al de competencia, ya que el primero se refiere a una cualidad o característica psicológica relativamente estable, mientras que la competencia emocional es susceptible de ser desarrollada” (p. 59), durante todas las etapas de desarrollo de los seres humanos ya que les permite la incorporación a la sociedad en la que viven.

De la misma manera, algunas organizaciones internacionales como la Organización Mundial de la Salud (OMS,1993), Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning (CASEL, 2013), el Banco Interamericano de Desarrollo (BID,2020), la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2021), y Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2022); resaltan la importancia de desarrollar las habilidades sociales y emocionales para el bienestar físico, social y mental de los adolescentes, invitando a las escuelas a asumir la responsabilidad ética y social de incluirlas en sus currículos para brindar a los estudiantes herramientas que les permitan comprender y buscar soluciones de

manera asertiva a los cambios y las crisis que se viven en la escuela, la familia, la comunidad y la sociedad (Arias, et al., 2020, p.5) y su incidencia en las emociones, actitudes y comportamientos de los estudiantes.

En cuanto al ámbito nacional desde el Ministerio de Educación Nacional (MEN), las competencias emocionales son reconocidas desde el año 2004 con la publicación de los estándares básicos de competencias ciudadanas en donde se definen como “las habilidades necesarias para la identificación y respuesta constructiva ante las emociones propias y las de los demás” (MEN, 2004, p.13).

A finales del año 2021 el MEN publicó unas secuencias didácticas llamadas “Paso a paso. Estrategia de formación Competencias Socioemocionales en la Educación Secundaria y Media”, con el propósito de brindar herramientas a los docentes y estudiantes para promoverlas en el aula (MEN, 2021). Recientemente, se radicó la ley 438 de 2021 en el Congreso de la República de Colombia en la cual se crea y se implementa la cátedra obligatoria de educación emocional en todas las instituciones educativas de Colombia en los niveles preescolar, básica y media con el propósito de fortalecer y potencializar habilidades en los niños, niñas y adolescentes para que contribuyan a la solución pacífica de los conflictos y a la prevención de conductas de riesgo y problemas que afectan su bienestar emocional.

Por lo tanto, las instituciones educativas requieren implementar propuestas pedagógicas encaminadas al desarrollo humano (Camacho y Pérez, 2019; Cejudo, et al., 2019) para contribuir a la formación integral de los estudiantes y puedan desenvolverse de manera crítica, responsable y autónoma ante los desafíos que se presentan en la actual sociedad de la información. Por su parte, Goleman (1995) afirma que la escuela puede brindar enseñanzas de vida para transformar los momentos de crisis personal en lecciones de aptitud emocional por medio de programas de alfabetización emocional, que, a su vez, pueden mejorar el rendimiento académico y el interés por el aprendizaje de los estudiantes. (p.322)

Igualmente, los docentes, en su rol de agente socializador deben garantizar la formación basada en competencias que integren el saber, el saber hacer y el saber ser en los estudiantes para que actúen de manera favorable en el contexto en que se desenvuelven. En este sentido, “desde los primeros años de escolaridad debe iniciar no solo un proceso de adquisición de conocimientos sino además en lo axiológico, donde la apropiación y vivencia de valores vayan entrelazados con lo cognitivo” (Rodríguez, et al., 2017, p. 25); de ahí la importancia de la educación emocional tanto en niños como adolescentes para adquirir aprendizajes a lo largo de la vida.

Diversos autores en sus investigaciones han reconocido la importancia de la educación emocional y los cambios que pueden generar al incluirla en los currículos y prácticas pedagógicas en todos los niveles educativos (Arias, et al., 2020; Balda, 2019; Berástegui, 2015; Bisquerra y Hernández, 2017; Bisquerra, 2003; Bisquerra y Pérez, 2012; Buelvas, 2020; Cifuentes, 2017; Cobos, et al., 2018; Estévez, y Jiménez, 2017; Garcia-Blanc, et al., 2022; Gómez y Calleja, 2016; Gutiérrez-Torres y Buitrago-Velandia, 2019; Isidro y Muriel, 2020; Juárez y Fragoso, 2019; López-Cassá, et al., 2018; Márquez-Cervantes y Gaeta-González, 2017; Moraleda, 2015; Mórtigo y Rincón, 2018; Pérez y Filella, 2019; Rodríguez, 2019; Ros-Morente, et al., 2017; Santander, et al., 2020; Serna, y Sánchez, 2017) debido a que ésta genera efectos positivos en el reconocimiento de las emociones propias y las de los demás, la comunicación asertiva, la gestión de conflictos, la toma de decisiones, el rendimiento académico y la regulación de las emociones.

Respecto a la educación emocional, se entiende como un “proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona con objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social” (Bisquerra, 2003, p. 27). Esta propuesta educativa busca dar respuestas a problemáticas y necesidades sociales que comúnmente han sido desatendidas por las instituciones educativas y la mayoría de las

asignaturas académicas, tales como conflictos en el aula de clase, agresiones físicas, verbales y psicológicas, acoso escolar, entre otras.

Las competencias emocionales son “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales” (Bisquerra y Mateo, 2019, p. 36). Sí bien existen varios modelos y propuestas de competencias emocionales, para esta investigación se utilizó como base teórica el Modelo Pentagonal (Figura 1) de Competencias Emocionales del Grupo de Investigación en Orientación Psicopedagógica (GROP) de la Universidad de Barcelona. De acuerdo con este modelo, las competencias emocionales se clasifican en cinco bloques: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y competencias para la vida y el bienestar.

### Figura 1

*Modelo pentagonal del GROP*



*Nota.* La figura muestra el modelo pentagonal de competencias emocionales del modelo planteado por el GROP. Fuente: Bisquerra, F., y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. p.70.

De este modelo se seleccionaron para la investigación el bloque Conciencia Emocional y de él las siguientes competencias: toma de conciencia de las propias emociones, toma de conciencia de las emociones de las demás personas, dar nombre a las emociones y empatía, además, el bloque Regulación Emocional y de él las siguientes competencias: expresión

emocional apropiada, regulación de emociones y sentimientos y regulación de la ira para la prevención de la violencia (Bisquerra y Mateo, 2019, p. 36) con el propósito de identificar e intervenir algunas problemáticas y conflictos que afectan al grado noveno de dos instituciones educativas públicas de Antioquia.

Las instituciones educativas que hacen parte de esta investigación son la I.E. José Antonio Galán del municipio de La Estrella y la I.E.R. Jesús Antonio Gómez del municipio de El Santuario. En ambos contextos educativos se presentan situaciones relacionadas con el desconocimiento de los estudiantes para reconocer y nombrar sus emociones y las de los demás, miedo y vergüenza para expresar sus ideas y opiniones frente a compañeros y docentes, además algunas manifestaciones de intolerancia que se evidencian en comportamientos y expresiones, muchas veces normalizadas, hacia sus compañeros que inciden negativamente en el aprendizaje, en el estado emocional, la convivencia y la capacidad para relacionarse de manera armónica con lo demás.

Por otro lado, se han identificado situaciones de agresividad física, verbal, gestual y psicológica entre estudiantes y docentes, bullying, cyberbullying y uso inadecuado de las redes sociales, que causan apatía o desinterés en los estudiantes por su proceso académico y formativo y la incapacidad para trabajar de manera cooperativa ya sea por la dificultad que tienen los estudiantes para comprender y regular sus propias emociones frente a ciertas situaciones, las percepciones que tienen sobre los otros y la falta de empatía para entender las particularidades cognitivas, emocionales y personales de sus compañeros.

Las problemáticas anteriores posiblemente pueden relacionarse con la falta de articulación de las competencias emocionales en los currículos, el incumplimiento de los comités de convivencia escolar para desarrollar y promover programas de prevención y mitigación de la violencia escolar, la poca flexibilidad de los modelos pedagógicos institucionales para fortalecer las competencias ciudadanas en los procesos de enseñanza y aprendizaje, así como la

indiferencia y el desconocimiento de los docentes para incorporar desde sus áreas y prácticas pedagógicas la educación emocional.

En este sentido, para aportar a la formación integral de los estudiantes del grado noveno, se busca fomentar la educación basada en competencias emocionales debido a que este modelo educativo le permite al estudiante convertirse en protagonista de su proceso formativo, integrando el saber, el saber hacer, el saber estar, el saber ser y “como consecuencia se mejora la convivencia, el rendimiento y el bienestar” (Bisquerra y Mateo, 2019, p.35). Para llevar a cabo el proyecto, se plantea diseñar y desarrollar una propuesta pedagógica mediada por el uso de las TIC en ambas instituciones, debido a la influencia que éstas tienen en la vida cotidiana de los estudiantes y en las ventajas que representan para potenciar los procesos de enseñanza y crear entornos de aprendizaje más dinámicos e interactivos, facilitando el trabajo en equipo y las relaciones interpersonales (Coll, 2008, p.117).

Se han revisado algunas investigaciones internacionales, nacionales y locales que se enfocan en desarrollar las competencias emocionales mediante el uso pedagógico de las TIC en diferentes niveles educativos (Aranda, 2019; Camacho y Pérez, 2019; Carvajal, 2020; Cejudo, et al., 2019; Espinoza y Rodríguez, 2017; Fernández, et al., 2020; Filella, et al., 2018; Giraldo, 2018; Maldonado, 2018; Melo-Solarte, y Díaz, 2018; Morales y Silva, 2017; Ortiz-Colón, et al. 2018; Palacios-Núñez, y Deroncele-Acosta., 2021; Rodríguez, et al; 2017; Rojas, 2019; Sangrador, 2019; Serrano-Puche, 2016) en las que se reconoce la importancia y la diversidad de herramientas y recursos tecnológicos que contribuyen a incrementar la motivación e interés de los estudiantes por su proceso de aprendizaje debido a su carácter interactivo, novedoso y agradable.

Los autores anteriormente mencionados afirman que el uso de plataformas virtuales, de herramientas de aprendizaje como la gamificación, el uso de las redes sociales y la creación de ambientes virtuales de aprendizaje utilizados con fines pedagógicos, pueden generar impactos significativos y positivos en la convivencia escolar, la resolución de conflictos de manera asertiva

y pacífica, mejorar las relaciones interpersonales y potenciar el trabajo colaborativo de los estudiantes.

De acuerdo con las posibilidades que tiene la educación emocional y el uso pedagógico de las TIC para dar respuesta a las exigencias de la sociedad actual y aportar a la formación integral de los estudiantes, se considera pertinente preguntar ¿Cuál es la contribución del uso de las TIC como estrategia pedagógica para desarrollar competencias emocionales en estudiantes del grado noveno de dos instituciones educativas públicas de Antioquia?

Por ello, el objetivo principal de esta investigación es caracterizar la contribución del uso de las TIC como estrategia pedagógica para desarrollar competencias emocionales en los estudiantes del grado noveno, de la Institución Educativa José Antonio Galán de La Estrella y en la Institución Educativa Rural Jesús Antonio Gómez de El Santuario del departamento de Antioquia por medio de la implementación de una propuesta pedagógica mediada por el uso de las TIC desde el área de ciencias sociales.

A partir de las problemáticas de ambas instituciones, se proponen como objetivos específicos:

- Identificar dos competencias emocionales: Conciencia emocional y Regulación emocional previas que poseen los estudiantes del grado noveno.
- Implementar en ambas instituciones una propuesta pedagógica mediada por el uso de las TIC desde el área de ciencias sociales, utilizando el computador y el celular como herramientas tecnológicas para desarrollar las actividades.
- Evaluar la contribución de la propuesta pedagógica en el desarrollo de las competencias emocionales de los estudiantes del grado noveno de dos instituciones educativas de Antioquia.

De esta manera, se propone desde el área de ciencias sociales aportar a la formación integral de los adolescentes, quienes experimentan una serie de cambios biológicos, intelectuales y psicológicos (Colom y Fernández, 2009, p.239) que inciden en la adquisición de

su autonomía personal, en las relaciones que construyen con los otros, y la oportunidad de desarrollar o potenciar el ámbito cognitivo, emocional, afectivo, social y cultural.

### **Materiales y métodos**

En esta investigación se utilizó el enfoque cualitativo ya que permite explorar, describir y comprender de manera intuitiva con base en hipótesis formuladas, cómo los estudiantes construyen y entienden su realidad a partir de un marco normativo inherente al ordenamiento social, el cual, se trasmite en el hogar, la escuela y los medios de comunicación masiva (Bonilla-Castro y Rodríguez, 2005, p.119). Además, el enfoque cualitativo se basa en recolectar datos no estandarizados con el propósito de obtener perspectivas o puntos de vista de los participantes como sus emociones, prioridades, experiencias, significados y otros aspectos subjetivos y analizar las interacciones entre individuos, grupos y colectividades (Hernández-Sampieri, 2014, p.8). Adicional a ello los datos cualitativos son descripciones detalladas de situaciones, eventos, personas, interacciones y conductas (Patton, 2011 como se citó en Hernández-Sampieri, 2014, p.9). Por su parte, para Marshall y Rossman (1999):

El proceso de la investigación cualitativa consiste en: a) la inmersión en la vida cotidiana de la situación seleccionada para el estudio, b) la valoración de la perspectiva de los participantes sobre sus propios mundos, y c) la investigación como un proceso interactivo entre el investigador y los participantes, donde se priorizan las palabras de las personas y su comportamiento observable como datos primarios (como se citó en Vasilachis, 2006, p. 25).

Sin embargo, para darle rigurosidad a la investigación es necesario interpretar las palabras de los participantes por medio del desarrollo de un concepto, un modelo o una teoría. En este sentido, fue posible analizar la interacción que llevan a cabo los estudiantes en el contexto escolar, donde comparten conocimientos, significados, emociones, comportamientos habituales y problemáticos que permiten hacer visible sus realidades y transformaciones a medida

que se convierten en representaciones por medio de diversos instrumentos de interpretación como anotaciones, grabaciones en audio y vídeo, documentos, entre otros.

En cuanto al método se consideró que la investigación evaluativa era la más pertinente debido a que es un tipo de investigación aplicada que no pretende descubrir el conocimiento, sino obtener información para planificar, diseñar y ejecutar un programa con miras a intervenir una problemática específica en un determinado contexto social, teniendo en cuenta las predicciones y resultados para brindar futuras recomendaciones (Suchman, 1967, p.119 como se citó en Correa, et al; 1996, p. 31). Es decir, la investigación evaluativa permitió obtener información acerca del nivel de desarrollo que poseían los estudiantes respecto a los siguientes bloques: conciencia emocional y regulación emocional y los cambios surgidos en las mismas después de llevar a cabo la propuesta de intervención pedagógica mediada por el uso de las TIC.

Tal como afirma Ruthman (1977), la investigación evaluativa es el proceso de utilizar procedimientos científicos con el fin de recolectar información y evidencias válidas de los resultados o efectos que produce la aplicación de un programa o actividades específicas en un determinado contexto social (como se citó en Alvira, 1985, p. 130). En este caso se diseñó y se aplicó una propuesta de intervención desde el área de ciencias sociales mediada por el uso pedagógico de las TIC para desarrollar las competencias emocionales seleccionada en los estudiantes del grado noveno.

Para Escudero (2016), la investigación evaluativa se enmarca en un contexto de cambio social, orientado hacia la resolución práctica de problemas, más allá de la descripción y construcción teórica (p.3), es decir, propone alternativas para la gestión y la planificación, la solución de problemas y la construcción práctica de programas, dentro de la tradición investigadora aplicada. En suma, la investigación evaluativa se aplica en un contexto y el evaluador utiliza el conocimiento teórico en la resolución de problemas prácticos, jugando el

importantísimo papel de facilitador de la integración de la investigación básica y la práctica (Urban & Trochim, 2009 como se citó en Escudero, 2016, p. 3).

Para llevar a cabo la investigación, se tuvo en cuenta el modelo CIPP (contexto, input, proceso, producto). El CIPP como estrategia no se enfoca en la realización de un estudio individual “sino más bien en proporcionar unos servicios de evaluación continua para la toma de decisiones de una institución determinada” (Stufflebeam, 1993, p.190). De hecho, la finalidad más importante de una evaluación no consiste en demostrar sino en perfeccionar programas que contribuyan a intervenir problemáticas o necesidades de las instituciones educativas que son objeto de esta investigación.

A continuación, se describirán las cuatro fases del proyecto de investigación basadas en el modelo CIPP:

**Fase 1: La evaluación del contexto.** Se hizo una revisión en el Proyecto Educativo Institucional (PEI) de ambas instituciones en el año 2022 para identificar la incorporación de normas y leyes relacionadas con la convivencia escolar y prevención de la violencia, además una indagación de los currículos, proyectos transversales y programas extracurriculares encaminados al desarrollo de competencias emocionales en cada institución.

**Fase 2: La evaluación de entrada.** Para esta investigación se diseñó un cuestionario con 35 preguntas cerradas con opciones de respuesta en una escala tipo Likert de 5 opciones, correspondiendo a: 1. Siempre, 2. Casi siempre, 3. Algunas veces, 4. Muy pocas veces, 5. Nunca, con la intención de identificar las necesidades, comportamientos, reacciones generales e individuales, así como el nivel de desarrollo de competencias emocionales en los estudiantes antes de aplicar la propuesta pedagógica mediada por el uso de las TIC.

Se utilizó la herramienta googleforms para realizar el pretest en formato digital (ver anexo A) que se aplicó a 20 estudiantes del grado noveno de cada una de las instituciones, elegidos de manera aleatoria y voluntaria entre hombres y mujeres con edades que oscilaban entre 13 y 17 años. Posteriormente se realizó un grupo focal inicial (ver anexo B) con 10 estudiantes por cada

institución educativa, quienes fueron seleccionados de acuerdo con sus altos o bajos resultados en el pretest de las competencias emocionales y su interés por participar de manera voluntaria en la siguiente fase de investigación.

A los estudiantes que participaron en los diferentes procesos de la investigación se les informó con anterioridad el planteamiento del problema y los objetivos del proyecto. Además, por su condición de menores de edad, se les solicitó leer y diligenciar el asentimiento (ver anexo C) y el consentimiento informado con sus padres de familia y/o acudientes (ver anexo D) en el que manifestaron aceptar o rechazar la aplicación de cuestionarios, entrevistas, fotografías, videos y audios.

Cabe resaltar que la participación de los estudiantes fue voluntaria y se protegió su confidencialidad y privacidad en torno a las respuestas consignadas en los cuestionarios, ya que “el objetivo del investigador es avanzar en el conocimiento, y esta meta no lo exonera de salvaguardar los derechos de los implicados y de asegurar que su bienestar físico, social y psicológico no se vea afectado” (Galeano, 2004, p.83).

Como técnica de recolección de datos se eligió el grupo focal porque “constituye un espacio público ideal para comprender las actitudes, las creencias, el saber cultural y las percepciones de una comunidad, en relación con algún aspecto particular del problema que se investiga” (Gaskel, 2000 como se citó en Bonilla-Castro y Rodríguez, 2005, p. 191). Según Johnson (1996) los grupos focales permiten que los participantes tomen conciencia de sus problemáticas diarias, y de esa manera forman con ello una identidad colectiva que los motive a proponer alternativas de transformación social y posibles soluciones a sus problemas (como se citó en Benavides, et al., 2022 p.176).

En los grupos focales se observaron las interacciones y los procesos que ocurrieron dentro de cada grupo en torno a un tema en común, lo que permitió entender el contexto, explorar el rango de actitudes, opiniones, comportamientos, consensos y desacuerdos en relación con el planteamiento del problema (Bonilla-Castro y Rodríguez, 2005, p.193). A partir de la información

recolectada en el grupo focal inicial se realizó un análisis comparativo de ambas instituciones poniendo de manifiesto las necesidades, los vacíos, las tendencias y las problemáticas relacionadas con las competencias emocionales, estableciéndose como elementos significativos para el diseño y ejecución de la propuesta pedagógica mediada por el uso de las TIC.

**Fase 3: La evaluación del proceso.** Se diseñó una propuesta de intervención mediada por el uso pedagógico de las TIC, mediante un blog en la aplicación WIX (ver anexo E) para desarrollar el curso titulado: “El mundo de las emociones”, compuesto por dos módulos que se llevaron a cabo en el segundo semestre de 2022. Este curso contenía actividades encaminadas a fortalecer las competencias seleccionadas de la conciencia emocional y la regulación emocional en el que los estudiantes pudieron participar de manera asincrónica, presencial, individual y grupal utilizando el celular o el computador, convirtiéndolos en protagonistas de su propio proceso de aprendizaje. Cabe anotar que al inicio de esta fase 2 estudiantes de cada institución decidieron no continuar con el proyecto.

**Fase 4: La evaluación del producto.** El grupo focal final (ver anexo F) se llevó a cabo con 8 estudiantes de cada institución y se tuvo en cuenta los resultados del pretest, los datos obtenidos del grupo focal inicial y el análisis de cada una de las actividades planteadas en la propuesta de intervención con la intención de profundizar en las competencias del bloque Regulación emocional: expresión emocional apropiada, regulación de emociones y sentimientos y regulación de la ira para la prevención de la violencia debido a que el desconocimiento y la incapacidad para expresar y regular de forma apropiada sus emociones ha influido en sus relaciones interpersonales, en su rendimiento académico, en el trato hacia los demás y en la forma de comunicarse con sus compañeros y docentes en situaciones conflictivas.

Este grupo focal permitió una interacción y comunicación más activa entre los participantes por medio de un debate organizado, abierto y democrático para obtener información significativa a partir de las preguntas propuestas. Las docentes investigadoras registraron por

medio de video, audio y apuntes las opiniones, gestos, comentarios, reflexiones, emociones, comportamientos y conflictos surgidos en el diálogo y la participación entre los estudiantes.

De hecho, “el trabajo de indagación por medio de los grupos focales consiste en identificar esos elementos del conocimiento y la experiencia, específicos a cada uno, y contrastarlos con los del otro o los otros grupos seleccionados buscando semejanzas y diferencias” (Bonilla-Castro y Rodríguez, 2005, p.196) realizando un ejercicio interpretativo para indagar aspectos en común, diferencias o casos atípicos en cada una de las instituciones.

Finalmente, se aplicó nuevamente el cuestionario de competencias emocionales como postest (ver anexo G) con el propósito de identificar la contribución que tuvo la propuesta de intervención en los estudiantes del grado noveno. Adicional a ello, se aplicó un cuestionario de 10 preguntas en GoogleForm sobre las ventajas y desventajas que representó para los 16 estudiantes el uso de las TIC en el desarrollo del curso (ver anexo H).

Para analizar los datos recolectados por medio de la aplicación de los cuestionarios (pretest y postest), el desarrollo de los grupos focales (inicial y final) y la ejecución de la propuesta de intervención, se comenzó con la transcripción textual de las voces de los estudiantes de cada una de las instituciones. Posteriormente se diseñó una matriz con las siguientes categorías de análisis a partir de los dos bloques de competencias emocionales desarrolladas en esta investigación:

**Tabla 1**  
*Matriz categorial*

<b>CATEGORÍA</b>	<b>SUBCATEGORÍA</b>
<b>CONCIENCIA EMOCIONAL</b>	Toma de conciencia de las propias emociones
	Toma de conciencia de las emociones de los demás
	Dar nombre a las emociones
	Empatía
<b>REGULACIÓN EMOCIONAL</b>	Expresión emocional adecuada
	Regulación de emociones y sentimientos
	Regulación de la ira para la prevención de la violencia

**Fuente:** Elaboración propia

Luego, se construyó la matriz consolidada de análisis (ver anexo I) con las voces de los estudiantes, de los autores y de las investigadoras en cada una de las subcategorías. Y por último se desarrolló la triangulación de todos los datos recolectados, analizados e interpretados (ver anexo J).

El tratamiento de la información recolectada se utilizó de manera anónima y con fines exclusivamente académicos avalados por cada una de las instituciones educativas. Asimismo, el respeto y la reciprocidad fueron claves en la relación entre el investigador y los participantes ya que el primero no debe ser el único beneficiado en la adquisición del conocimiento y su responsabilidad ética es dar a conocer los resultados y contribuir a mejorar la calidad de vida de los participantes y su contexto. (Galeano, 2004, p.84).

## **Resultados**

A continuación, se presentarán los hallazgos a partir de las categorías y subcategorías seleccionadas para llevar a cabo el análisis de los diferentes instrumentos aplicados y evaluar la contribución en el desarrollo de las competencias emocionales desde la implementación de la propuesta de intervención mediada por el uso pedagógico de las TIC en el área de ciencias sociales en los estudiantes del grado noveno de dos instituciones educativas públicas de Antioquia.

Es preciso aclarar que el concepto de conciencia emocional ha sido nombrado y definido desde diferentes modelos y autores. Desde el modelo de las inteligencias múltiples de Gardner (1993) se plantea que la inteligencia interpersonal es la capacidad de distinguir y diferenciar sentimientos y a partir de ahí tener la capacidad de involucrarse o retirarse de ella (p.189). Goleman (1995) define la conciencia de uno mismo como una conciencia autorreflexiva donde la mente observa e investiga la experiencia misma, incluida las emociones y sus efectos (p.67-68).

Desde el modelo de inteligencia emocional de Bar-On (1997) se hace referencia a la autoconciencia emocional como la habilidad de percibir, comprender, aceptar y expresar con

precisión las propias emociones, y ser autosuficiente en términos emocionales y esforzarse por lograr objetivos personales (Bar-On, 2006, p.13).

Por su parte, Mayer y Salovey (1997) se refieren a la comprensión emocional como el reconocimiento e identificación de nuestros propios sentimientos, identificar nuestras necesidades y deseos, qué cosas, personas o situaciones nos generan determinados sentimientos, pensamientos y emociones, cómo nos afectan y qué reacciones causan (como se citó en Fernández-Berrocal y Extremera, 2002, pp.2-4).

Por último, para Bisquerra y Mateo (2019), la conciencia emocional “es la capacidad para percibir con precisión las propias emociones y sentimientos. Identificarlos y etiquetarlos teniendo presente que ser capaz de dar nombre a lo que uno siente es la puerta al autoconocimiento emocional y a la capacidad de regulación emocional” (p.63).

A continuación, se expondrán los resultados obtenidos del análisis de la categoría conciencia emocional. Cabe resaltar que tanto en la transcripción como en el análisis se establecieron las siguientes convenciones para efectos de organización y anonimato: La Institución Educativa Rural Jesús Antonio Gómez se identificó con la convención (I1) y la Institución Educativa José Antonio Galán con la convención (I2), mientras que los estudiantes de cada institución fueron enumerados del 1 al 10, utilizando la convención (E1,E2,E3...).

### **Bloque: Conciencia emocional**

#### **Competencia: Toma de conciencia de las propias emociones**

Al aplicar la propuesta de intervención a los estudiantes del grado noveno utilizando las TIC como estrategia pedagógica, fue posible observar que reconocieron las situaciones y personas que les generan determinadas emociones en la institución y que afectan su vida personal y social. En el caso de (I2-E6) manifiesta que “hoy me siento bien y contento porque estoy en un lugar que amo estar” haciendo referencia a la felicidad que le causa estar en la institución y compartir con sus compañeros.

Por otro lado, encontramos como tendencia que las emociones negativas (Piqueras, et al., 2009) como tristeza y miedo los estudiantes las vinculan con los fracasos académicos. Tal como lo afirman:

“cuando no sacamos buena nota y nos ponemos bravos con los profes” (I1- E10); “cuando me presionan mucho en un trabajo y me estreso” (I1-E3); “Miedo y tristeza, por ejemplo, con la evaluación de ciencias” (I1-E4); “no me esperaba que iba a sacar esa nota tan baja, entonces sentí como un bajón (I1-E9) “cuando me entregaron las notas y vi que quedé en el puesto 8 me dio la chilladera y quede súper aburrida, yo esperaba algo mejor de mí” (I2-E4).

Lo anterior, permite comprender que algunas asignaturas, métodos de enseñanza y actitudes de los docentes contribuyen a desencadenar en los estudiantes emociones negativas como el miedo.

Se identificó como caso atípico (E2-I2), debido a que expresó frases como: “me siento cansada emocionalmente por sobre pensar cosas que me lastiman y esto me aburre”; “Yo prácticamente me siento todos los días mal por razones creo que personales”. Su estado emocional está relacionado con su diagnóstico de depresión, pero es importante anotar aquí, que a diferencia de ella, muchos estudiantes no han recibido acompañamiento profesional o familiar, lo que indica la necesidad de contar con la presencia de psicólogos o docentes de apoyo en las instituciones educativas con el fin de contribuir a su bienestar.

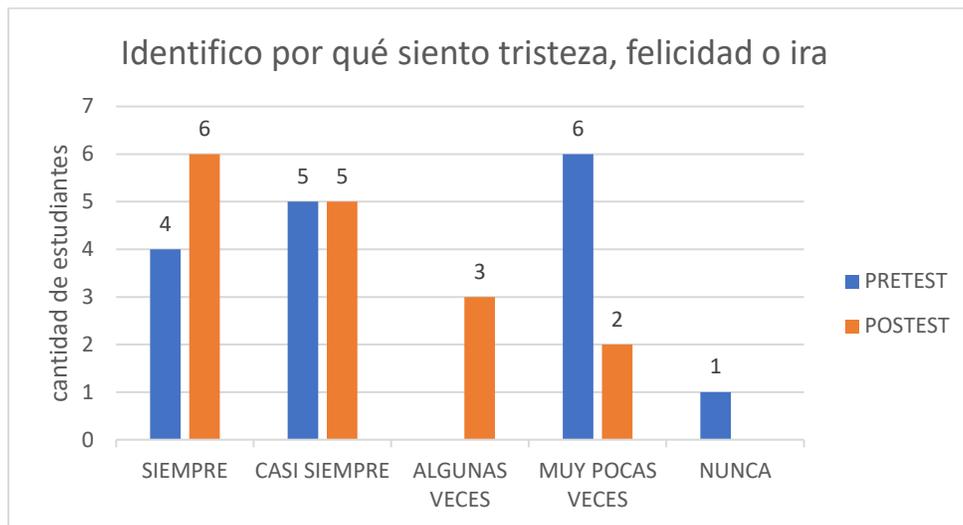
Por otra parte, el bajo rendimiento académico está asociado a los estados emocionales de carácter negativo que experimentan los adolescentes y que se “relacionan con la evitación de muchas situaciones o la exposición a ellas sufriendo un intenso malestar” (Pulido y Herrera, 2017, 30) que acrecienta su apatía frente a los procesos de enseñanza y aprendizaje. Esto podría explicarse debido a que “las emociones tienen una gran relación con la motivación y la acción, mientras que la cognición está vinculada con el conocimiento y el análisis de la decisión de la acción” (Gaeta y López, 2013, p.15). Por lo tanto, cuando los estudiantes logran tomar conciencia

de sus emociones, se les facilita controlar sus impulsos, ser más comprometidos y responsables, además de automotivarse con su proceso de aprendizaje (Bisquerra y Pérez, 2007, p. 5).

En este sentido, se puede reconocer que luego de las actividades mediadas por el uso pedagógico de las TIC aumentó el nivel de conciencia de sus propias emociones, ya que los estudiantes lograron identificar las causas que les generan ciertas emociones, lo que se puede evidenciar en el análisis del pretest y postest (Figura 2).

## Figura 2

*Resultados pretest y postest Categoría: Conciencia emocional.*



*Nota.* La figura muestra los resultados de la pregunta: Identifico por qué siento tristeza, felicidad o ira de la subcategoría: Toma de conciencia de las propias emociones. Fuente: Elaboración propia.

De ahí, la necesidad de incorporar la educación emocional en las instituciones, por medio de programas, proyectos o currículos encaminados a que los estudiantes aprendan a comprenderse a sí mismos y las emociones que experimentan, teniendo en cuenta las posibilidades que brindan las TIC en el proceso de formación de los adolescentes.

Cabe señalar que la propuesta de intervención mediada por el uso pedagógico de las TIC permitió en gran medida que los estudiantes aprendieran de una “forma más atractiva, amena y más activa que los métodos tradicionales” (Sangrador, 2019, p.40). Además, las TIC ofrecen diversas “posibilidades de comunicación, intercambio, acceso y procesamiento de la información” (Coll, 2021, p. 115). De hecho, los estudiantes reconocieron que utilizarlas les permitió comprender de una forma más fácil, dinámica y entretenida, afirmando que fueron “algo divertido” (I1-E2); “más fácil y rápido” (I1-E6); “nos facilita todas las actividades” (I2-E9), “las actividades eran muy instructivas y divertidas” (I2-E2).

Usar herramientas y recursos tecnológicos permiten “romper con los modelos tradicionales de enseñanza, con el fin de que el docente las utilice como un complemento” (Granados, 2015 como se citó en Rojas, 2019, p.35). Asimismo, los estudiantes las percibieron como la oportunidad de “aprender más sobre tecnología” (I1-E7); “aprendo y me concentro mucho más” (I2-E1); “nos ayudó a hacer el curso con la profesora más fácil” (I2-E2); “aprender más y tener más conocimiento sobre la tecnología” (I2-E10). De igual forma, se evidenció interés, motivación y responsabilidad por parte de los estudiantes para participar en los encuentros y desarrollar las actividades en el blog.

También se convirtió en una oportunidad para que los estudiantes accedieran a información, recursos y herramientas digitales desde cualquier lugar y en cualquier momento por medio de foros, correos, redes sociales, lo que dio lugar a la interacción con otros estudiantes y docentes, al fortalecimiento del trabajo colaborativo, a la creación y divulgación de contenido desde diferentes formatos y al desarrollo de diversas competencias emocionales y digitales de forma práctica, creativa, innovadora y lúdica proporcionando aprendizajes para toda la vida.

No hay duda, por tanto, de que en la actualidad las personas ya se relacionan tanto en el entorno offline como en el online; más aún, que las relaciones sociales están ya hibridadas entre ambos contextos (Serrano-Puche, 2016, p.20). Así, no se puede desconocer la influencia de las

tecnologías y la red en todos los ámbitos de la vida de los adolescentes, fundamentalmente en la configuración de su identidad.

Fue posible evidenciar que la propuesta de intervención mediada por las TIC ayudó a que los estudiantes identificaran, comprendieran y expresaran sus emociones por medio de múltiples narrativas en el blog con actividades como: presentación interactiva sobre las emociones y sus principales características, juego de ruleta de las emociones, el cuento “El monstruo de colores”, foro de participación, la música y las emociones y una escala emocional de los Simpson (ver anexo E).

Asimismo, se creó la posibilidad de socializar a través de las redes, conocer a otros estudiantes, establecer nuevas maneras de relación y comunicación indirecta y encontrar experiencias en común con los demás participantes. Algunos de ellos expresaron que las actividades fueron: “divertidas, nos unimos un poco más y nos reímos mucho” (I1-E4); “muy interesantes y está muy chévere no como lo habitual de una clase normal” (I2-E4); “Me pareció una actividad súper buena, súper agradable, diferente, socialicé con mis compañeros y eso me gusta mucho” (I2-E6); “La actividad me pareció interesante porque compartimos todos en grupo” (I2-E8).

Por lo tanto, utilizar las TIC como estrategia pedagógica para desarrollar conciencia de las propias emociones de los estudiantes permitió reconocer los fenómenos emocionales gracias a la diversidad de recursos que ofrece la tecnología, pero es indudable que desde el aula de clase también es necesario llevar a cabo actividades vivenciales con el propósito de conocer y aprender desde la subjetividad y la interacción grupal.

### **Competencia: Toma de conciencia de las emociones de las demás personas**

Para adquirir la competencia conciencia emocional es necesario identificar y conocer “las propias emociones y las emociones de los demás. Esto se consigue a través de la

autoobservación y de la observación del comportamiento de las personas que nos rodean” (Bisquerra, 2009, p.164).

Durante el desarrollo de la actividad en el Padlet “Reconoce las emociones de los demás” (ver anexo E) incluida en la propuesta de intervención, se evidenció en los estudiantes la capacidad de comprender las emociones de los demás e identificaron cómo el otro expresa y gestiona sus emociones. Se encontraron opiniones como:

“la chica desahogaba su tristeza y rabia haciendo arte” (I2-E2); “está queriendo demostrar por medio del canto lo que siente” (I2-E3); “tristeza y enojo de parte de la chica ya que la rechazaban por ser callada o diferente y enojo porque no logra encajar con los demás” (I1-E2); “es muy feliz y sabe expresar las emociones que siente” (I1-E3); “se puede notar la desesperación al no saber qué hacer” (I2-E1); “noto tristeza, rabia y desesperación. Veo a una persona que está agotada” (I2-E2); “el rechazo de parte de las demás personas” (I1-E2).

Teniendo en cuenta las respuestas de los estudiantes y como se menciona anteriormente, la conciencia emocional se adquiere identificando las emociones propias y las de los demás. Como lo plantea Gardner (1993), la inteligencia intrapersonal “está involucrada principalmente en el examen y conocimiento de un individuo de sus propios sentimientos”, mientras que la inteligencia interpersonal “mira hacia afuera, hacia la conducta, sentimiento y motivaciones de los demás” (p.190), ambas requieren desarrollarse en la etapa de la adolescencia debido a los retos que deben enfrentar en el ámbito emocional, personal y social.

Por su parte, Extremera y Fernández-Berrocal (2004) definen a las personas emocionalmente inteligentes como aquellas que poseen la habilidad para percibir, comprender y manejar sus propias emociones, pero, también tienen la capacidad de extrapolarlas a las emociones de los demás (p.6).

De la misma manera, los estudiantes comprendieron las emociones de sus compañeros cuando actúan o hacen comentarios que pueden afectar la convivencia y las relaciones

interpersonales en el salón y en los demás espacios de la institución. “Él también debe sentir un poco de tristeza o pesar con el mismo porque ya sabe que su comportamiento está alejando a sus amigos” (I1-E1); “Ana sintió felicidad porque sabe que me molestó” (I2-E9).

Por lo tanto, podríamos afirmar que la toma de conciencia de las emociones de los demás es recíproca, debido a que los estudiantes que la desarrollan tienen más posibilidades de recibir una buena consideración o un buen trato por la otra parte (Extremera y Fernández-Berrocal, 2004, p.6) y de no ser así, los estudiantes al ser más conscientes de qué sienten sus compañeros, cómo comunican sus emociones y al tratar de identificar la razón por la cual reaccionan de determinada manera, los lleva a generar empatía hacia el otro, a entender su forma de actuar y de comprender las emociones que las otras personas experimentan en un determinado contexto, que puede ser presencial o a distancia.

Una tendencia entre los estudiantes de ambas instituciones está relacionada con su capacidad para percibir el rechazo que viven algunos compañeros de clase o estudiantes de otros grados por su aspecto físico, su forma de actuar y de pensar. Entre las emociones que lograron reconocer en los demás, nombran la tristeza y el miedo; además, asociaron los exámenes como un detonante que les genera estrés, frustración, presión y decepción cuando se pierden, así como las actitudes de ciertos docentes encaminadas a humillar, ridiculizar y hacer llamados de atención que les causan vergüenza.

Lo anterior ratifica que los estudiantes sí logran identificar las emociones de los demás, como se puede observar en la (Figura 3) al comparar las respuestas del pretest y el postest se evidencia un aumento en la cantidad de estudiantes capaces de reconocer cuando los otros están de mal humor, debido a que pasan de la categoría muy pocas veces y algunas veces a casi siempre.

### Figura 3

Resultados pretest y postest Categoría: Conciencia emocional.

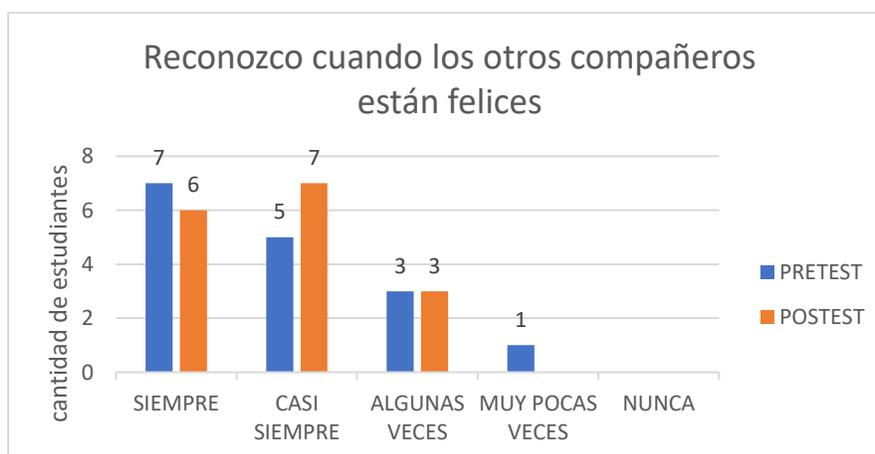


*Nota.* La figura muestra los resultados de la pregunta: Percibo cuando los otros compañeros están de mal humor de la subcategoría: Toma de conciencia de las emociones de las demás personas. Fuente: Elaboración propia.

De otro lado, en cuanto a la emoción de la alegría persiste la cantidad de estudiantes que logran identificar las emociones en las demás personas (Figura 4), no hay cambios significativos en el pretest y el postest lo que se puede relacionar con la cercanía y empatía de los estudiantes con esta emoción.

### Figura 4

Resultados pretest y postest Categoría: Conciencia emocional.



*Nota.* La figura muestra los resultados de la pregunta: Reconozco cuando los otros compañeros están felices de la subcategoría: Toma de conciencia de las emociones de las demás personas. Fuente: Elaboración propia.

Por lo tanto, “la interpretación subjetiva de la experiencia emocional de otra persona desde el punto de vista personal es central para la comprensión emocional” (Cassasus, 2006, p. 144) situación que más adelante veremos reflejada al hablar de empatía y de apoyo a sus compañeros, quienes se encuentran en determinada situación que afecte su estado emocional y se acerque a las experiencias vividas por los estudiantes.

### **Competencia: Dar nombre a las emociones**

La competencia Dar nombre a las emociones consiste en desarrollar “el vocabulario emocional adecuado y utilizar las expresiones disponibles en un contexto cultural determinado para designar los fenómenos emocionales” (Bisquerra, 2009, p. 148). Los estudiantes, al inicio nombraban como emociones estados anímicos, sentimientos y trastornos mentales, tales como: “tristeza, angustia, rabia, depresión, compañerismo” (I1-E3); “buen amigo” (I1-E7); “angustia y preocupación” (I2-E2); “enojo, tranquilidad, felicidad, susto, nervios, tristeza y decepción” (I2-E4), demostrando poco dominio del vocabulario emocional.

Por tal motivo, dentro de la propuesta de intervención se propuso enseñar a los estudiantes cuáles son las emociones básicas, sus características y funciones en los seres humanos, ya que para desarrollar la competencia conciencia emocional es indispensable que los estudiantes puedan nombrar aquellas emociones que experimentan debido a que “el adolescente que cuenta con esta habilidad identifica la causa de sus estados emocionales y sus consecuencias; etiqueta correctamente sus emociones; distingue emociones complejas; y hace buenas predicciones sobre lo que la gente podría sentir en situaciones reales” (Caruso y Salovey, 2004; Mayer y Salovey, 1997 como se citó en Juárez, J y Fragoso, R., 2019, p. 98).

En el desarrollo de la propuesta de intervención, los estudiantes comenzaron a utilizar el vocabulario emocional para expresar como se sienten en diversas situaciones de su vida cotidiana: “me siento con algo de disgusto y asco” (I1-E9); “me siento triste y me gustaría poder ayudarlo” (I1-E9); “me siento súper feliz, pero a la vez me pongo nerviosa” (I2-E4); “me siento

feliz y satisfecha” (I2-E9). Lo anterior condujo a reconocer la pertinencia de enseñar el vocabulario emocional, con el fin de que los estudiantes tengan claridad y no confundan la emoción con sentimiento, estado anímico o trastorno mental.

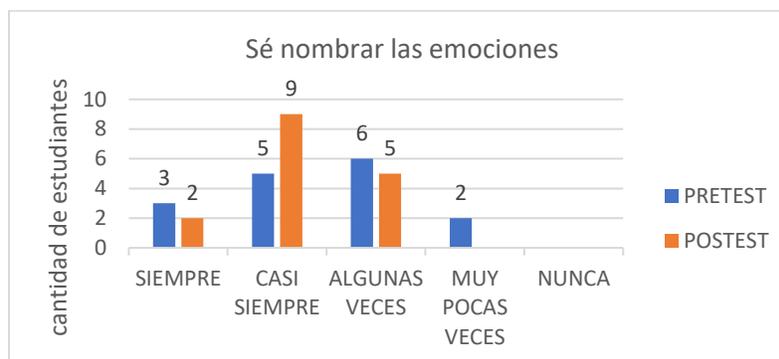
En lo que respecta a la definición de sentimientos estos son “el componente objetivo o cognitivo de las emociones que se prolonga en el tiempo. Se entiende que el sentimiento es la toma de conciencia de la emoción que se dirige hacia una persona o un objeto y que se puede alargar o acortar por voluntad. [...] el estado de ánimo suele utilizarse como sinónimo de sentimiento o estado de humor. Es un estado emocional de mayor duración que la propia emoción, pero sin manifestaciones psicofisiológicas y conductuales de ésta” (Berástegui, 2015, p.35).

Por consiguiente, luego de aclarar esta diferenciación entre emoción, sentimiento y estado de ánimo, cuando los estudiantes logran nombrar o etiquetar las emociones que experimentan significa que son capaces de poner nombre a lo que sienten y eso demuestra que pueden usar las expresiones disponibles en su contexto cultural y están en mejores condiciones para regular las emociones de forma apropiada (Bisquerra y Mateo, 2019, p. 64). De la misma manera, Fernández-Berrocal y Extremera (2002) plantea que “con un buen dominio para reconocer cómo nos sentimos establecemos la base para posteriormente aprender a controlarnos, moderar nuestras reacciones y no dejarnos arrastrar por impulsos o pasiones exaltadas” (p.3).

Al analizar los resultados del postest (Figura 5) se pudo observar que los estudiantes adquirieron mayor conocimiento y conciencia para nombrar las emociones que experimentan e identificarlas en sus compañeros y docentes.

**Figura 5**

*Resultados pretest y postest Categoría: Conciencia emocional. Subcategoría: Dar nombre a las emociones.*



*Nota.* La figura muestra los resultados de la pregunta: Sé nombrar las emociones de la subcategoría: Dar nombre a las emociones. Fuente: Elaboración propia.

**Competencia: Empatía**

Para desarrollar la conciencia emocional es importante, identificar las emociones propias, saber nombrarlas, lograr identificar las emociones de las demás personas y establecer una empatía con el otro. Por esta razón, la empatía es fundamental para comprender y aceptar la diversidad de los estudiantes, contribuir a mejorar las relaciones interpersonales y la convivencia escolar, además es un factor esencial para prevenir los diferentes tipos de violencia y el acoso escolar. La empatía “es la capacidad no solamente para captar el punto de vista de otras personas, sino para sentir las emociones que sienten las otras personas. Esto significa ponerse en el lugar de los demás desde el punto vista emocional” (Bisquerra y Mateo, 2019, p.64).

Cabe resaltar, que los estudiantes de distintos niveles educativos tienen la posibilidad de desarrollar la empatía, pero ello va a estar directamente relacionado con las experiencias y la educación que vivan en la familia, la escuela y los medios de comunicación. Por lo tanto, es esencial que la educación emocional comience desde temprana edad con el fin de que los adolescentes adquieran más habilidades para forjar su identidad y puedan enfrentar los cambios de esa etapa.

En las subcategorías anteriores se identificó cómo los estudiantes lograron reconocer las emociones de los demás y se percibió como tendencia que ellos consideran importante saber reconocer sus propias emociones, las de los demás y así poder tener herramientas para brindar apoyo a sus compañeros u otros estudiantes:

“es de gran ayuda saber cómo nos sentimos e identificar los sentimientos de los demás para saber cómo ayudarlos, si se sienten angustiados o con rabia, poder ayudarlos a ellos o a nosotros mismos” (I2-E9); “para sentirnos seguros de sí mismos y poder ayudar a alguien cuando lo necesite y este mal” (I1-E4); “nos podemos expresar mucho mejor ante las demás personas y podemos ayudarlas” (I2-E3); “a algunas compañeras que se sienten mal intento apoyarlas y estar con ellas” (I2-E2); “yo la defendiendo la conozca o no porque me da rabia y yo sé cómo se siente” (I2-E3).

En este sentido, cuando los estudiantes toman conciencia de sus propias emociones, mejora la habilidad de interpretar las emociones del otro, “comprender los sentimientos del otro y su perspectiva, y respetar las diferencias entre lo que cada uno siente respecto a las mismas cosas” (Goleman, 1995, p.309). Las respuestas de los estudiantes demostraron que en ambas instituciones son empáticos con sus compañeros, lo que se puede explicar porque comparten experiencias en común y porque tienen buenas relaciones interpersonales. “Claramente, cuanto mayor sea el número de amigos, familiares y compañeros de trabajo emocionalmente inteligentes, más empática y solidaria será la estructura social que rodeará a una persona” (Salovey y Mayer, 1990, p.10).

De ahí la importancia de desarrollar la educación emocional en las instituciones educativas especialmente la competencia de la empatía, pues esta permite mejorar la capacidad de comprender las emociones de los demás, reconocer que no todas las personas sienten y expresan lo mismo en situaciones semejantes y que todos tienen necesidades, miedos, deseos y odios. Entender esas diferencias permite que los estudiantes sean más solidarios y contribuyan a una sana convivencia.

Para concluir, se reflejó como tendencia que los estudiantes reconocieron que es fundamental ser empáticos con sus compañeros, por eso manifiestan que comprender las emociones u opiniones de los demás y brindarles ayuda cuando lo necesiten mejora las relaciones entre ellos. “Cuando las personas se relacionan positivamente entre sí, experimentan una mayor satisfacción con la vida y menor estrés” (Salovey y Mayer, 1990, p.10).

Pero, en los grupos focales los estudiantes expresaron que en las dinámicas de clase se les dificulta ser empáticos al momento de escuchar las opiniones y sugerencias de sus compañeros, muchas veces por su incapacidad de trabajar en grupo, en especial, cuando el profesor conforma los equipos de trabajo, por el estado emocional en el que se encuentran en ese momento, por las diferencias personales o académicas que existen con algunos de ellos y la normalización de las burlas, comentarios irónicos y discriminatorios frente a su estado físico, incluso divulgando información personal de sus compañeros. Lo anterior se ve reflejado en las siguientes expresiones de los estudiantes:

“profe, aquí pues la mayoría todos fallamos es en escuchar a los demás” (I1-E1); “al escuchar al otro es cuando por ejemplo uno está como muy aburrido, cansado, con rabia, con tristeza que uno no escucha a las demás personas” (I1-E3); “cuando estoy aburrido o como con rabia se me dificulta mucho escuchar al otro porque no me gusta que me hablen” (I1-E7); “si no estoy de ánimos pues no voy a querer escuchar a nadie y si estoy de ánimos lo escucho (I2-E9); “ignora la palabra de los demás y no hace caso a las opiniones” (I1-E9); “es que usted no metió ideas, usted no dijo nada. Pero cuando las dimos no nos prestaron atención. Entonces usted más bien se queda callado porque a ellos no les gusta nada”. (I1-E4); “a mí me han hecho sentir mal por usar gafas” (I2 E-3); “entonces después me gritó que piroba tan fea” (I2-E1).

En consecuencia, los estudiantes se consideran empáticos con sus compañeros, pero en las clases fueron notorios los obstáculos o barreras que existen al momento de comunicarse, escuchar con respeto al otro, compartir ideas, llegar acuerdos, asumir responsabilidades en el

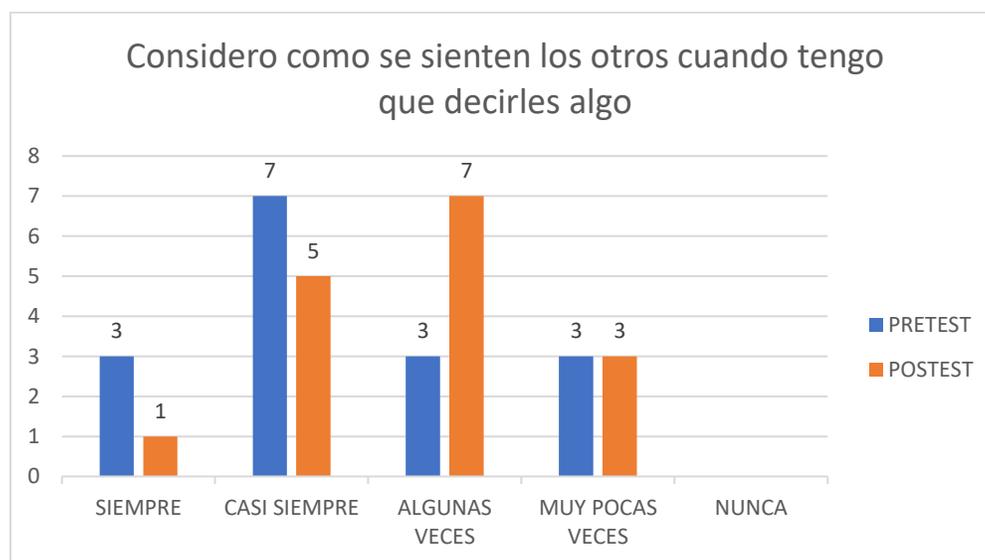
trabajo en equipo, reconocer la diversidad de perspectivas frente al desarrollo de una actividad y cuales emociones pueden experimentar tanto a nivel personal o a nivel grupal.

Los estudiantes que presentan baja empatía “tienen dificultades para entender las emociones de los demás, tienen menos desarrollada la capacidad de escucha y son menos eficientes a la hora de interpretar las señales no verbales. Todo esto provoca que sus relaciones interpersonales no sean tan fructíferas, ya que pueden herir más fácilmente los sentimientos del otro al no detectarlos ni leerlos adecuadamente” (García, 2012, p.36).

Adicional a ello, las respuestas del grupo focal serán reafirmadas con los resultados del postest debido a que disminuye levemente su empatía al momento de tener en cuenta como se sienten los otros al expresarles o decirles algo (Figura 6) situación que es posible vincularla con su dificultad para comunicarse y escuchar a los otros de manera respetuosa.

### Figura 6

*Resultados pretest y postest Categoría: Conciencia emocional. Subcategoría: Empatía.*



*Nota.* La figura muestra los resultados de la pregunta: Considero como se sienten los otros cuando tengo que decirles algo de la subcategoría: Empatía. Fuente: Elaboración propia.

En consecuencia, es importante fortalecer la empatía en el aula de clase a través de actividades grupales, juegos de roles, lecturas dirigidas, estudios de caso, obras de teatro, entre otras, ya que esto les permitirá relacionarse mejor con los demás y “fomentar relaciones interpersonales de más calidad que a su vez generan mayor bienestar” (García, 2012, p.39), mejorando así el ambiente de aula, la convivencia, el proceso académico, la satisfacción consigo mismo y sus relaciones sociales.

A partir de toda la información recolectada en cada uno de los instrumentos y en la propuesta de intervención se puede concluir que el desarrollo de las competencias del bloque conciencia emocional requiere del fortalecimiento de la toma de conciencia de las emociones propias y las de los demás, así como la adquisición de un vocabulario para nombrar y categorizar las emociones que les brindará a los estudiantes conocimientos o pautas de comportamiento para identificar las personas y las situaciones que les generan ciertas emociones logrando evitar el surgimiento de conflictos y posteriormente desarrollando su capacidad de empatía hacia las experiencias del otro, para aprender a regular y gestionar sus propias emociones e identificar las emociones que experimenten las demás personas.

### **Bloque: Regulación emocional**

#### **Competencia: Expresión emocional apropiada**

Luego de la competencia Conciencia emocional, se encuentra el bloque Regulación emocional que ha sido desarrollada por diferentes autores como:

Salovey y Mayer (1997) la definen como “la capacidad para estar abierto a los sentimientos, tanto positivos como negativos (...) Además, incluye la habilidad para regular las emociones propias y ajenas, moderando las emociones negativas e intensificando las positivas”. (como se citó en Fernández-Berrocal y Extremera, 2005, p.71)

Por su parte para Goleman (1999) es la capacidad de controlar nuestros impulsos y sentimientos conflictivos y hacer frente a los contratiempos (p.95) mientras que Bar-On (2006) la define como la gestión y control de las emociones de forma eficaz y constructiva (p.23).

Uno de los autores más reconocidos en la investigación sobre regulación emocional es Gross (2014) quien la define como toda “estrategia dirigida a mantener, aumentar o suprimir un estado afectivo en curso. La regulación emocional es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada” (como se citó en Bisquerra y Mateo, 2019, p.75).

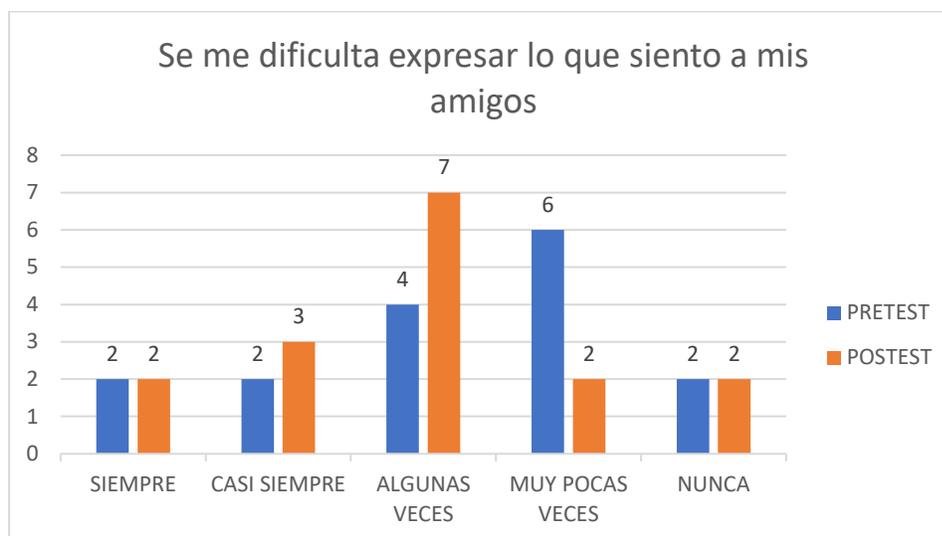
Adicional a ello, Pascual y Conejero, (2019) afirman que las personas no solo tienen emociones, sino que también pueden aprender a manejarlas, es decir, “se posicionan ante sus emociones y las consecuencias de las mismas y actúan mientras la emoción está teniendo lugar, en cualquiera de las fases del proceso emocional, o anticipadamente, antes de que ocurra” (p.75).

Para el desarrollo de las competencias seleccionadas del bloque Regulación emocional, inicialmente se planteó identificar cómo los estudiantes expresan sus emociones, entendida esta como “la habilidad para comprender que el estado emocional interno no necesita corresponder con la expresión externa. Esto se refiere tanto en uno mismo como en los demás. En niveles de mayor madurez, supone la comprensión del impacto que la propia expresión emocional y el propio comportamiento puedan tener en otras personas” (Bisquerra y Mateo, 2019, p.96).

Al realizar el pretest a los estudiantes y preguntarles acerca de si expresan lo que piensan y sienten a las demás personas, la mayoría señaló tener dificultades (Figura 7), situación que se reafirmó en la propuesta de intervención, porque presentaron una confusión al momento de expresar lo que sienten: “se me vinieron demasiadas emociones. Me sentí triste y feliz” (I1-E6); “tristeza, alegría y ansiedad. Cada canción me representó muchas emociones” (I1-E3); “sentí que mis emociones cambiaban constantemente y no imaginaba nada, solo algo neutral por lo que la música me hacía sentir” (I1-E9); “sentí neutro. Cambios de humor repentino” (I2-E1).

### Figura 7

Resultados pretest y postest Categoría: Regulación emocional.



*Nota.* La figura muestra los resultados de la pregunta: Se me dificulta expresar lo que siento a mis amigos de la subcategoría: Expresión emocional. Fuente: Elaboración propia.

Como plantea Casassus (2006), “la modulación emocional es la expresión de la emoción hacia afuera, expresada en una acción. La modulación es más adecuada en la medida que la persona entra en la madurez emocional, porque la persona emocionalmente madura es capaz de separarse de su actitud reactiva. Es decir, es capaz de separar su reacción emocional de aquello que está observando y percibiendo” (Casassus, 2006, p.176). De hecho, en la propuesta de intervención y en el aula de clase los estudiantes dejaron en evidencia que carecían de esta competencia para expresar o comunicar de forma apropiada sus emociones.

Tanto en el aula de clase y en la propuesta de intervención fue posible identificar dos formas de expresar o comunicar sus emociones a los docentes y compañeros. La primera corresponde a una actitud pasiva caracterizada por evadir un problema o conflicto ya sea por miedo o vergüenza a ser señalado, ridiculizado, ignorado o simplemente por desinterés y la segunda, es la actitud agresiva que se exteriorizó por medio de palabras soeces, gestos

inapropiados, ofensivos y gritos, demostrando en muchas ocasiones el irrespeto hacia compañeros y docentes.

La expresión emocional consiste en identificar cómo se siente la emoción en el cuerpo y como expresarla en palabras. En la propuesta de intervención en la actividad “la música y las emociones” (ver anexo E) los estudiantes intentaron comunicar esas sensaciones corporales, pero persistió la confusión al momento de nombrar lo que sentían:

“en el cuerpo sentí un poco de inquietud” (I1-E2); “me causó demasiada risa” (I2-E3); “me pongo a pensar muchas cosas” (I2-E4); “Tristeza y escalofrío”. (I2-E6); “dolor de cabeza, irritar, estresar” (I2-E2); “en el cuerpo se siente dolor en la cabeza y tristeza... en el cuerpo se siente asombro por el momento del grito...causa tranquilidad al cuerpo por su melodía...causa relajo en el cuerpo y en la mente” (I2-E8).

Por tal motivo, la modulación emocional como la plantea Casassus (2006) es necesaria para poder expresar las emociones equilibradamente sin inhibirlas y sin desbordarse. La capacidad de expresar las distintas emociones se manifiesta desde lo corporal, el lenguaje, y las formas de expresión no verbales (p.177). Según lo observado fue una tendencia en los estudiantes presentar dificultades para expresar sus emociones de manera verbal por medio de conversaciones y diálogos respetuosos.

Adicional a ello, la dificultad de expresar sus emociones también estuvo presente en los grupos focales. En el primer grupo focal la mayoría de los estudiantes hablaron poco acerca de sus emociones o las situaciones conflictivas que vivían en la institución. Incluso, se mostraron parcos al momento de responder: “yo no tengo” (I2-E-9); “no me acuerdo” (I2-E4); “hay personas que simplemente no dicen lo que sienten y cosas así solamente porque desde el colegio no hay confianza suficiente para contar las cosas” (I2-E9), al igual que en el caso de la institución 1 donde la tendencia fue a no ser expresivos al momento de hablar sobre temas personales, los conflictos presentes en el salón o las emociones tanto propias como de los demás.

Se puede deducir que esta actitud está relacionada con la falta de confianza entre los estudiantes, por vergüenza o miedo a ser juzgados, por la confusión que tenían entre los conceptos de conflicto, violencia y agresión, por la naturalización de ciertos comportamientos y expresiones inoportunas y ofensivas y por el retorno a clases presenciales luego de la pandemia del COVID-19 y los cambios que ésta produjo en las relaciones sociales, en la salud mental y física de los estudiantes.

Luego de la propuesta de intervención y durante el segundo grupo focal ellos reconocieron que se les dificulta expresar sus ideas, opiniones o sugerencias a sus compañeros o docentes:

“yo muchas veces me quedo callada y no expreso las ideas ni nada” (I1-E3); “a veces pienso que también por miedo. Yo soy una persona que a mí me afecta mucho lo que piensen los demás de mí o lo que digan los demás de mí, entonces yo quiero decir algo, pero siento que se me van a burlar”. (I2-E9); “se me dificulta expresarme, yo soy una persona que a veces si le gusta participar, pero me da pena hablar duro...porque uno piensa en las otras personas. Yo tengo miedo a equivocarme, digamos que yo diga algo malo y que la otra persona se va a reír y todo eso, yo me voy a achantar obviamente” (I2-E2); “siempre cuando uno va a participar se me olvida todo o me sobrecaliento, porque siempre existe el miedo al rechazo y de que se van a reír o si la profesora me dice que esa no era la respuesta entonces me va a rechazar” (I2-E4).

Las dificultades que tienen los estudiantes para expresarse en cualquier contexto ya sea dentro de la institución educativa o en su vida personal es posible asociarla al estilo de respuesta inhibida que plantea Monjas (2004), la cual se caracteriza por la falta de expresión de los propios sentimientos, pensamientos y opiniones o se expresan con poca confianza (p.16), aspecto muy notorio en los estudiantes y que se mantuvo durante gran parte del proceso de investigación.

Sin embargo, al hacer un análisis de las actitudes, comportamientos y expresiones de los estudiantes al inicio de la investigación y contrastarlo con la etapa final del proceso, es posible

afirmar que los espacios de diálogo que se crearon y el desarrollo de las actividades permitió generar lazos de confianza entre los participantes:

“mi experiencia fue chévere ya que conocimos varias emociones y sus reacciones y nos integramos más como grupo” (I1-E4); “sentí mucha confianza en el grupo y me sentí muy cómoda” (I2-E3); “en confianza podíamos hablar sin ser juzgados” (I2-E2); “nos desahogamos aquí en un espacio que sabemos que no nos van a criticar... nos sentimos cómodos...es como un espacio en el que sabemos que las personas que están aquí han pasado situaciones similares ...ya tenemos la confianza para hablar” (I2-E1).

Por lo tanto, crear estos espacios de diálogo y realizar actividades donde puedan hablar de sus emociones y vivir experiencias desde la práctica fue significativo para los estudiantes y para las docentes investigadoras al identificar algunas de las causas por las cuales los estudiantes actúan, se comportan y reaccionan ante determinados estímulos, eventos o situaciones que inciden en su estado emocional y personal dentro de las instituciones educativas.

De hecho, se construyeron vínculos afectivos y comunicativos entre los estudiantes y las docentes más allá de los tiempos y espacios establecidos para desarrollar las actividades propuestas, en los cuales se compartieron pensamientos, emociones, sentimientos y problemas que los aquejan en su vida personal y académica.

Retomando el planteamiento de Monjas (2004) sobre los tres estilos de respuestas interpersonales, como se dijo anteriormente se puede reconocer en los estudiantes un estilo inhibido, pero existe además el estilo asertivo y el estilo agresivo (p.16). Teniendo en cuenta lo anterior, desde la propuesta de intervención se trabajó con los estudiantes estos tres estilos y al momento de hablar acerca del estilo asertivo, entendido como “la expresión directa de los propios sentimientos, necesidades, derechos legítimos u opiniones sin amenazar o castigar a los demás y sin violar los derechos de esas personas” (Monjas y González, 1998, p.23), se buscó identificar qué tan asertivos eran los estudiantes al momento de decir lo que pensaban y de escuchar al otro teniendo en cuenta las emociones propias y las de los demás.

Inicialmente los estudiantes identificaron la importancia de establecer una comunicación asertiva con sus compañeros lo que se puede corroborar en las expresiones:

“sí es importante saber expresarnos con otra persona ya que podemos decir algo que los lastime. Pero muchas veces por hablar muy rápido o si estamos enojados decimos cosas sin pensar y sí, eso está mal en ese caso lo mejor sería no hablar o pedir perdón” (I2-E2); “puede que se disminuya la confianza si decimos algo hiriente, por esa razón es muy importante tener en cuenta las emociones y esto nos demuestra lo muy importante que son” (I2-E1); “si es importante porque si soy consciente de cómo se siente el otro, podré saber que decir y de qué manera actuar. Es importante para no causar conflictos y malos momentos con los demás” (I2-E4); “lo que nos diferencia del resto de seres vivos del mundo es que nosotros tenemos conciencia y la conciencia tiene mucho que ver con las emociones, si voy a afectar al otro, si pienso en las emociones y reacciones de los demás. La conciencia es importante escucharla” (I1-E1).

Pero al momento de preguntarles si tenían en cuenta las emociones de sus compañeros al decirles o expresarles algo que posiblemente los hiriera, la mayoría de los estudiantes reconocieron que su estilo era agresivo, porque se les dificultaba regular la emoción que sentían en el momento, especialmente la ira. Para Monjas (2004) una persona con un estilo agresivo se caracteriza porque “defienden los propios derechos y se expresan los propios pensamientos, sentimientos y opiniones, por encima de las demás personas” (p.16).

De la misma manera los estudiantes consideraron que se dejaban llevar por la rabia y no tenían en cuenta la asertividad ni el grado de confianza con sus compañeros al expresar sus emociones en situaciones conflictivas, lo cual se evidencia en las siguientes comentarios:

“depende porque si uno por ejemplo va a pelear uno quiere que le de rabia, que le afecte, que sienta pena, dolor, tristeza, cualquier cosa cuando uno este peleando” (I1-E1); “si nosotros tenemos rabia no nos importa decirle eso, aunque la persona se sienta mal por satisfacer la rabia que uno tiene” (I1-E3); “después de que tengamos confianza ni

pensamos lo que le decimos a las demás personas” (I1-E3); “cuando uno está peleando uno dice lo primero que salga, uno no se pone a analizar lo que va a decir, ya cuando pase el momento uno dice por qué hice eso y analicé lo que pasó” (I1-E9); “Me importa si se siente mal, si la persona es importante para mí” (I2-E9); “es muy difícil que en una situación de esas podamos expresarnos y sacar la ira de forma respetuosa” (I2-E1).

Adicionalmente a estos comentarios, al comparar el pretest y el postest y preguntarles acerca de qué tan asertivos eran al momento de establecer una conversación con sus compañeros (Figura 8), se logró reconocer como tendencia que inicialmente ellos afirmaron ser asertivos, pero los resultados del postest mostraron lo contrario (Figura 9), hecho que se corrobora con las vivencias presenciadas en el aula de clase. Por lo tanto, es necesario fortalecer la asertividad desde programas o proyectos en las instituciones educativas, con el propósito de mejorar la convivencia entre los alumnos.

### Figura 8

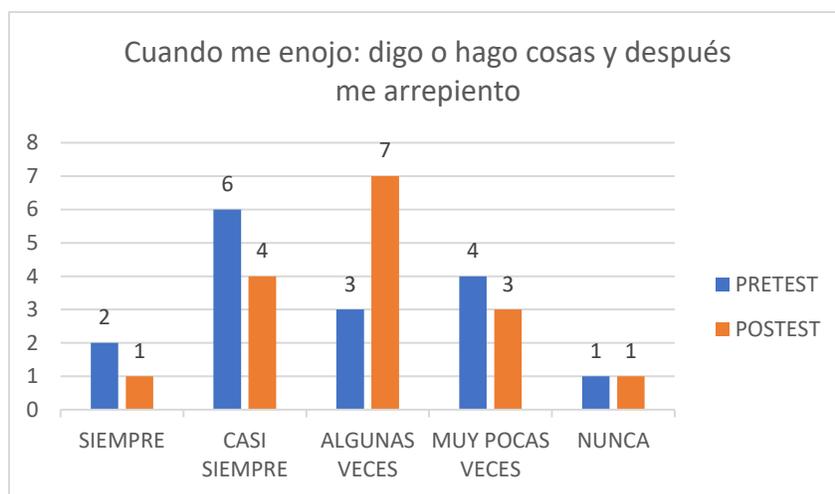
*Resultados pretest y postest Categoría: Regulación emocional.*



*Nota.* La figura muestra los resultados de la pregunta: Cuando alguien me habla no lo escucho con atención de la subcategoría: Expresión emocional. Fuente: Elaboración propia.

**Figura 9**

*Resultados pretest y postest Categoría: Regulación emocional.*



*Nota.* La figura muestra los resultados de la pregunta: Cuando me enojo: digo o hago cosas y después me arrepiento de la subcategoría: Expresión emocional. Fuente: Elaboración propia.

### **Competencia: regulación de emociones y sentimientos**

La regulación de las emociones consiste en aceptar que las emociones a menudo deben ser reguladas, especialmente aquellas que se generan por impulsividad, como la ira, la violencia, comportamientos de riesgo o estados emocionales negativos como el estrés, la ansiedad o la depresión (Bisquerra y Mateo, 2019, p.96) y es la regulación la que permite que se disminuyan los efectos negativos y se maximicen los positivos sin reprimir o exagerar aquello que se siente (Mayer y Salovey, 1997 como se citó en Juárez, J. y Fragoso, R., 2019, p.98).

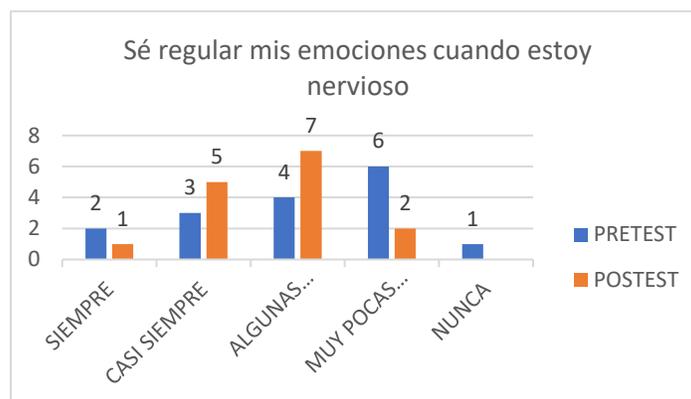
En este sentido, se considera fundamental desarrollar esta competencia en los estudiantes debido a que en ambas instituciones educativas una de las problemáticas que más afecta la convivencia escolar es la violencia tanto física como verbal y desde esta propuesta se buscó indagar que tanto saben regular los estudiantes las emociones que experimentan.

Inicialmente en el pretest y en el primer grupo focal, la mayoría de los estudiantes afirmaron no saber cómo regular sus emociones cuando están nerviosos (Figura 10) y también

cuando tienen algún conflicto o problema (Figura 11). Tal como se observa en las siguientes afirmaciones: “me da mucha rabia cuando yo quiero hacer algo y no me sale o por ejemplo cuando voy a hacer algo y otra persona lo hace por mí. Pero no es tanto como rabia hacia la otra persona, sino que yo siento que no sirvo, que no soy capaz de hacer esto o lo otro” (I1-E1); “casi siempre que hay un conflicto lo solucionamos con una pelea, con alegar o así” (I2-E3).

### Figura 10

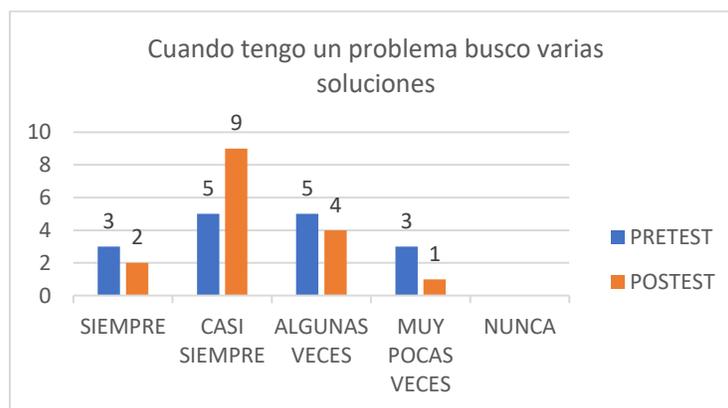
Resultados pretest y postest Categoría: Regulación emocional.



*Nota.* La figura muestra los resultados de la pregunta: Sé regular mis emociones cuando estoy nervioso de la subcategoría: Regulación de emociones y sentimientos. Fuente: Elaboración propia.

### Figura 11

Resultados pretest y postest Categoría: Regulación emocional.



*Nota.* La figura muestra los resultados de la pregunta: Cuando tengo un problema busco varias soluciones de la subcategoría: Regulación de emociones y sentimientos. Fuente: Elaboración propia.

Considerando lo anterior, se pudo comprobar que la dificultad de los estudiantes para regular sus emociones y buscar otras alternativas para resolver los problemas o conflictos están relacionados con los cambios propios de la adolescencia, etapa en la cual se construye el autoconcepto y la autoestima, además enfrentan situaciones como intimidaciones, agresiones y otras formas de violencia tanto en el contexto escolar como familiar, que radican “en la falta de estrategias, habilidades y competencias para resolver situaciones conflictivas de manera eficaz” (García-Blanc, N. et al., 2022, p. 4), es decir, los cambios biológicos, físicos, sociales y psicológicos inciden en las emociones de los alumnos “tendiendo hacia la irritabilidad, la cual provoca la aparición de episodios de ira” (Riquelme et al., 2018 como se citó en García-Blanc, N. et al., 2022, p.11).

Considerando las problemáticas arriba mencionadas, desde la propuesta de intervención se planteó el desarrollo de la regulación emocional en los estudiantes para gestionar las situaciones que se presentaban en las instituciones, utilizando las TIC como estrategia pedagógica, encaminadas a fortalecer las relaciones interpersonales desde el ámbito virtual y presencial, aprovechando las posibilidades que representan para compartir y comprender las propias emociones y las emociones de los demás desde diferentes recursos virtuales, tales como la asociación de imágenes, foros en el blog, la formulación de preguntas, y la comunicación asincrónica con sus compañeros para fortalecer la toma de conciencia y domesticar la emoción.

Como lo plantea Casassus, (2006), “lo primero es la conciencia emocional. Si uno quiere desarrollar la capacidad de regular sus emociones y utilizarlas de manera positiva, debemos saber qué es lo que se está sintiendo y cuáles son las emociones que están presentes, de lo contrario éstas estarán en la inconciencia y no podremos regular nada” (p. 173). Por tal motivo, para aprender a regular las emociones es indispensable adquirir una conciencia emocional que a su vez ayudará a modificar el comportamiento, evaluar los acontecimientos y sus reacciones en determinadas situaciones en la vida cotidiana de los estudiantes.

La regulación emocional “es el proceso a través del cual los individuos toman decisiones sobre sus emociones, influenciándolas para experimentar aquellas que les permitan alcanzar metas tanto personales como sociales” (Gómez y Calleja, 2016, p.102) éstas se modifican a través de estrategias de regulación que los docentes aportan por medio de programas, actividades y recursos diseñados a partir de las necesidades o características que poseen los estudiantes y sirviéndoles de modelo al momento de regular sus emociones (Bisquerra y Mateo, 2019, p.78).

En la propuesta de intervención a pesar de que los estudiantes reconocieron las dificultades que tenían al momento de regular sus emociones, en el segundo grupo focal consideraron oportuno aprender a regularlas: “debemos saber controlar nuestras emociones, ser responsables con ellas y mantenerlas en orden para que podamos experimentarlas de mejor forma”. (I1-E9); “es muy importante saber controlar nuestras emociones ya que así, no estaríamos confundidos sobre lo que sentimos” (I2-E2).

Además, expresaron que recurrían a las siguientes estrategias de regulación para enfrentar determinadas situaciones que afectan su estado emocional: “yo pa’ calmarme lo único que hice fue ponerme a escuchar música” (I1-E3); “yo lo soluciono distrayéndome como hablando con personas con quienes tengo confianza o salir a caminar” (I2-E1); “se me olvidó porque estaba viendo tiktok” (I2-E9); “tratando de tranquilizarme, respirar, tratando de no llevar la contraria para que el problema no sea más grande” (I1-E10).

Llama la atención como caso atípico que la estudiante E9 de la I2, utilizó plataformas como Tik Tok para regular las emociones que sentía, situación que demuestra el impacto que pueden llegar a tener las redes sociales en los adolescentes y cómo éstas influyen en la gestión de sus emociones, donde una de las características principales de las redes sociales es la distracción y crear entretenimiento para las personas (Rojas, 2019, p.18).

Otro caso atípico que se encontró en la I1, fue el de un grupo de estudiantes que utilizaron Tik Tok para ver, realizar y compartir el reto llamado: “¿Qué se siente?”, en el cual debían

formular preguntas inapropiadas e hirientes sobre aspectos sentimentales, personales y emocionales que contribuyó a generar una discusión en el grupo focal final. Al respecto, la estudiante que estuvo directamente más afectada por el reto compartió cómo se sintió y cómo gestionó las emociones negativas que desencadenó el supuesto juego con sus amigas: “Tengo dos situaciones: una es de tristeza cuando alguien utiliza lo que le cuento para después utilizarlo en contra mía y hacerme daño...ellas se la pasan diciendo que es de broma, pero eso duele. Yo me alejo y pues trato de demostrar que no me dolió, o sea trato de meterme en la cabeza que están jugando” (I1-E2).

Por su parte, las respuestas de sus compañeras implicadas dejaron entrever que ese tipo de retos virales se han normalizado “ella también debería de ponerse a pensar un poquito en lo que dice...ella sabe muy bien que vamos a jugar ese juego, todas nos contamos cosas y si lo usamos, sabe que tarde que temprano lo vamos a usar” (I1-E4); “es un juego, no debe tomarse todo a pecho” (I1-E6).

De ahí la urgencia de educar en emociones y más aún enseñar estrategias de regulación emocional para reconocer cuáles son las personas o hechos favorables o desfavorables que desencadenan ciertas emociones en los estudiantes, particularmente el uso de las redes sociales que al ser utilizadas de manera irresponsable inciden negativamente en las relaciones interpersonales, en la convivencia, en el estado emocional y en la identidad de los estudiantes.

### **Competencia: regulación de la ira para la prevención de la violencia**

Como se ha señalado, dentro de las problemáticas identificadas en ambas instituciones se encontraron las agresiones físicas y verbales entre los estudiantes, por ello la competencia regulación emocional es una de las más importantes debido a que “cobra especial relevancia la gestión de la ira, ya que se ha demostrado que es una estrategia efectiva para la prevención de la violencia” (Bisquerra y Mateo, 2019, p.97) y mejora el bienestar emocional de los estudiantes en los contextos educativos.

Durante el desarrollo del primer grupo focal en la I2 los estudiantes mencionaron los conflictos que se viven dentro de la institución educativa como: “casi siempre que hay un conflicto lo solucionamos con una pelea o con alegar...pero la última opción es hablar con un profesor, la última” (I2-E3). Igualmente, los estudiantes contaron que tienen un lugar afuera de la institución llamado “la placa” donde se reúnen para agredirse físicamente. Uno de ellos menciona que “la placa es la cancha pública de este sector y cuando hay conflictos es donde todos se ponen de acuerdo para ir a arreglar sus asuntos... la mayoría de las veces es usted salir y decir en la placa en la placa y ya entiende que hay una pelea.” (I2-E3).

En el caso de la I1, al interior de las dinámicas del aula de clase se observaron agresiones verbales, tal como lo expresan los estudiantes: “la peor forma de solucionar un problema es agrediendo físicamente. Yo no soy de ese tipo de comportamientos, yo peleo, pero verbalmente” (I1-E1); “pelear no es la mejor solución. No suelo golpear a las personas, pero si me enojo les comienzo a gritar” (I1-E2).

En este sentido, se pudo concluir que ninguna de las dos instituciones está exenta del fenómeno de la violencia tanto verbal como física, aunque las manifestaciones de ira son diferentes porque los estudiantes generalmente desconocen otras alternativas para gestionar los conflictos, regular de manera apropiada la emoción de la ira y dimensionar las consecuencias que pueden tener en su vida y en la de los demás los comportamientos y actitudes agresivas.

Por tal motivo, en la propuesta de intervención se realizaron actividades encaminadas a enseñar estrategias para gestionar los conflictos y regular las emociones que experimentan los estudiantes, gracias a ello, reconocieron la importancia de dialogar al momento de tener un conflicto con algún compañero, lo que se hace evidente en las siguientes afirmaciones:

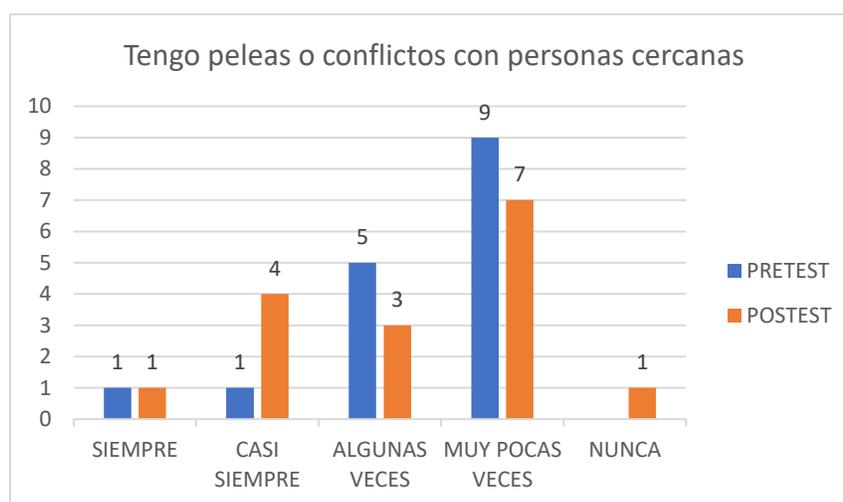
“hablen pacíficamente y lleguen a un acuerdo” (I1-E4); “dialogue, piense antes de actuar” (I1-E7); “controle su ira y empiece a buscar soluciones que no tengan violencias” (I2-E1); “los problemas hay que solucionarlos dialogando” (I2-E4); “la mejor solución es hablar”

(I2-E9); “nada se soluciona peleando es mejor dialogando o hablando con alguien que nos pueda ayudar o alguien que nos pueda dar una solución” (I2-E10).

A partir de estas respuestas, los estudiantes consideraron como alternativas para buscar salida a los conflictos, el diálogo y el apoyo de un mediador, ya sea un compañero o profesor de confianza. Además, en el pretest y el postest ellos reconocieron que no suelen tener peleas o conflictos con personas cercanas a ellos (Figura 12), pero estos resultados se contradicen con las dinámicas que se presencian en el aula de clase y demás espacios institucionales donde se observan diversas manifestaciones de intolerancia e irrespeto con sus amigos y compañeros más cercanos.

### Figura 12

*Resultados pretest y postest Categoría: Regulación emocional.*



*Nota.* La figura muestra los resultados de la pregunta: Tengo peleas o conflictos con personas cercanas de la subcategoría: Regulación de la ira para la prevención de la violencia. Fuente: Elaboración propia.

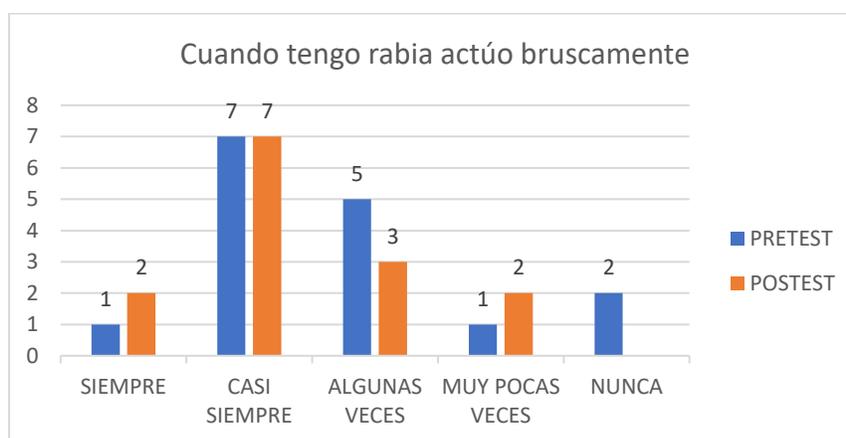
De hecho, algunos de los estudiantes desde las experiencias que contaron en el grupo focal final expresaron que suelen reaccionar de forma agresiva dependiendo de la situación, la persona, el contexto y el estado emocional. Sobresalen expresiones como:

“Una vez que no supe controlar mi ira y me peleé violentamente con una de mis compañeras, resulté muy herida físicamente al igual que ella” (I2-E1); “generalmente yo soy el causante del bullying” (I1-E1); “yo en lo personal soy muy fastidiosa y me gusta molestar a otros” (I1-E4); “ellos son groseros conmigo y yo también les respondo grosera” (I2-E2); “Fui como fue ella, mi reacción fue agresiva porque si alguien me trata mal pues yo no me voy a dejar que me traten mal y si me insultan yo también insulto” (I2-E9).

Lo anterior evidencia que los estudiantes carecen de regulación emocional al momento de tener algún conflicto, lo que, a su vez, se puede confirmar en las respuestas del pretest y del postest (Figura 13) donde la mayoría de ellos reconocen que se dejan llevar por la rabia en determinadas circunstancias.

**Figura 13**

*Resultados pretest y postest Categoría: Regulación emocional.*



*Nota.* La figura muestra los resultados de la pregunta: Cuando tengo rabia actúo bruscamente de la subcategoría: Regulación de la ira para la prevención de la violencia. Fuente: Elaboración propia.

Cabe resaltar que las manifestaciones agresivas son un problema que se presenta en mayor medida entre los estudiantes de secundaria y pueden interferir notablemente en el proceso académico, formativo y en el desarrollo evolutivo de los adolescentes, afectando “su bienestar,

salud psicológica y relaciones sociales, que son devastadoras en los casos más graves de acoso escolar o bullying” (Estévez, E., 2017, p. 98). Muchas veces dichas agresiones se deben a que la adolescencia es una etapa donde se evidencia la vulnerabilidad, el conflicto y el distanciamiento en los espacios de socialización (Chala y Matoma, 2013, p. 6), lo que los hace susceptibles de ser influenciados “cuando los valores impartidos en la familia o en la escuela no han quedado bien cimentados en su personalidad” (Torres, 2012, p. 86).

La adolescencia es la etapa en la que se experimenta toda una serie de cambios biológicos, intelectuales, afectivos y de identidad personal que llevan a una construcción de la personalidad (Colom y Fernández, 2009, p.239). Asimismo, en esta etapa las emociones se encuentran en constante cambio haciéndolos más vulnerables a riesgos, problemáticas y conflictos que se producen constantemente en nuestra sociedad y que se replican en la escuela. Por esa razón, la educación emocional en secundaria es fundamental especialmente como forma de prevención y gestión de conflictos desde el diálogo y la negociación dotándolos de herramientas necesarias para que aprendan a convivir.

Considerando lo anterior, llama la atención las respuestas de (I1-E1) durante el grupo focal final, quien reconoce que no le preocupa como puedan sentirse los demás con sus acciones o palabras ya que su intención es causar malestar en sus compañeros, es decir, no muestra empatía por las emociones que puede generar en los otros. De hecho, una característica particular de este estudiante es que posee muy buenas competencias cognitivas, pero no pasa lo mismo con las competencias emocionales, debido a su dificultad para relacionarse, ponerse en el lugar del otro y trabajar en equipo.

Por lo tanto, es importante desarrollar y potenciar la empatía en los estudiantes desde la educación emocional “para que puedan entender las necesidades, sentimientos y problemas de los demás, poniéndose en su lugar y de esta manera, responder correctamente a sus reacciones emocionales”, (Balart, 2013, como se citó en Serna y Sánchez, 2017, p.23) mejorar las relaciones sociales y fomentar una cultura de paz en las instituciones educativas.

De la misma manera, los estudiantes pudieron reconocer en ellos ciertas reacciones agresivas, así como las agresiones que viven sus compañeros. Entre ellas se destacan expresiones como:

“En el colegio usualmente hay muchas peleas ya sea dentro o por fuera, pues yo no he estado en una pero sí he visto en los demás” (I2-E2); “Cuando unas niñas se pusieron a pelear y una le rompió la boca a la otra” (I2-E4); “en la fila del restaurante estaban empujando y se agarraron” (I2-E6); “la vez que unas niñas estaban peleando supuestamente por un chico” (I2-E10); “un chico era acusado y ultrajado injustamente, le robaban sus cosas y lo amenazaban” (I2-E4); “se burlaban de un compañero del salón por ser de otra parte” (I2-E10); “cuando un chico estaba copiando tranquilo en el escritorio, cuando llegó otro y le pegó en la cabeza” (I2-E4); “cuando a una compañera le decían gorda” (I2-E4).

Tanto en el aula de clase, como en los demás espacios institucionales se presencian manifestaciones de intolerancia, xenofobia, irrespeto, bullying, agresiones, desigualdad, entre otras, que nos advierten de la importancia de desarrollar las competencias emocionales en los estudiantes para contribuir a la convivencia escolar y el bienestar personal.

Sobresale también cómo los estudiantes asociaban la emoción de la ira con las múltiples reacciones que tienen los docentes en las aulas de clase, por ejemplo:

“llega de otro salón estresada y nosotros sin hacer nada y empieza es a desquitarse con uno, bueno con todo el salón, empieza es a regañar” (I1-E1); “ella no escucha, la profesora muchas veces me ha regañado por cosas que yo no he hecho” (I1-E2); “ella si es grosera” (I1-E1); “si no dejan entender, el profesor se enoja” (I1-E7); “uno trata de hablar pasivamente, pero ella responde agresiva y grosera, eso da mucha rabia” (I1-E10); “el estudiante empieza a alegar y el profesor se compara con él y también empieza a alegar” (I2-E3); “hay unos profesores que no nos dejan expresar y solo son ellos los que pueden hablar entonces uno se siente muy presionado al estar con ellos” (I2-E3); “ahí fue

cuando él se puso agresivo conmigo y ahí si me enojé porque me parece que para él los estudiantes nunca tenemos la razón” (I2-E1); “el empieza a temblar o empieza a ofuscarse” (I2-E8).

Las experiencias arriba mencionadas fueron una tendencia en ambas instituciones, lo cual demuestra el papel fundamental que cumplen los docentes al momento de influenciar emocionalmente a los estudiantes por ser un referente de socialización en el contexto escolar. Es decir “el profesor debe ser un modelo a seguir, capaz de transmitir un adecuado afrontamiento emocional, ya que los alumnos pasan mucho tiempo en el aula y la mejor forma de fomentar la adquisición adecuada de los sentimientos y emociones, es transmitirlos a través de la figura del profesor” (Cifuentes, E., 2017, p.40).

De la misma manera, el docente que desarrolla competencias emocionales puede adquirir herramientas para comunicarse de manera asertiva con sus estudiantes, mediar en los conflictos, crear ambientes de aula armónicos y fomentar la empatía como una estrategia para crear mejores relaciones con sus alumnos (Gutiérrez-Torres, A., y Buitrago-Velandia, S., 2019, p.183).

### **Discusión y conclusiones**

A continuación, se presentan las conclusiones de la pregunta de investigación de este proyecto que está orientada a evaluar la contribución del uso de las TIC como estrategia pedagógica para desarrollar competencias emocionales en estudiantes del grado noveno de dos instituciones educativas públicas de Antioquia.

En cuanto al objetivo general que consiste en caracterizar la contribución del uso de las TIC como estrategia pedagógica para desarrollar competencias emocionales en los estudiantes desde el área de ciencias sociales, es posible reconocer la importancia que representan las TIC para enseñar y desarrollar las competencias emocionales, particularmente los bloques conciencia emocional y regulación emocional seleccionados para llevar a cabo esta investigación.

Respecto al bloque conciencia emocional, se evidencia un aumento en el nivel de las competencias: toma de conciencia de las propias emociones, toma de conciencia de las emociones de las demás personas, dar nombre a las emociones y empatía en los estudiantes, quienes adquirieron la capacidad de percibir, identificar y categorizar con precisión las emociones propias y de otras personas tanto en un contexto presencial como virtual.

Además, el uso de herramientas y recursos tecnológicos permiten romper con los modelos tradicionales de enseñanza debido a su carácter innovador, didáctico y cercano a las vivencias de los estudiantes, fortaleciendo las relaciones interpersonales y la empatía gracias a las experiencias y emociones compartidas en el ámbito virtual.

Si bien, las actividades diseñadas en la propuesta de intervención fueron planeadas para llevarse a cabo de forma virtual, es importante destacar que las actividades realizadas de manera presencial también contribuyeron a construir espacios de diálogo, reflexión e interacción entre los estudiantes y las docentes demostrando de esta manera que ambos entornos son fundamentales en la educación actual puesto que la tecnología está presente en todas las dinámicas sociales y en la construcción de identidad de los adolescentes.

Es preciso señalar que el uso de las TIC posibilita no solo el desarrollo de las competencias emocionales sino también las competencias digitales en los estudiantes, debido a que realizaron actividades virtuales fuera del aula de clase, lo que a su vez fortaleció la autonomía en su proceso de aprendizaje, especialmente al no tener que estar físicamente en el aula cumpliendo un horario, lo cual, los llevó a organizar su tiempo para ejecutar las actividades y volver a la información y contenidos propuestos en el blog en caso de ser necesario.

Asimismo, se promueve la autonomía para construir conocimiento a partir de la conformación de grupos de aprendizaje que les permiten discutir, reflexionar, analizar y comparar sus opiniones con las de sus compañeros en nuevos espacios como foros, chats y correos electrónicos, que se convierten en herramientas mediadoras de comunicación y de difusión de un propósito en común. Desde estos espacios adquiere “sentido la interacción social que es la

primera instancia en la construcción del conocimiento: es con el otro con quien se confrontan argumentos, es con el otro con quien se comparten experiencias, es del otro de quien se escuchan otras interpretaciones y otras experiencias, que se unen a las propias para transformarlas”, (Peláez A., y Álvarez G. 2006, p.160) brindándoles a los estudiantes aprendizajes a lo largo de la vida.

Además, las TIC ofrecen a los estudiantes la posibilidad de identificar, comprender y expresar sus emociones por medio de múltiples narrativas en el blog donde se evidencia que la comunicación virtual no carece de emociones, al contrario, “las emociones positivas se expresan en la misma medida que en las interacciones cara a cara, y las emociones negativas intensas incluso se expresan más abiertamente” (Derks, Fischer y Bos, 2008, como se citó en Serrano-Puche, 2016, p. 22).

De la misma manera, Salinas (1999) afirma que un diálogo mediado por herramientas virtuales puede proporcionar una comunicación mucho más próxima y cálida contrario a lo que se ha pensado en la enseñanza presencial donde el contacto visual es condición necesaria para proporcionar una comunicación más directa, didáctica y humana. Sin embargo, “ni la enseñanza presencial presupone comunicación efectiva y apoyo al estudiante, ni la enseñanza a distancia deja enteramente todo el proceso de aprendizaje en manos del alumno” (p.3) corroborando de esta manera que lo virtual y presencial están atravesados por el ámbito emocional de los estudiantes.

Por lo tanto, utilizar las TIC como estrategia pedagógica para desarrollar la competencia conciencia emocional en los estudiantes permite reconocer las emociones gracias a la diversidad de recursos que ofrece la tecnología, pero desde el aula de clase también es necesario llevar a cabo actividades vivenciales con el propósito de conocer y aprender desde lo individual y grupal, ya que se pudo reconocer que lo virtual dificulta la comunicación asertiva y la empatía, por ello, se sugiere que futuras investigaciones analicen la relación y los alcances entre la comunicación asertiva y la virtualidad en los adolescentes.

En cuanto al bloque regulación emocional, se evidencia que las TIC influyen directa e indirectamente en la gestión de las emociones de los estudiantes, dependiendo de su funcionalidad o utilidad, de los contenidos a los que accedan y las emociones manifestadas por otros en las redes sociales, puesto que no solamente las TIC sirven para dialogar, socializar y aprender sino que también pueden dar paso a conflictos, malos entendidos, agresiones verbales y múltiples violencias propias de la virtualidad.

Adicional a ello, una de las características principales de las redes sociales es la distracción y creación de entretenimiento para las personas, en el caso de los estudiantes, las TIC son utilizadas como medios de evasión ante determinada situación que los afecta emocionalmente. Lo anterior ratifica la importancia de educar en emociones a los estudiantes y enseñarles estrategias de regulación emocional especialmente porque su uso irresponsable incide negativamente en las relaciones interpersonales, en la convivencia, en el estado emocional y la identidad de los estudiantes.

Al momento de identificar las competencias emocionales previas de los estudiantes que corresponde al primer objetivo específico de esta investigación, surgieron aspectos que vinculan sus estados emocionales con situaciones directamente académicas, como la complejidad de ciertas asignaturas, la poca flexibilidad de los métodos de enseñanza y las actitudes de los docentes que contribuyen a desencadenar en ellos emociones negativas como la ira, el miedo y la tristeza.

A esto se le suma la percepción de las evaluaciones como un detonante que les genera estrés, frustración, presión y decepción cuando las pierden, aspecto que es importante indagar en futuras investigaciones puesto que tanto las competencias cognitivas y las emocionales son indispensables en el desarrollo y la formación integral de los estudiantes y no pueden pensarse por separado.

Considerando la necesidad de desarrollar las competencias emocionales propuestas, el segundo objetivo consiste en implementar en ambas instituciones una propuesta pedagógica

mediada por el uso de las TIC, que evidencia la importancia de crear espacios significativos de diálogo y encuentro, tanto virtuales como presenciales, ya que estos permiten la construcción de lazos de confianza entre los participantes, especialmente porque allí pueden hablar de sus emociones y sus experiencias y al mismo tiempo escuchar a los otros, fortaleciéndose así la expresión asertiva de las emociones y la empatía, y a su vez les permite a los estudiantes conocerse mejor, manejar sus emociones, construir mejores relaciones con los demás y disminuir los comportamientos agresivos (MEN, 2021, p.4).

Por último, el tercer objetivo específico que busca evaluar la incidencia de la propuesta pedagógica en el desarrollo de las competencias emocionales, permite entrever la asimilación del aprendizaje y los cambios que se generaron en los estudiantes, evidenciado de esta manera la importancia de articular las TIC con el desarrollo de competencias emocionales como la conciencia emocional y la regulación emocional en los estudiantes de hoy, quienes habitan de manera alterna entre el mundo virtual y presencial, para ello, es fundamental contribuir a mejorar la convivencia escolar en las instituciones educativas, partiendo principalmente de la regulación de la ira para prevenir conflictos y situaciones de violencia desde el uso y apropiación responsable de las TIC.

Teniendo en cuenta el análisis de los resultados de esta investigación, se recomienda el acompañamiento de profesionales de la salud mental en las instituciones, así como aprovechar todas las posibilidades que generan las TIC como recurso pedagógico para fortalecer los procesos de aprendizaje, sin olvidar que las actividades presenciales también son indispensables para conocer y aprender de las propias emociones y las emociones de los demás. Por último, se reitera que la educación emocional debe comenzar a enseñarse desde temprana edad y continuar desarrollándose constantemente a lo largo de toda la vida para afrontar los retos de la sociedad del siglo XXI.

Cabe resaltar la necesidad de que futuras investigaciones analicen el papel que cumplen los docentes en la educación emocional de los estudiantes ya que estos tienen la responsabilidad

ética y social de formarse en este tema y replicarlo en las aulas de clase desde las diversas áreas y proyectos transversales en instituciones tanto urbanas como rurales, puesto que un docente emocionalmente equilibrado puede propiciar ambientes de aprendizaje basados en la tolerancia y el respeto.

Igualmente, es pertinente indagar acerca del rol que desempeñan las familias en el desarrollo emocional de los estudiantes y cómo las vivencias de sus hogares inciden en su nivel académico, en la manera como se relacionan con los demás y en el desarrollo de su personalidad.

## Referencias

- Alvira, F. (1985). La investigación evaluativa: una perspectiva experimentalista. *Revista española de investigaciones sociológicas*, (29), 129-142.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=250536>
- Aranda, M. (2019). *El fomento de habilidades socioemocionales mediante una metodología gamificada en estudiantes de bachillerato*. [Tesis de maestría, Universidad de Guadalajara]. Archivo digital.  
<https://www.riudg.udg.mx/handle/20.500.12104/82310>
- Aranda, M. y Caldera, J. (2018). Gamificar el aula como estrategia para fomentar habilidades socioemocionales. *Revista Educ@rnos*, 8(31), 41-66.  
[https://www.researchgate.net/publication/331597025\\_Gamificar\\_el\\_aula\\_como\\_estrategia\\_para\\_fomentar\\_habilidades\\_socioemocionales](https://www.researchgate.net/publication/331597025_Gamificar_el_aula_como_estrategia_para_fomentar_habilidades_socioemocionales)
- Arias, E., Hincapié, D., y Paredes, D. (2020). *Educar para la vida: el desarrollo de las habilidades socioemocionales y el rol de los docentes*. BID. <http://dx.doi.org/10.18235/0002492>
- Balda, M. (2019). *Competencias emocionales y rendimiento académico*. [Tesis de maestría, Universidad Pública de Navarra]. Archivo digital. <https://academica-e.unavarra.es/xmlui/bitstream/handle/2454/33601/TFM18-MPES-EGE-BALDA-100316.pdf?sequence=1&isAllowed=n>
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, 13-25.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72709503>
- Benavides, M., Pompa, M., Agüero, M., Sánchez, M. y Rendón, V. (2022). Los grupos focales como estrategia de investigación en educación: algunas lecciones desde su diseño, puesta en marcha, transcripción y moderación. *Revista CPU-e Revista de investigación educativa*, (34), 163-197.  
<https://doi.org/10.25009/cpue.v0i34.2793>

- Berástegui, J., (2015). *Evaluación del desarrollo de la educación emocional en un centro educativo*. [Tesis de doctorado, Universidad del País Vasco]. Archivo digital. <https://addi.ehu.es/handle/10810/17917>
- Bisquerra, R. y Mateo, J. (2019). *Competencias emocionales para un cambio de paradigma en educación*. Horsori Editorial.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de investigación educativa*, 21(1), 7-43. <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071/94661>
- Bisquerra, R. (2006). Orientación psicopedagógica y educación emocional. *Estudios sobre educación*, (11), 9-25. <https://doi.org/10.15581/004.11.24332>
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Editorial Síntesis. <https://sonria.com/wp-content/uploads/2020/03/Psicopedagogia-emociones-Bisquerra.pdf>
- Bisquerra, R. y Hernández, S. (2017). Psicología positiva, educación emocional y el programa aulas felices. *Papeles del psicólogo*, 38(1), 57-68. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77849972006>
- Bisquerra, R., y Pérez, N. (2012). Educación emocional: estrategias para su puesta en práctica. *Avances en Supervisión Educativa*, (16). <https://doi.org/10.23824/ase.v0i16.502>
- Bonilla-Castro, E. y Rodríguez, P. (2005). *Más allá del dilema de los métodos: la investigación en ciencias sociales*. Grupo Editorial Norma. <https://books.google.com.co/books?id=REOIWoQuAL4C&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>
- Buelvas, Y. (2020). *Competencias socioemocionales relacionadas con la empatía en estudiantes protagonistas de situaciones que afectan la convivencia escolar en la Institución Educativa Valdivia, del municipio de Valdivia-Antioquia*. [Tesis de maestría, Universidad de Antioquia]. Archivo digital. <https://bibliotecadigital.udea.edu.co/handle/10495/14875>

- Camacho, J. y Pérez, I. (2019). *Competencias socioemocionales mediante el uso de recurso educativo WIX en estudiante de Básica Primaria* [Tesis de maestría, Universidad de la Costa]. Archivo digital. <https://repositorio.cuc.edu.co/handle/11323/5920>
- Carvajal, C. (2020). *Uso de tic para el desarrollo del pensamiento crítico de estudiantes de secundaria en el área de ciencias sociales* [Tesis de maestría, Universidad Pontificia Bolivariana]. Archivo digital. <https://repository.upb.edu.co/handle/20.500.11912/6008?locale-attribute=en>
- Casassus, J. (2006). *La educación del ser emocional*. Espacio Índigo/Editorial Cuarto propio. [https://www.academia.edu/33769023/Casassus\\_Juan\\_La\\_Educacion\\_Del\\_Ser\\_Emocional\\_pdf](https://www.academia.edu/33769023/Casassus_Juan_La_Educacion_Del_Ser_Emocional_pdf)
- Cejudo, J., Losada, L., Garrido, M. y Feltrero, R. (2019). Programa " aislados": la gamificación como estrategia para promover el aprendizaje social y emocional. *Voces de la Educación*. 155-168. <https://www.revista.vocesdelaeducacion.com.mx/index.php/voces/issue/view/Especial2019/Especial2019>
- Chala, L. y Matoma, L. (2013). *La Construcción de la identidad en la Adolescencia*. Universidad Pedagógica Nacional. [Tesis de pregrado, Universidad Pedagógica Nacional]. Archivo digital. <http://repositorio.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/2535/TE-16019.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cifuentes, E. (2017). *La influencia de la inteligencia emocional en el rendimiento matemático de alumnos de educación secundaria. Aplicación de un programa de intervención psicopedagógica de educación emocional*. [Tesis de doctorado, Universidad Camilo José Cela]. Archivo digital. <https://core.ac.uk/download/197483747.pdf>
- Cobos, L., Fluja-Contreras, J. y Gómez, I. (2018). Revisión de protocolos de evaluación e intervención en educación emocional en adolescentes en contextos educativos a nivel grupal. *Revista de Estudios de Juventud*, (121), 151-167. [https://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2019/06/9\\_revisiobn\\_de\\_protocolos\\_de\\_evaluacion\\_e\\_intervencion\\_en\\_educacion\\_emocional\\_en\\_adolescentes\\_en\\_contextos\\_educativos\\_a\\_nivel\\_grupal.pdf](https://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2019/06/9_revisiobn_de_protocolos_de_evaluacion_e_intervencion_en_educacion_emocional_en_adolescentes_en_contextos_educativos_a_nivel_grupal.pdf)

- Coll, C. (2008). Aprender y enseñar con las TIC: expectativas, realidad y potencialidades. En: R., Carneiro, J., Toscano y T. Díaz (coordinadores), *Los desafíos de las TIC para el cambio educativo*, Madrid, (pp.113-126). OEI-Fundación Santillana.  
<https://www.oei.es/uploads/files/microsites/28/140/lastic2.pdf>
- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL) (2013). *Effective Social and emotional learning programs*. Editorial assistance and design: KSA-Plus Communications, Inc.  
<https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED581699.pdf>
- Colom, J. y Fernández, M. (2009). Adolescencia y desarrollo emocional en la sociedad actual. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 235-242.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832320025>
- Correa, S., Puerta, A. y Restrepo B., (1996). *Investigación evaluativa. Programa: Especialización en teoría, métodos y técnicas de investigación social*. ARFO Editores e Impresores Ltda.  
[http://www.etpcba.com.ar/Documentos/Sitios/Evaluacion\\_Intitucional/6\\_INVEST\\_EVALUAT.pdf](http://www.etpcba.com.ar/Documentos/Sitios/Evaluacion_Intitucional/6_INVEST_EVALUAT.pdf)
- Escudero, Tomás (2016). La investigación evaluativa en el Siglo XXI: Un instrumento para el desarrollo educativo y social cada vez más relevante. *RELIEVE Revista Electrónica de Investigación y Evaluación Educativa*, 22(1), 1-20. <http://dx.doi.org/10.7203/relieve.22.1.8164>
- Espinoza, L. y Rodríguez, R. (2017). El uso de tecnologías como factor del desarrollo socioafectivo en niños y jóvenes estudiantes en el noroeste de México. *RICSH Revista Iberoamericana de las Ciencias Sociales y Humanísticas*, 6(11), 151-170. <http://dx.doi.org/10.23913/ricsh.v6i11.113>
- Estévez, E. y Jiménez, T. (2017). Violencia en adolescentes y regulación emocional. *International Journal of Developmental and Educational Psychology INFAD Revista de psicología*, 2(1), 97-104. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349853220010.pdf>
- Extremera N. y Fernández-Berrocal P. (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. *REDIE Revista electrónica de Investigación Educativa*, 6(2), 1-17.  
<https://redie.uabc.mx/redie/article/view/105>

- Fernández-Arias, P., Ordoñez-Olmedo, E., Vergara-Rodríguez, D., y Gómez-Vallecillo, A. (2020). La gamificación como técnica de adquisición de competencias sociales. *Revista Prisma Social*, (31), 388-409. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7625998>
- Fernández-Berrocal P. y Extremera N. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana de educación*, 29(1), 1-7. <https://doi.org/10.35362/rie2912869>
- Fernández-Berrocal, P. y Extremera, N. (2005). La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 63-93. <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927005.pdf>
- Filella, G., Cabello, E., Pérez-Escoda, N., y Ros-Morente, A. (2016). *Evaluation of the Emotional Education program "Happy 8-12" for the assertive resolution of conflicts among peers*. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 14(3), 582-601 [https://www.redalyc.org/pdf/2931/293149308009\\_1.pdf](https://www.redalyc.org/pdf/2931/293149308009_1.pdf)
- Filella, G., Ros-Morente, A., Oriol, A. y March-Llanes, J. (2018). The Assertive Resolution of Conflicts in School With a Gamified Emotion Education Program. *Frontiers in Psychology*, 9, 1-8. <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02353>
- Gaeta, M. y López, C. (2013). Competencias emocionales y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 16(2), 13-25. <https://www.redalyc.org/pdf/2170/217029557002.pdf>
- Galeano, M. (2004). *Diseño de proyectos en la investigación cualitativa*. Fondo Editorial Universidad Eafit. [https://www.academia.edu/28381298/Galeano\\_Eumelia\\_Diseño\\_de\\_proyectos\\_en\\_la\\_investigación\\_cualitativa](https://www.academia.edu/28381298/Galeano_Eumelia_Diseño_de_proyectos_en_la_investigación_cualitativa)
- García E., (2012). Educar con inteligencia emocional en la familia. En: R. Bisquerra (Coord.) *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Fundación

Faros. Hospital Sant Joan de Déu. <https://esthergarcianavarro.com/como-educar-las-emociones-la-inteligencia-emocional-en-la-infancia-y-la-adolescencia/>

García-Blanc, N., Joana, A., Gomis-Cañellas, R., Ros-Morente, A. y Filella-Guiu, G. (2022). El vocabulario emocional y la ira en estudiantes españoles: diferencias por curso y género. *REIRE Revista d'Innovació i Recerca en Educació*, 15(2), 1-17. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8537196>

Gardner, H. (1993). *Estructuras de la mente. La teoría de las inteligencias múltiples*. Fondo de Cultura Económica. <http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/bitstream/123456789/593/1/Estructura%20de%20la%20mente.%20teoria%20de%20las%20Inteligencias%20multiples.pdf>

Giraldo, J. (2018). *Caracterización de las metodologías de la enseñanza de las ciencias sociales mediadas por TIC*. [Tesis de maestría, Universidad Pontificia Bolivariana]. Archivo digital. <https://drive.google.com/file/d/1r9TIUJp03sdXsxquudUCmdQwjWXkZq-m/view>

Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional, Conecta*. <https://ciec.edu.co/wp-content/uploads/2017/08/La-Inteligencia-Emocional-Daniel-Goleman-1.pdf>

Goleman, D. (1999). La práctica de la inteligencia emocional. Kairos. [https://www.academia.edu/13367541/LA\\_PR%C3%81CTICA\\_DE\\_LA\\_INTELIGENCIA\\_EMOCIONAL](https://www.academia.edu/13367541/LA_PR%C3%81CTICA_DE_LA_INTELIGENCIA_EMOCIONAL)

Gómez, O. y Calleja, N. (2016). Regulación emocional: definición, red nomológica y medición. *Revista Mexicana De Investigación En Psicología*, 8(1), 96-117. <https://www.revistamexicanadeinvestigacionenpsicologia.com/index.php/RMIP/article/view/215>

Graells, P. (2013). Impacto de las TIC en la educación: funciones y limitaciones. *3C TIC. Cuadernos de desarrollo aplicados a las TIC*, 2(1), 1-15. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4817326>

- Gutiérrez-Torres, A. y Buitrago-Velandia, S. (2019). Las Habilidades Socioemocionales de los Docentes, herramientas de paz en la escuela. *Praxis & Saber*, 10(24), 167-192. <https://doi.org/10.19053/22160159.v10.n25.2019.9819>
- Hernández-Sampieri, R. (2014). *Metodología de la investigación*. Mc Graw Hill Education. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Isidro, A. y Muriel, M. (2020). Creciendo con las emociones: Inteligencia emocional de la niñez a la adolescencia. *Revista INFAD de psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1),137-148. <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/1837>
- Juárez, J. y Fragoso, R. (2019). Prácticas parentales e inteligencia emocional en estudiantes de secundaria. Un estudio correlacional. *Revista INFAD de psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(2), 93-106. <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/1371>
- López-Cassá., E., Pérez N. y Alegre, A. (2018). Competencia emocional, satisfacción en contextos específicos y satisfacción con la vida en la adolescencia. *Revista de Investigación Educativa*, 36(1), 57-73. <https://doi.org/10.6018/rie.36.1.273131>
- Maldonado, M. (2018). El aula, espacio propicio para el fortalecimiento de competencias ciudadanas y tecnológicas. *Sophia-Educación*, 14(1), 39-50. <http://dx.doi.org/10.18634/sophiaj.14v.1i.822>
- Márquez, M. y Gaeta, M. (2017). Desarrollo de competencias emocionales en pre-adolescentes: el papel de padres y docentes. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 20(2), 221–235. <https://doi.org/10.6018/reifop/20.2.232941>
- Melo-Solarte, D. y Díaz, P. (2018). El aprendizaje afectivo y la gamificación en escenarios de educación virtual. *Información tecnológica*, 29(3), 237-248. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07642018000300237>
- Ley 1620 de 2013. Ministerio de Educación Nacional. Art.2. *Organización y funcionamiento del sistema nacional de convivencia escolar y formación para el ejercicio de los derechos humanos, la*

*educación para la sexualidad y la prevención y mitigación de la violencia escolar.*

[https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-327397\\_archivo\\_pdf\\_proyecto\\_decreto.pdf](https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-327397_archivo_pdf_proyecto_decreto.pdf)

Ministerio de Educación Nacional. (2021). *Estrategia de formación Competencias Socioemocionales en la Educación Secundaria y Media*. Banco Mundial.

<https://www.mineducacion.gov.co/portal/men/Publicaciones/Guias/385321:Estrategia-de-Formacion-de-Competencias-Socioemocionales-en-la-Educacion-Secundaria-y-Media>

Ministerio de Educación Nacional. (2004). Guía No. 6. *Estándares básicos de competencias ciudadanas. Educación Básica y Media*. Proyecto Ministerio de Educación Nacional -Ascofade (Asociación Colombiana de Facultades de Educación)

<https://www.mineducacion.gov.co/portal/men/Publicaciones/Guias/75768:Guia-No-6-Estandares-Basicos-de-Competencias-Ciudadanas>

Monjas C., (2004). *Ni sumisas ni dominantes. Los estilos de relación interpersonal en la infancia y en la adolescencia*. [Memoria de Investigación, Plan Nacional de Investigación Científica, Desarrollo e Innovación Tecnológica]. Archivo digital. <https://docplayer.es/13371386-Ni-sumisas-ni-dominantes-los-estilos-de-relacion-interpersonal-en-la-infancia-y-en-la-adolescencia.html>

Monjas C. y González B. (1998). *Las habilidades sociales en el currículo*. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Centro de Investigación y Documentación Educativa (CIDE). [https://www.researchgate.net/publication/341151565\\_Las\\_habilidades\\_sociales\\_en\\_el\\_curriculo#fullTextFileContent](https://www.researchgate.net/publication/341151565_Las_habilidades_sociales_en_el_curriculo#fullTextFileContent)

Moraleda, A. (2015). *Justificación de la necesidad de una educación emocional. Diseño de un programa de intervención psicopedagógica de educación emocional*. [Tesis de doctorado, Universidad Complutense de Madrid]. Archivo digital. <https://eprints.ucm.es/id/eprint/33062/>

Morales, R. y Silva, R. (2017). *Las TIC como agente potenciador del desarrollo de la habilidad socio-afectiva de autoestima* [Tesis de maestría, Universidad de La Sabana]. Archivo digital. <https://intellectum.unisabana.edu.co/handle/10818/30169>

- Mórtigo, A. y Rincón D. (2018). Desarrollo de competencias emocionales en el aula de clase: estrategia para la resolución de conflictos. *Revista Redipe*, 7(2), 104-113. <https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/432>
- Organización Mundial de la Salud (1993), *Enseñanza en los colegios de las habilidades para vivir*, División de salud mental, Organización Mundial de la Salud, Ginebra [http://centroderecursos.alboan.org/ebooks/0000/0148/Ense%C3%B1anza en los colegios de las habilidades para la vida.pdf](http://centroderecursos.alboan.org/ebooks/0000/0148/Ense%C3%B1anza%20en%20los%20colegios%20de%20las%20habilidades%20para%20la%20vida.pdf)
- Ortiz-Colón, A., Jordán, J. y Agredal, M. (2018). Gamificación en educación: una panorámica sobre el estado de la cuestión. *Educação e Pesquisa*, 44, 1-17. <https://doi.org/10.1590/S1678-4634201844173773>
- Otero M., (2006). Emociones, sentimientos y razonamientos en didáctica de las ciencias. *Revista Electrónica de investigación en Educación en Ciencias*, (1), 23-53. <https://studylib.es/doc/6143189/emociones--sentimientos-y-razonamientos-en-did%C3%A1ctica-de-las>
- Palacios-Núñez, M. y Deroncele-Acosta, A. (2021). La Dimensión Socioemocional de la Competencia Digital en el marco de la Ciudadanía Global. *Maestro y Sociedad*, 18(1), 119-131. <https://maestroysociedad.uo.edu.cu/index.php/MyS/article/view/5318>
- Pascual, A. y Conejero, S. (2019). Regulación emocional y afrontamiento: Aproximación conceptual y estrategias. *Revista Mexicana de Psicología*. 36(1) 74-83. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243058940007>
- Peláez, A., y Álvarez G. (2006). Propuesta didáctica: Metodología para el diseño de cursos en ambientes virtuales. Grupo de investigación Educación en Ambientes Virtuales -EAV, *Un modelo para la educación en ambientes virtuales* (pp. 133-187). Editorial Universidad Pontificia Bolivariana.
- Pérez, N. (2016). Cuestionarios del GROPE para la evaluación de la competencia emocional (CDE). En: *Inteligencia Emocional y Bienestar II: reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones* (pp. 690-705). Ediciones Universidad de San Jorge.

[https://www.researchgate.net/publication/296054996\\_Cuestionarios\\_del\\_GROP\\_para\\_la\\_evaluacion\\_de\\_la\\_competencia\\_emocional\\_CDE](https://www.researchgate.net/publication/296054996_Cuestionarios_del_GROP_para_la_evaluacion_de_la_competencia_emocional_CDE)

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

[https://revistas.uptc.edu.co/index.php/praxis\\_saber/article/view/8941](https://revistas.uptc.edu.co/index.php/praxis_saber/article/view/8941)

Piqueras J., Ramos, V., Martínez, A., Oblitas, L. (2009). Emociones negativas y su impacto en la salud mental. *Suma Psicológica*, 16(2), 85-112. <https://www.redalyc.org/pdf/1342/134213131007.pdf>

Pulido F. y Herrera F. (2017). La influencia de las emociones sobre el rendimiento académico. *Ciencias Psicológicas* 11 (1) 29-39. <https://doi.org/10.22235/cp.v11i2.1344>

Rodríguez, B., Martínez, R. y Medina, C. (2017). Uso de las tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) como recurso didáctico promotor de convivencia escolar. *Revista Espacios*, 38(30), 1-10. <https://repositorio.cuc.edu.co/handle/11323/1845>

Rodríguez, H. (2019). De la gestión de las emociones a la transformación creativa de sí. *Voces de la Educación*, 3(5), 3-12. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7137243>

Rojas, E. (2019). *Relación entre el uso de las tic y las habilidades sociales en estudiantes de XI° del Centro Educativo Guillermo Endara Galimany*. [Tesis de pregrado, Universidad Especializada de las Américas]. Archivo digital. <http://repositorio2.udelas.ac.pa/handle/123456789/299>

Ros, A., Filella, G., Ribes, R. y Pérez, N. (2017). Análisis de la relación entre competencias emocionales, autoestima, clima de aula, rendimiento académico y nivel de bienestar en educación primaria. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 28(1), 8-18. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=338252055002>

Salinas, J. (1999). Enseñanza flexible, aprendizaje abierto. Las redes como herramienta para la formación. *EduTec. Revista Electrónica De Tecnología Educativa*, (10), 1-9. <https://doi.org/10.21556/edutec.1999.10.567>

Salovey, P., y Mayer J., (1990) *Emotional intelligence*. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>

- Sangrador, J. (2019). *Actividades de aula para el desarrollo de la Inteligencia Emocional mediante TIC*. [Tesis de maestría, Universidad de Valladolid]. Archivo digital. <https://core.ac.uk/download/pdf/250406586.pdf>
- Santander, S., Gaeta, M., Martínez-Otero, V. (2020). Impacto de la regulación emocional en el aula: Un estudio con profesores españoles. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado: continuación de la antigua Revista de Escuelas Normales*, 34 (95), 225-246. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7537504>
- Serna, O. y Sánchez, C. (2017). Alumnos violentos o inteligentes emocionales, *Atenas*, 4(40), 17-29. <https://www.redalyc.org/journal/4780/478055150002/html/>
- Serrano-Puche, J. (2016). Internet y emociones: nuevas tendencias en un campo de investigación emergente. *Comunicar. Revista Científica de Educomunicación*. 14(46), 19-26. <https://www.revistacomunicar.com/index.php?contenido=detalles&numero=46&articulo=46-2016-02>
- Stufflebeam, D. y Shinkfield, A. (1993). *Evaluación sistemática: guía teórica y práctica*. Paidós. [https://kupdf.net/download/stufflebeam-daniel-y-shinkfield-anthony-evaluacion-sistemica\\_5af6569be2b6f52b79ea8253\\_pdf](https://kupdf.net/download/stufflebeam-daniel-y-shinkfield-anthony-evaluacion-sistemica_5af6569be2b6f52b79ea8253_pdf)
- Torres, C. (2012). La cultura escolar y la violencia entre las adolescentes en el ámbito escolar: una experiencia que deja huella. En: Torres, C. *Violencia y Educación* (pp.71-92). Universidad Distrital Francisco José de Caldas. [https://die.udistrital.edu.co/sites/default/files/doctorado\\_ud/publicaciones/cultura\\_escolar\\_y\\_violencia\\_entre\\_adolescentes\\_en\\_ambito\\_escolar\\_una\\_experiencia\\_que\\_deja\\_huella.pdf](https://die.udistrital.edu.co/sites/default/files/doctorado_ud/publicaciones/cultura_escolar_y_violencia_entre_adolescentes_en_ambito_escolar_una_experiencia_que_deja_huella.pdf)
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2021). *Habilidades socioemocionales en América latina y el caribe. Estudio Regional comparativo y explicativo*. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000380240>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2022). *Las 12 habilidades transferibles del Marco Conceptual y Programático de UNICEF*. <https://www.unicef.org/lac/media/30756/file>

Vasilachis, I. (2006). *Estrategias de investigación cualitativa*. Editorial Gedisa.

<http://investigacionsocial.sociales.uba.ar/wp-content/uploads/sites/103/2013/03/Estrategias-de-la-investigacin-cualitativa-1.pdf>

## Anexos

### Anexo A. Pretest. Cuestionario competencias emocionales

The image shows two side-by-side screenshots of a questionnaire interface. Both forms are titled 'Cuestionario: Competencias emocionales I.E.R.' and are for different respondents: Prebítero Jesús Antonio Gómez (left) and José Antonio Galán (right). The instructions are identical: 'A continuación, encontrarás algunas frases para analizar y describir tus emociones y comportamientos. Léelas atentamente y selecciona la respuesta que más se aproxime a tus preferencias. Antes de responder es muy importante que pienses en lo que haces y no en lo que te gustaría hacer o en lo que crees que a los otros les gustaría que hicieras. Es importante que respondas con sinceridad. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. Si en algún caso no estás seguro de una respuesta, escoge aquella casilla que más se acerque a lo que generalmente haces, piensas o sientes. Las opciones son las siguientes: Siempre, casi siempre, algunas veces, muy pocas veces, nunca.' Each form has a 'Nombre completo' field and a 'Grado' field, both with a red asterisk indicating they are required.

### Anexo B. Grupo focal inicial.

#### PRIMER MOMENTO:

Presentación: Hola buenos días para todas y para todos. Soy \_\_\_\_\_ docente de \_\_\_\_\_ de la institución \_\_\_\_\_. Actualmente me encuentro estudiando la maestría en Educación en la Universidad Pontificia Bolivariana.

Estamos reunidos en este espacio para llevar a cabo un grupo focal con el objetivo de escuchar y compartir sus experiencias, ideas, creencias y opiniones acerca de las emociones y como éstas influyen en la manera de relacionarse con sus compañeros y en la capacidad de resolver los conflictos de manera apropiada.

Mis funciones en este grupo focal serás las siguientes:

Dirigir al grupo en la realización de las actividades, formular las preguntas planteadas, guiar la discusión, el tiempo de la reunión, observar y registrar los aspectos más importantes de la comunicación verbal y no verbal.

Es importante recodarles que la actividad será grabada en video y audio y toda la información registrada será confidencial y será utilizada con fines académicos para la investigación.

Como se dijo anteriormente, fueron invitados para conversar en este espacio, donde todas las opiniones serán respetadas y aceptadas, les recuerdo que no existen respuestas correctas ni incorrectas, ni buenas ni malas. Es muy importante que se expresen con total libertad, diciendo lo que piensan y sienten sobre el tema.

Además, la participación de cada uno es voluntaria. Ninguno está obligado a responder a las preguntas que ustedes no quieran responder. Si alguien quiere salirse de la reunión puede hacerlo en cualquier momento. Vamos a grabar la conversación, si ustedes no tienen inconveniente. Pueden pedir interrumpir la grabación si desean expresar algo que no quieren que quede grabado.

## **PRESENTACIÓN DE LOS Y LAS PARTICIPANTES**

Para iniciar la actividad, empiecen por escribir su nombre en el papel que tienen en su lugar para que yo pueda llamarlos por su nombre y observen con atención la imagen titulada: en la escala de Bob Esponja, ¿Cómo te sientes hoy?

Luego, cada uno de ustedes se presentará diciendo su nombre y edad y pasará a explicar cómo se siente hoy según la escala de las emociones expresadas por Bob Esponja.

**SEGUNDO MOMENTO:** 10 a 15 minutos

Actividad: ponle nombre a las emociones

A continuación, se levantarán de sus sillas en el orden en que se encuentran ubicados para comenzar a recorrer el lugar y comenzar a observar una serie de imágenes. En la parte inferior de cada imagen ustedes deberán escribir en la cartulina, cual emoción identifican y describir brevemente la situación que en ella se presenta.

Posteriormente, al finalizar esta actividad, se hará un recorrido para leer las respuestas de todos los participantes.

## **TERCER MOMENTO:**

### **Preguntas:**

1. A partir de la interpretación y la descripción de las imágenes anteriormente observadas, me pueden contar ¿qué entienden por emoción?
2. ¿Cuáles emociones lograron reconocer en las imágenes expuestas?
3. ¿Pueden describir una situación ocurrida dentro de la institución donde hayan sentido rabia?
4. ¿Recuerdan algún conflicto que hayan tenido con alguno de sus compañeros durante este año? ¿Qué emociones experimentaron?
5. Cuando tienen algún conflicto en el colegio, ¿Cuáles son las estrategias que utilizan para solucionarlo?
6. Si fueras director de grupo por una semana, ¿qué harías para mejorar la convivencia en tu salón?
7. ¿Qué opinan sobre los compañeros que expresan sus ideas sin tener en cuenta cómo se pueden sentir los demás?

8. ¿Pueden compartir una historia donde no hayan sido escuchados por sus compañeros?
9. Ahora bien, ¿Qué podría pasar sí en una actividad de clase eres tú quien ignora las opiniones de los compañeros?
10. Para finalizar, ¿tienen algún comentario o sugerencia que deseen compartir sobre lo que se ha hablado?, ¿Cómo se sintieron en la conversación?

### **DESPEDIDA**

La reunión termina aquí. Muchas gracias por esta conversación, el tiempo que dedicaron y compartieron con todos. La confianza que tuvieron para hablar sobre este tema. Es muy gratificante conocer sus opiniones.

Muchas gracias. Feliz día.

### **Anexo C. Formato de asentimiento informado**

Te invitamos a participar en el proyecto de investigación: **“El desarrollo de competencias emocionales mediadas por el uso pedagógico de las TIC: Investigación evaluativa en estudiantes de grado noveno de dos Instituciones educativas públicas de Antioquia”**, llevada a cabo por la docente Yenyfer Tatiana Botero Taborda de la Institución Educativa José Antonio Galán del municipio de La Estrella y la docente María Fernanda Arias de la Institución Jesús Antonio Gómez El Santuario, aspirantes a obtener el grado de Maestría en Educación de la Universidad Pontificia Bolivariana.

El objetivo principal de esta investigación es caracterizar la contribución del uso de las TIC como estrategia pedagógica para desarrollar competencias emocionales en los estudiantes del grado noveno, de la Institución Educativa José Antonio Galán de La Estrella y en la Institución Educativa Jesús Antonio Gómez de El Santuario del departamento de Antioquia por medio de la implementación de una propuesta pedagógica mediada por el uso de las TIC desde el área de ciencias sociales.

Lo que te proponemos hacer es: diligenciar unos cuestionarios de manera anónima y confidencial, desarrollar la guía didáctica sobre las competencias emocionales dentro de la institución educativa y participar de manera activa y respetuosa en una entrevista grupal e individual. Además, será necesario la grabación de audios, videos y la toma de fotografías, las cuales se requieren para fines académicos y los resultados obtenidos no tendrán repercusiones o consecuencias en tus actividades escolares, evaluaciones o calificaciones en el área de ciencias sociales.

Tu participación en esta investigación es completamente voluntaria, si en algún momento te negaras a participar o decidieras no continuar en la investigación, esto no te generará ningún problema, ni tendrá consecuencias a nivel institucional ni académico.

La información que suministres será confidencial. Los resultados podrán ser publicados o presentados en reuniones o eventos con fines académicos sin revelar tu identidad y datos personales. Las docentes investigadoras conservarán los cuestionarios y en general cualquier registro para futuros estudios. Asimismo, en bases de datos, todos los participantes serán identificados por un código que será usado para referirse a cada uno.

Yo, \_\_\_\_\_, estudiante del grado \_\_\_\_\_ de la Institución Educativa José Antonio Galán declaro que fui informado suficientemente y comprendo que tengo derecho a recibir respuesta sobre cualquier inquietud que tenga sobre dicha investigación, antes, durante y después de su ejecución; que tengo el derecho de solicitar los resultados de los cuestionarios y pruebas que conteste durante la misma. Considerando que los derechos que tengo en calidad de participante de dicho estudio, a los cuales he hecho alusión previamente, constituyen compromisos del equipo de investigación responsable del mismo, me permito informar que asiento, de forma libre y espontánea mi participación en el mismo.

En constancia de lo anterior, firmo el presente documento, en la ciudad de \_\_\_\_\_, el día \_\_\_\_\_, del mes \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_,

**Firma** \_\_\_\_\_

**Nombre** \_\_\_\_\_

**Documento de identificación No.** \_\_\_\_\_

Investigadoras

Teléfono: \_\_\_\_\_

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

**Maestría en Educación virtual con énfasis en ambientes virtuales de aprendizaje mediados por TIC.**

**Universidad Pontificia Bolivariana- Sede Medellín**

**2022**

#### **Anexo D. Consentimiento informado de padres o acudientes de estudiantes**

Yo \_\_\_\_\_, acudiente, representante legal del estudiante \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ años de edad, he sido informado acerca de la grabación de videos, toma de fotografías, entrevistas y participación en encuestas, las cuales se requieren con fines académicos para el trabajo de investigación que se viene desarrollando en la Maestría en Educación con énfasis en Ambientes de Aprendizaje mediados por TIC de la Universidad Pontificia Bolivariana a cargo de las docentes Yenyfer Tatiana Botero Taborda, identificada con c.c. 1.152.689.509 y María Fernanda Arias identificada con cc. 43251222. Dicha información será empleada para la realización de actividades relacionadas a su trabajo de grado: **“El desarrollo de competencias emocionales mediadas por el uso pedagógico de las TIC: Investigación evaluativa en estudiantes de grado noveno de dos instituciones educativas públicas de Antioquia”**, como requisito para optar al título de Magister en Educación.

Luego de haber sido informado sobre las condiciones de la participación de mi hijo(a) en la grabación de videos académicos, toma de fotografías, entrevistas y participación en encuestas, resuelto todas las inquietudes y comprendida en su totalidad la información sobre esta actividad, entiendo que:

- La participación de mi hijo(a) en la grabación de los videos académicos, la toma de fotografías, entrevistas y la participación en encuestas, o los resultados obtenidos por la docente investigadora en su proceso académico no tendrán repercusiones o consecuencias en sus actividades escolares, evaluaciones o calificaciones en el curso.
- La participación de mi hijo(a) en la grabación de los videos académicos, la toma de fotografías, entrevistas y la participación en encuestas, no generará ningún gasto, ni recibiremos remuneración alguna por su participación.
- No habrá ninguna sanción para mí hijo(a) en caso de que no autoricemos su participación.
- La identidad de mi hijo(a) no será publicada y las imágenes y sonidos registrados durante la grabación se utilizarán únicamente para los propósitos investigativos de la maestría y como evidencia de la práctica educativa de la docente.
- Las docentes investigadoras garantizarán la protección de las imágenes de mi hijo(a) y el uso de las mismas, de acuerdo con la normatividad vigente, durante y posteriormente al proceso adelantado como parte integral del proyecto de investigación.

Atendiendo a la normatividad vigente sobre consentimientos informados y de forma consciente y voluntaria.

DOY EL CONSENTIMIENTO

NO DOY EL CONSENTIMIENTO

Para la participación de mi hijo (a) en la grabación de videos académicos, toma de fotografías, entrevistas y participación en encuestas para los propósitos investigativos de la maestría y como evidencia de la práctica educativa de la docente de la Institución Educativa donde estudia.

---

FIRMA ACUDIENTE

## Anexo E. Propuesta de intervención mediada por el uso pedagógico de las TIC (blog).

Se puede consultar en este link: <https://tatianabotero1219.wixsite.com/my-site>

Esta página web se diseñó con la plataforma **WIX.com**. Crea tu página web hoy. [Comienza ya](#)

Competencias emocionales

Inicio Blog Foro Participantes f @ y



# El mundo de las emociones

Bienvenidos estudiantes, para comenzar da click aquí: [Entrar](#)

Esta página web se diseñó con la plataforma **WIX.com**. Crea tu página web hoy. [Comienza ya](#)

Competencias emocionales

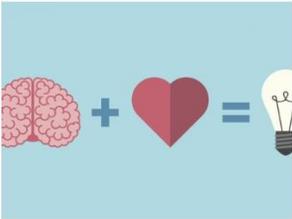
Inicio Blog Foro Participantes f @ y



**COMPETENCIAS EMOCIONALES**

Bienvenidos estudiantes al curso: "El mundo de las emociones" Este es un curso diseñado por las docentes María Fernanda Arias de la...

48 visualizaciones 0 comentarios



**MÓDULO 1: TOMA DE CONCIENCIA DE LAS PROPIAS EMOCIONES**

PRIMER MOMENTO: Estudiante, a continuación encontrarás una presentación titulada: "¿Qué son las emociones?" En ella conocerás acerca de...

176 visualizaciones 0 comentarios

Esta página web se diseñó con la plataforma **WIX.com**. Crea tu página web hoy. [Comienza ya](#)

Competencias emocionales

Inicio Blog Foro Participantes f @ y

All Posts [Crear entrada](#)



**MÓDULO 2: COMPRENSIÓN DE LAS EMOCIONES DE LOS DEMÁS**

INTRODUCCIÓN Capacidad para percibir con precisión las emociones y sentimientos de las otras personas en un contexto determinado. que...

182 visualizaciones 0 comentarios 1

Esta página web se diseñó con la plataforma **WIX.com**. Crea tu página web hoy. [Comienza ya](#)

Competencias emocionales

Inicio Blog Foro Participantes f @

**PRIMER MOMENTO:**  
Estudiante, a continuación encontrarás una presentación titulada: "¿Qué son las emociones?". En ella conocerás acerca de las principales emociones, sus características y su función en la vida de los seres humanos.



genially

Esta página web se diseñó con la plataforma **WIX.com**. Crea tu página web hoy. [Comienza ya](#)

Competencias emocionales

Inicio Blog Foro Participantes f @



**SEGUNDO MOMENTO:**  
Juega a la ruleta con tus compañeros.



genially

Esta página web se diseñó con la plataforma **WIX.com**. Crea tu página web hoy. [Comienza ya](#)

Competencias emocionales

Inicio Blog Foro Participantes f @

**TERCER MOMENTO:**  
Observa el siguiente video:



**CUARTO MOMENTO:**  
Ve a la pestaña foro en la página principal e ingresa al foro 1 "Toma de conciencia de las propias emociones" y responde las preguntas propuestas.

Esta página web se diseñó con la plataforma **WIX**.com. Crea tu página web hoy. [Comienza ya](#)

Competencias emocionales

Inicio Blog Foro Participantes f @

### QUINTO MOMENTO: ACTIVIDAD DE CIERRE

#### "La música y las emociones"

La música tiene un poder extraordinario para tomar conciencia de las propias emociones. Los estímulos musicales conectan directamente con las emociones sin necesidad de palabras. A veces, solamente pensar en una melodía ya puede activar emociones. Cada persona puede saber cuáles son las melodías, canciones y fragmentos de música que le pueden ayudar en un momento dado. A veces, pueden saltarnos las lágrimas solamente escuchando un fragmento musical. Si esto sucede, es mejor no reprimirse, sino gozarse plenamente. (Adaptado de Bisquerra y Andrés, 2019).

Bisquerra Rafael y Andrés Mateo, *Competencias emocionales para un cambio de paradigma en educación*, 2019.

#### ACTIVIDAD

Para finalizar este módulo "Toma de conciencia de las propias emociones" de invitamos a participar de las siguientes actividades de forma presencial con tus compañeros y docente:

1. Observa la escala emocional de los Simpson.
2. Elige la emoción con la cual te sientes identificado el día de hoy. Luego escríbela en la hoja de block y explica por qué crees que te sientes así.

Esta página web se diseñó con la plataforma **WIX**.com. Crea tu página web hoy. [Comienza ya](#)

Competencias emocionales

Inicio Blog Foro Participantes f @

*paradigma en educación*, 2019.

#### ACTIVIDAD

Para finalizar este módulo "Toma de conciencia de las propias emociones" de invitamos a participar de las siguientes actividades de forma presencial con tus compañeros y docente:

1. Observa la escala emocional de los Simpson.
2. Elige la emoción con la cual te sientes identificado el día de hoy. Luego escríbela en la hoja de block y explica por qué crees que te sientes así.
3. Participa en la actividad "Las emociones desde la música".
4. Al finalizar la actividad escribe en la misma hoja de block cuáles emociones experimentaste durante el ejercicio y qué cambios notaste en tu cuerpo y cuéntanos brevemente cómo te pareció la actividad.
5. Evalúa de 1 a 5 el módulo 1 explicando los aspectos positivos y negativos que has encontrado en el curso.

¿Cómo te sientes hoy?

Esta página web se diseñó con la plataforma **WIX**.com. Crea tu página web hoy. [Comienza ya](#)

Competencias emocionales

Inicio Blog Foro Participantes f @

¿Cómo te sientes hoy?

## En la escala de los Simpson ¿Cómo te sientes hoy?





Esta página web se diseñó con la plataforma WIX.com. Crea tu página web hoy. [Comienza ya](#)

Competencias emocionales

Inicio Blog Foro Participantes f @

SEGUNDO MOMENTO:

Ingresar al formulario, allí encontrarás 10 situaciones que se presentan continuamente en las instituciones educativas. Posteriormente, responde las preguntas planteadas para cada situación.

<https://forms.gle/hoUA6LY3GorBaBoT6>

TERCER MOMENTO:

"Juego de roles. Reconociendo la ira"

Uno de los grandes problemas de la humanidad en el siglo XXI es la violencia. Muchas veces, la violencia es consecuencia de la ira que no se regula de forma apropiada. Por esto, la regulación de la ira como estrategia para la prevención de la violencia es uno de los aspectos más importantes de la educación emocional. (Bisquerra, Andrés, 2019).

Cuando sentimos ira tenemos principalmente tres opciones:

1. Responder agresivamente.
2. No responder (respuesta pasiva).
3. Responder correctamente (asertivamente).

Bisquerra, Rafael, *Competencias emocionales para un cambio de paradigma en educación*, 2019.

Esta página web se diseñó con la plataforma WIX.com. Crea tu página web hoy. [Comienza ya](#)

Competencias emocionales

Inicio Blog Foro Participantes f @

educación, 2019.

Observa con atención el vídeo "La asertividad ¿Sabes lo que es?" Este vídeo te brindará herramientas para participar en el juego de roles y aprender a gestionar los conflictos de manera positiva.



ACTIVIDAD: JUEGO DE ROLES

Gira la ruleta y representa el rol que se te asigne teniendo en cuenta las siguientes

Esta página web se diseñó con la plataforma WIX.com. Crea tu página web hoy. [Comienza ya](#)

Competencias emocionales

Inicio Blog Foro Participantes f @

ACTIVIDAD: JUEGO DE ROLES

Gira la ruleta y representa el rol que se te asigne teniendo en cuenta las siguientes indicaciones:

1. Tienes 5 minutos para preparar una situación que genere ira en tu compañero.
2. Tu compañero deberá reaccionar según su rol a la situación planteada, teniendo en cuenta las tres opciones de respuesta: Responder agresivamente, no responder (respuesta pasiva) o responder correctamente (asertivamente).



CUARTO MOMENTO:

Esta página web se diseñó con la plataforma **WIX**.com. Crea tu página web hoy. [Comienza ya](#)

Competencias emocionales

Inicio Blog Foro Participantes f @

**CUARTO MOMENTO:**

Participa en el Foro: "Módulo 2: Comprensión de las emociones de los demás", allí encontrarás los videos de las representaciones de tus compañeros.

Observa dos videos y responde:

1. ¿Cuál fue la respuesta o reacción de los compañeros ante la situación representada? (agresiva, pasiva o asertiva)
2. Argumenta si estas de acuerdo o en desacuerdo con esa reacción.
3. Propone una reacción distinta a la representada por tus compañeros.

f t in

184 visualizaciones 0 comentarios 1

Esta página web se diseñó con la plataforma **WIX**.com. Crea tu página web hoy. [Comienza ya](#)

Competencias emocionales

Todas las entradas Mis entradas

Buscar

## Foro

¡Te damos la bienvenida! Echa un vistazo y únete a las discusiones.

Ordenar según: Actividad reciente Más acciones Crear nueva entrada

	Comentarios	Me gusta	Visualizaciones	Actividad reciente
Foro 2: Comprensión de las emociones de los demás tatanabocero1219	63	0	98	13 sept 2022
Foro 1: Toma de conciencia de las propias emociones tatanabocero1219	57	1	165	13 sept 2022
Preséntate tatanabocero1219	25	0	113	08 ago 2022

Esta página web se diseñó con la plataforma **WIX**.com. Crea tu página web hoy. [Comienza ya](#)

Competencias emocionales

Todas las entradas Mis entradas

Buscar

tatanabocero1219 09 jul 2022 Editada: 28 jul 2022

**Preséntate**

en Discusiones generales

Estudiantes, nos gustaría conocerte mejor, por ello te invitamos a participar en este foro respondiendo a las siguientes preguntas:

- ¿Cuál es tu nombre?
- ¿Qué edad tienes?
- ¿En que institución educativa estudias?
- ¿Cuáles son tus expectativas frente al curso?
- ¿Cuéntanos que actividades desarrollas en tu tiempo libre.

Me gusta Compartir

25 comentarios

Escribir un comentario...

Ordenar según: Lo más nuevo

Comentar

Dejar de seguir entrada

Página 1

114 visualizaciones 25 comentarios

Entradas similares

Foro 2: Comprensión de las emociones de los demás

Foro 1: Toma de conciencia de las propias emociones

Esta página web se diseñó con la plataforma **WIX.com**. Crea tu página web hoy. [Comienza ya](#)

Competencias emocionales

Inicio Blog Foro Participantes f @

Todas las entradas Mis entradas

tatianabotero1219 09 jul 2022 Editada: 31 jul 2022 [Comentar](#)

### Foro 1: Toma de conciencia de las propias emociones

en [Discusiones generales](#)

Teniendo en cuenta la información y los recursos disponibles en el módulo 1 responde las siguientes preguntas:

- ¿Por qué son importante las emociones en los seres humanos?
- ¿Por qué es importante reconocer las propias emociones y las de los demás?
- ¿Qué enseñanza te dej el cuento del monstruo de colores?

• Gira la ruleta 3 veces y escribe la pregunta y la respuesta, luego lee dos respuestas de tus compañeros y coméntalas.

[Me gusta](#) [Compartir](#) 1

166 visualizaciones  
57 comentarios

Entradas similares

Foro 2: Comprensión de las emociones de los demás  
[Preséntate](#)

57 comentarios

Ordenar según: Lo más nuevo

Esta página web se diseñó con la plataforma **WIX.com**. Crea tu página web hoy. [Comienza ya](#)

Competencias emocionales

Inicio Blog Foro Participantes f @

Todas las entradas Mis entradas

tatianabotero1219 25 ago 2022 Editada: 25 ago 2022 [Comentar](#)

### Foro 2: Comprensión de las emociones de los demás

en [Discusiones generales](#)

Observa dos vídeos y responde:

- ¿Cuál fue la respuesta o reacción de los compañeros ante la situación representada? (agresiva, pasiva o asertiva)
- Argumenta si estas de acuerdo o en desacuerdo con esa reacción.
- Propone una reacción distinta a la representada por tus compañeros.

[Me gusta](#) [Compartir](#)

99 visualizaciones  
63 comentarios

Entradas similares

Foro 1: Toma de conciencia de las propias emociones  
[Preséntate](#)

63 comentarios



### **Anexo F. Preguntas grupo focal final**

1. A partir de las diferentes actividades desarrolladas en el curso: “el mundo de las emociones”, me pueden contar ¿qué entienden por emoción?
2. Describan una situación donde hayan sentido felicidad, amor o sorpresa durante este período, ya sea en el salón de clase o en la institución educativa. Cuéntenos cómo expresaron esas emociones.
3. Describan una situación donde hayan sentido tristeza o miedo durante este período, ya sea en el salón de clase o en la institución educativa. Cuéntenos cómo lograron regular esas emociones.
4. En algunas ocasiones, las personas sienten rabia por diferentes razones y actúan bruscamente o dicen o hacen cosas de las cuales después se arrepienten. Compartan una experiencia donde hayas sentido rabia en los últimos días y describan sí gestionaron esta emoción de manera agresiva, pasiva o asertiva.
5. Compartan un conflicto que hayan tenido con alguno de sus compañeros de la institución durante este período ¿Qué emociones experimentaste?
6. Teniendo en cuenta la experiencia que compartieron anteriormente, ¿puedes reconocer cuáles emociones sintió el compañero que hizo parte del conflicto?
7. ¿Cuáles fueron las estrategias que utilizaron para gestionar el conflicto?
8. ¿Estás de acuerdo con la manera en que abordaste ese conflicto? ¿Por qué? Si pudieras regresar a ese momento, ¿Cómo reaccionarías?
9. Al momento de compartir con los otros compañeros, es necesario establecer una buena comunicación entre todos. Por lo tanto, es importante expresar nuestras ideas u opiniones de manera asertiva y escuchar con respeto a los demás y viceversa. ¿Cuál se te dificulta practicar en el salón: expresarte o escuchar con respeto?
10. Al comunicarte con tus compañeros, ¿consideras importante tener en cuenta las emociones que puedes causar en el otro con tus opiniones? Explica por qué.

Para finalizar, ¿tienen algún comentario o sugerencia que deseen compartir sobre lo que se ha hablado?, ¿Cómo se sintieron en la conversación?

## Anexo G. Cuestionario Posttest de competencias emocionales

**Cuestionario: Competencias emocionales I.E Jesús Antonio Gómez**

A continuación, encontrarás algunas frases para analizar y describir tus emociones y comportamientos. Léelas atentamente y selecciona la respuesta que más se aproxime a tus preferencias. Antes de responder es muy importante que pienses en lo que haces y no en lo que te gustaría hacer o en lo que crees que a los otros les gustaría que hicieras. Es importante que respondas con sinceridad. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. Si en algún caso no estás seguro de una respuesta, escoge aquella casilla que más se acerque a lo que generalmente haces, piensas o sientes. Las opciones son las siguientes: Siempre, casi siempre, algunas veces, muy pocas veces, nunca.

**Nombre Completo \***

Texto de respuesta corta

**Grado \***

Texto de respuesta corta

**Cuestionario: Competencias emocionales I.E José Antonio Galán**

A continuación, encontrarás algunas frases para analizar y describir tus emociones y comportamientos. Léelas atentamente y selecciona la respuesta que más se aproxime a tus preferencias. Antes de responder es muy importante que pienses en lo que haces y no en lo que te gustaría hacer o en lo que crees que a los otros les gustaría que hicieras. Es importante que respondas con sinceridad. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. Si en algún caso no estás seguro de una respuesta, escoge aquella casilla que más se acerque a lo que generalmente haces, piensas o sientes. Las opciones son las siguientes: Siempre, casi siempre, algunas veces, muy pocas veces, nunca.

**Nombre completo \***

Texto de respuesta corta

**Grado \***

Texto de respuesta corta

## Anexo H. Cuestionario uso de las TIC

**Cuestionario uso de TIC**

Estudiantes, con este cuestionario queremos saber cómo fue su experiencia con el uso de las TIC en el desarrollo de las actividades del curso 'El mundo de las emociones'

**Institución Educativa \***

- I.E.R Presbítero Jesús Antonio Gómez
- I.E José Antonio Galán

**Nombre completo \***

Texto de respuesta corta

**1. ¿Qué dispositivos utilizó para realizar las actividades? \***

- Computador
- Celular

### Anexo I. Matriz consolidada de análisis.

CATEGORIAS	SUBCATEGORIAS	VOZ ESTUDIANTES	VOZ AUTORES	VOZ INVESTIGADORAS
CONCIENCIA EMOCIONAL	TOMA DE CONCIENCIA DE LAS PROPIAS EMOCIONES	<p>"Para saber cómo nos sentimos y que hacer al respecto" (I1-E6).</p> <p>"Porque así es más fácil identificar lo que sentimos y no tendríamos un caos dentro de nosotros por no saber expresarnos, y así sería más fácil que otras personas nos ayuden con nuestros problemas o nosotros ayudáremos a ellos". (I1-E2)</p> <p>No siento nada o más bien siento demasiadas cosas (no sé). (I1-E2)</p> <p>Hoy estoy feliz porque es inexplicable. (I1-E4)</p> <p>Me siento como la imagen número 1 porque hoy me siento bien y contento porque estoy en un lugar que amo estar (I1-E6).</p> <p>"Porque me siento cansada emocionalmente por</p>	<p>es la capacidad para percibir con precisión las propias emociones y sentimientos. Identificarlos y etiquetarlos teniendo presente que ser capaz de dar nombre a lo que uno siente es la puerta al autoconocimiento emocional y a la capacidad de regulación emocional. Al tomar conciencia de las propias emociones se toma en consideración la posibilidad de experimentar emociones múltiples al mismo tiempo". Bisquera y Mateo. P. 63. 2019. Competencias emocionales para un cambio de paradigma en educación.</p> <p>"Empezar a aprender a comprendernos a nosotros mismos, cuáles son nuestras necesidades y deseos, qué cosas, personas o situaciones nos causan determinados sentimientos, qué pensamientos generan tales emociones, cómo nos afectan y qué consecuencias y reacciones nos provocan". Fernández-Berrocal, Extremera. 2002. P. 4</p> <p>La adolescencia es la etapa en la que se redefinen las competencias emocionales, por tanto, es fundamental potenciar su desarrollo, así como inducir al autoanálisis de los sentimientos y</p>	<p>Los estudiantes hablan acerca de la confusión que les genera muchas situaciones y ven la importancia de aprender a identificar sus emociones y controlarlas.</p> <p>Se observa la importancia de generar espacios de diálogo entre estudiantes y realizar actividades donde ellos puedan hablar de sus emociones y vivir experiencias desde la práctica.</p> <p>Capacidad de automotivación entre estudiantes y realizar actividades donde ellos puedan hablar de sus emociones y vivir experiencias desde la práctica.</p> <p>Fracaso académico genera frustración y estrés. Preocupación.</p> <p>Ven la importancia de pedir ayuda.</p> <p>Aparentemente tienen claridad acerca de que una nota no los define.</p> <p>Demuestran madurez con las sugerencias que hacen, siendo</p>

### Anexo J. Triangulación

Elaborada por: Yenyfer Tatiana Botero y María Fernanda Arias

**Convenciones:**

I1: Institución Educativa Jesús Antonio Gómez

I2: Institución Educativa José Antonio Galán

E: estudiante

CATEGORIA	SUBCATEGORÍA	TRIANGULACIÓN (PRETEST-POSTEST, PROPUESTA DE INTERVENCIÓN, GRUPO FOCAL 1 Y 2, AUTORES, NUESTRA PROPIA VOZ)
CONCIENCIA EMOCIONAL	Toma de conciencia de las propias emociones	<p>La conciencia emocional según Bisquera y Mateo, 2019: "Es la capacidad para percibir con precisión las propias emociones y sentimientos". Con el propósito de conocer cuál era el nivel de la conciencia emocional de los estudiantes, se aplicó un pretest que permitió evidenciar que la mayoría de los estudiantes afirman reconocer las emociones que experimentan, pero durante el desarrollo de la propuesta de intervención los estudiantes demuestran una confusión emocional que les genera muchas situaciones "Hoy estoy feliz porque es inexplicable" (I1-E4); "No siento nada o más bien siento demasiadas cosas (no sé)". (I1-E2); "Entre feliz y triste" (I2-E8). De ahí la responsabilidad que tienen los sistemas educativos de enseñar "el reconocimiento y el manejo de las emociones, explicitando, además, los problemas que conlleva reprimirlos" (Ricard, 2003) citado por Buitrago y Herrera, 2013, p. 91. Además, es en la adolescencia donde se presentan "una serie de cambios biológicos, intelectuales, afectivos y de identidad personal que llevan a una construcción de la personalidad. Así pues, en la adolescencia, las competencias emocionales experimentan un gran desarrollo debido al cambio que se experimenta en la capacidad intelectual" (Rosenblum y Lewis, 2004) citado por Colom, J. y Fernández, M, 2009, p.239.</p> <p>De hecho, los estudiantes reconocen la importancia de aprender acerca de las emociones tal como lo expone E-2: "porque así es más fácil identificar lo que sentimos y no tendríamos un caos dentro de nosotros por no saber expresarnos, y así sería</p>