



**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia**

Daniela Velasco Gómez

María Paula Alfonso Castro

Magíster en Psicopedagogía

Directora

Piedad Liliana López Bustamante, Doctor (PhD)

Universidad Pontificia Bolivariana  
Escuela de Educación y Pedagogía  
Maestría en Psicopedagogía  
Medellín, Antioquia, Colombia

2025

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 2**

**Declaración de originalidad:** El contenido de este documento no ha sido presentado con anterioridad para optar a un título, ya sea en igual forma o con variaciones, en esta o en cualquiera otra universidad.



Daniela Velasco Gómez  
C.C. 1233688122  
DIRECCIÓN Bogotá, Colombia  
CELULAR 3204322355  
CORREO [Daniela.velasco@upb.edu.co](mailto:Daniela.velasco@upb.edu.co)



María Paula Alfonso Castro  
C.C. 1015481851  
DIRECCIÓN Barrancabermeja, Santander  
CELULAR 3125578097  
CORREO [Paula.alfonsoc@upb.edu.co](mailto:Paula.alfonsoc@upb.edu.co)

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 3**

**Dedicatoria**

*Daniela Velasco Gómez,*

A mis padres, Julio y Nubia, por sostenerme cuando tambaleo;  
y a mis hermanos, Julián y Carolina, por levantarme cuando caigo.

*María Paula Alfonso Castro,*

Para uno de mis pilares más importantes, Wendy.

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 4**

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 5**

**Agradecimientos**

*Daniela Velasco Gómez.*

Al Liceo Navarra, sus directivos, docentes y estudiantes, por motivarme a ser mejor.

A la profesora Piedad Liliana López, por darnos de su tiempo nocturno para lograr este objetivo.

A mi compañera, María Paula Alfonso, por su tiempo, paciencia, dedicación, empatía y esfuerzo.

*María Paula Alfonso Castro.*

A todos los que con amor y paciencia nos acompañaron, pero especialmente a Daniela Velasco,  
por su amistad y empeño.

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 6**

**Tabla de contenido**

<b>Resumen.....</b>	<b>6</b>
<b>Abstract.....</b>	<b>7</b>
<b>Identificación del problema de intervención .....</b>	<b>8</b>
<b>Definición del problema .....</b>	<b>9</b>
<b>Contextualización Institucional .....</b>	<b>10</b>
<b>Antecedentes .....</b>	<b>11</b>
<b>Marco Referencial.....</b>	<b>16</b>
<b>Marco Jurídico .....</b>	<b>17</b>
<b>Marco Conceptual.....</b>	<b>18</b>
Emociones .....	18
Habilidades socioemocionales.....	19
Autoconocimiento .....	21
Empatía.....	21
Psicopedagogía .....	23
Psicopedagogía e infancia .....	24
<b>Metodología .....</b>	<b>26</b>
<b>Objetivos de diagnóstico .....</b>	<b>27</b>
<b>Objetivo General .....</b>	<b>27</b>
<b>Objetivos específicos .....</b>	<b>27</b>
<b>Beneficiarios.....</b>	<b>28</b>
<b>Resultados.....</b>	<b>29</b>
<b>Análisis descriptivo de las categorías de las competencias socioemocionales que se tuvieron en cuenta para el estudio .....</b>	<b>30</b>
Categoría Emociones .....	31
Categoría Habilidades socioemocionales .....	33
Categoría Autoconocimiento .....	34
Categoría Motivación .....	36
Categoría Empatía .....	37

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 7**

<b>Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia .....</b>	<b>39</b>
<b>Modelo de intervención.....</b>	<b>40</b>
<b>Objetivos de Intervención.....</b>	<b>41</b>
Objetivo General.....	41
Objetivos Específicos .....	41
<b>Beneficiarios.....</b>	<b>42</b>
Beneficiarios Directos .....	42
Beneficiarios indirectos .....	42
<b>Actividades .....</b>	<b>43</b>
Evaluación .....	48
<b>Conclusiones .....</b>	<b>51</b>
1. Diagnóstico y pertinencia de la propuesta .....	52
2. Fundamentación teórica y metodológica .....	52
3. Diseño de actividades psicopedagógicas .....	53
4. Evaluación del programa .....	53
5. Alcance y limitaciones del diseño .....	54
<b>Recomendaciones .....</b>	<b>54</b>
Recomendaciones (Mediano plazo).....	55
<b>Referentes bibliográficos .....</b>	<b>57</b>
<b>Anexos .....</b>	<b>64</b>
<b>Anexo A .....</b>	<b>65</b>
<b>Anexo B .....</b>	<b>81</b>
<b>Anexo C .....</b>	<b>91</b>
<b>Anexo D .....</b>	<b>110</b>

# **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 8**

## **Resumen**

La presente propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de habilidades socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de Bogotá, Colombia, responde a una necesidad específica identificada mediante diagnóstico contextualizado. El instrumento diseñado y validado por expertos, aplicado a seis docentes del grado, evidenció niveles predominantemente bajos y medios en las cinco categorías de competencias socioemocionales evaluadas: emociones, habilidades socioemocionales, autoconocimiento, motivación y empatía.

Metodológicamente, el programa adopta el modelo de intervención psicopedagógica por programas de Bausela (2004) y se fundamenta en el modelo de Habilidades Socioemocionales de Goleman (2014), que identifica cinco competencias esenciales: autoconciencia, autogestión, empatía, habilidades sociales y motivación, también se alinea con la Ley 2383 de 2024 que establece la obligatoriedad de educación socioemocional en Colombia, y contribuye al Objetivo de Desarrollo Sostenible 4 sobre educación inclusiva y de calidad. El diseño contempla 12 sesiones organizadas en cuatro módulos temáticos correspondientes a las categorías evaluadas, cada uno con objetivos específicos, fundamentación conceptual, actividades concretas y consideraciones éticas.

Finalmente, las recomendaciones incluyen formación docente específica, socialización con la comunidad educativa, sistema de evaluación pre-post con seguimiento a uno, tres y seis meses, integración transversal en la cotidianidad del aula y coordinación familia-escuela.

**Palabras clave:** habilidades socioemocionales, intervención psicopedagógica, educación primaria, inteligencia emocional, desarrollo integral

# **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 9**

## **Abstract**

This psychopedagogical intervention proposal for strengthening socioemotional skills in fourth-grade students from a private school in Bogotá, Colombia, responds to a specific need identified through contextualized diagnosis. The instrument designed and validated by experts, applied to six grade teachers, revealed predominantly low and medium levels in the five socioemotional competency categories evaluated: emotions, socioemotional skills, self-knowledge, motivation, and empathy.

Methodologically, the program adopts Bausela's (2004) psychopedagogical intervention by programs model and is grounded in Goleman's (2014) Socioemotional Skills model, which identifies five essential competencies: self-awareness, self-management, empathy, social skills, and motivation. Additionally, it aligns with Law 2383 of 2024, which establishes mandatory socioemotional education in Colombia, and contributes to Sustainable Development Goal 4 on inclusive and quality education. The design comprises 12 sessions organized into four thematic modules corresponding to the evaluated categories, each with specific objectives, conceptual foundation, concrete activities, and ethical considerations.

Finally, recommendations include specific teacher training, socialization with the educational community, pre-post evaluation system with follow-up at one, three, and six months, transversal integration into classroom daily life, and family-school coordination.

**Keywords:** socioemotional skills, psychopedagogical intervention, primary education, emotional intelligence, comprehensive development

# **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 10**

## **Identificación del problema de intervención**

### **Definición del problema**

La propuesta de intervención psicopedagógica para fomentar el desarrollo de habilidades socioemocionales en estudiantes del grado cuarto de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia, emerge como respuesta a una necesidad específica identificada en la población objetivo mediante un diagnóstico contextualizado.

El instrumento diseñado y aplicado a los docentes del grado evidenció niveles predominantemente bajos y medios en las cinco categorías de competencias socioemocionales evaluadas. En la categoría de emociones, el 50% de los estudiantes presenta nivel bajo en el reconocimiento emocional, experimentando dificultades para identificar lo que están sintiendo, mientras que el 66.66% tiene problemas para manejar emociones intensas. Adicionalmente, el 50% presenta dificultades para expresar sus emociones de manera respetuosa, manifestándose en algunos casos mediante palabras y actos agresivos (33.33% en nivel alto).

Respecto a las habilidades socioemocionales, el 66.66% muestra nivel bajo en el establecimiento de diálogos asertivos para llegar a acuerdos durante actividades y juegos. Igualmente, el 66.66% presenta limitaciones para reconocer cómo sus emociones influyen en los demás durante las interacciones sociales, afectando las dinámicas de grupo y el clima del aula. Existe además dispersión en la capacidad de los estudiantes para solicitar ayuda cuando no saben manejar sus emociones, evidenciándose falta de patrones claros en esta habilidad de autorregulación.

En la categoría de autoconocimiento, el 83.33% se encuentra en nivel bajo en el reconocimiento de qué emociones experimentan y por qué las sienten, lo que constituye una limitación fundamental para el desarrollo de la conciencia emocional. El 50% presenta dificultades para reconocer sus fortalezas y debilidades personales, y existe heterogeneidad en la capacidad de identificar situaciones que les generan desregulación emocional (50% en nivel medio, 33.33% en nivel bajo).

En cuanto a motivación, el 50% presenta nivel bajo para mantener el interés en actividades escolares rutinarias o repetitivas, comprometiendo la persistencia y el compromiso académico.

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 11**

Aunque el 83.33% muestra motivación intrínseca en nivel medio durante actividades de aprendizaje, existe dependencia de recompensas externas en un porcentaje significativo del grupo.

Finalmente, en la categoría de empatía, aunque se observan aspectos positivos como que el 83.33% muestra comprensión ante situaciones difíciles de sus compañeros y el 66.66% se involucra para brindar apoyo emocional en situaciones conflictivas, el 50% se encuentra en nivel bajo en la capacidad de ponerse en el lugar de los demás para entender su punto de vista. De manera preocupante, el 66.66% presenta nivel bajo en la evitación de comentarios o acciones que puedan herir los sentimientos de sus compañeros, y el 50% muestra nivel bajo en evitar conductas que incomodan o hieren intencionalmente.

Esta situación diagnóstica evidencia consecuencias directas en el ámbito educativo y socioemocional, donde sus dificultades en la convivencia escolar, limitaciones en la autorregulación emocional durante actividades académicas, obstáculos para el establecimiento de relaciones interpersonales saludables y constructivas, y afectaciones en el clima del aula que impactan el proceso de enseñanza-aprendizaje. Las deficiencias identificadas en el autoconocimiento emocional limitan la capacidad de los estudiantes para gestionar sus respuestas ante situaciones de estrés o frustración, mientras que las carencias en habilidades sociales dificultan la resolución pacífica de conflictos y la colaboración efectiva durante el trabajo en equipo.

La necesidad de intervención psicopedagógica específica resulta prioritaria en esta etapa del desarrollo, correspondiente a la infancia media de 8-10 años, cuando se consolidan las bases de la inteligencia emocional y las competencias sociales que determinarán la calidad de las relaciones interpersonales futuras y el bienestar integral del estudiante. La intervención se delimita al fortalecimiento de las cinco categorías evaluadas: emociones, habilidades socioemocionales, autoconocimiento, motivación y empatía, mediante actividades psicopedagógicas específicas, implementables en el contexto escolar y con potencial de articulación con el entorno familiar.

Por tanto, se plantea la siguiente pregunta de investigación:

¿Qué actividades fomentan el desarrollo de habilidades socioemocionales en una propuesta de intervención psicopedagógica para estudiantes del grado cuarto de un colegio privado de Bogotá, Colombia?

# **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 12**

## **Contextualización Institucional**

El colegio Liceo Navarra es una institución educativa de carácter privado fundada en 1968, destacada por sus valores confesionales católicos, este proporciona un énfasis en inglés y matemáticas y, según el Índice Sintético de la Calidad realizado por el Ministerio de Educación, se mantiene entre los 10 mejores colegios de Bogotá en el nivel de Educación Media (Ministerio de Educación Nacional, 2015). Cuenta con el sello de calidad de Great Place to Study, con certificaciones ISO-9001 e ISO- 22002- 2 del Icontec y está certificado como colegio Cambridge.

La misión del Liceo Navarra es “formar jóvenes con personalidad integral, líderes exigentes consigo mismos, con capacidad intelectual y espiritual al servicio de la sociedad” y su visión es “forjar hombres y mujeres comprometidos con principios cristianos, con una formación en valores, desarrollo intelectual, habilidad para analizar situaciones, valorar éticamente, y resolver problemas” (EFQM Global Excellence Index, s.f). Por lo tanto, el colegio hace énfasis en lograr la excelencia académica, sin olvidar los valores, la disciplina, la espiritualidad católica y la formación humana.

Debido al creciente interés del país en la diversidad, inclusión y educación socioemocional, desde el año 2023, el colegio ha venido fortaleciendo su centro de orientación escolar (COEN), añadiendo una psicóloga y una fonoaudióloga como parte fundamental de los procesos internos educativos y administrativos. Gracias a la ley 2383 de 2024, que establece la obligatoriedad de la educación socioemocional en todos los niveles educativos, se está explorando la importancia de agregar al currículo en los próximos años, desde transición hasta once, una materia de habilidades socioemocionales.

## **Antecedentes**

A continuación, se presenta una revisión narrativa de investigaciones científicas publicadas entre 2022-2025 relacionadas con el fortalecimiento de habilidades socioemocionales en contextos educativos (ver Anexo A para matriz completa de análisis).

En primer lugar, el estudio de Espinoza et al. (2022) evaluó el programa "Aprender a SER" con 153 estudiantes argentinos de 8 a 12 años, encontrando diferencias significativas favorables al grupo experimental en todas las dimensiones evaluadas: menor presencia de

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 13**

problemas emocionales, conductuales y contextuales, además de mayor desarrollo de recursos personales como autoestima, integración y competencia social. Los autores destacan que sesiones de 40 a 50 minutos semanales son suficientes para generar cambios significativos sin sobrecargar el currículo escolar. Sin embargo, una de las brechas encontradas fue la ausencia de seguimiento longitudinal que evalúe la sostenibilidad de los efectos más allá del período de intervención. Adicionalmente, respecto a la brecha contextual y de implementación, se encuentra que se muestra limitada a contextos de nivel socioeconómico medio-alto y alto, dejando sin documentar la efectividad en poblaciones vulnerables y sin recomendaciones de adaptaciones necesarias para contextos con recursos limitados.

De manera similar, Morales (2021) implementó un programa de 12 sesiones de 90 minutos con 69 adolescentes mexicanos en condiciones de vulnerabilidad social, obteniendo cambios estadísticamente significativos en autoestima, tolerancia a la frustración, disminución de estilos agresivos y evitativos en resolución de conflictos, y reducción en la aceptación hacia el consumo de sustancias. Los análisis correlacionales confirmaron que mayores habilidades socioemocionales se asocian con estrategias más efectivas de resolución de conflictos y menor aceptación de conductas de riesgo. En cuanto a las brechas identificadas en este estudio, se destaca la limitada integración de la familia como agente en el proceso de intervención, la muestra pequeña de 69 estudiantes, lo cual generaliza los hallazgos encontrados, y la falta de evaluación de mantenimientos de efectos a mediano y largo plazo.

Bravo-Andrade et al. (2023) evaluaron una intervención de 10 sesiones semanales con 645 estudiantes mexicanos de bachillerato, encontrando eficacia parcial con cambios estadísticamente significativos en tres de cinco dimensiones evaluadas. Aunque los efectos fueron pequeños, el estudio confirmó la viabilidad de programas implementados colaborativamente con estudiantes de psicología como facilitadores, adaptándose a contextos específicos. No obstante, se evidencia una brecha de efectividad al ser necesaria una optimización del programa para ver efectos más grandes. Otra de las brechas encontradas fue que, a pesar de identificar diferencias por sexo, no se proponen estrategias individuales o particulares por grupo.

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 14**

En las investigaciones, se encontró igualmente que las habilidades socioemocionales de los docentes son tan importantes como las de los estudiantes. La revisión teórica de Gutiérrez-Torres y Buitrago-Velandia (2019) evidenció que las habilidades socioemocionales docentes establecen una relación directa con la gestión de ambientes de paz en la escuela. Es importante tener en cuenta que, al ser una revisión teórica, hay una carencia de datos empíricos que confirmen las relaciones propuestas en contextos específicos y de programas de intervención concretos de formación docente que cuenten con instrumentos validados para evaluar las habilidades socioemocionales de profesores en el contexto colombiano. Aun así, los hallazgos demuestran que docentes con mejores competencias de regulación emocional, comunicación asertiva y expresión empática generan climas de aula más favorables, mayor motivación estudiantil y reducción significativa del agotamiento profesional.

Esta conclusión es respaldada por el estudio cuantitativo de Cuero et al. (2023) con 120 estudiantes de octavo grado en Colombia, donde el 75% de los estudiantes indicaron recibir ayuda justa para resolución de conflictos, 74.2% percibieron apoyo emocional en dificultades, y 91.7% manifestaron no experimentar exclusión o maltrato. Los resultados confirmaron que las habilidades socioemocionales docentes influyen significativamente en la convivencia interpersonal, organizacional y ética-emocional del aula. Como brechas identificadas se evidencia que el estudio fue limitado a contextos específicos sin considerar la variabilidad regional colombiana y que no cuenta con un componente de intervención para validar los hallazgos.

Por otro lado, los trabajos desarrollados durante y después de la pandemia por COVID-19 revelan hallazgos consistentes. Negrete, Cardona y Quintero (2023) identificaron una paradoja significativa: los estudiantes lograban identificar las emociones propias y ajenas; sin embargo, presentaban dificultades críticas al intentar comunicarlas efectivamente o buscar ayuda apropiada, resultando en comportamientos disruptivos en el aula. Este trabajo no hace seguimiento sobre la recuperación de las competencias mencionadas durante el retorno a clases, ni identifica los factores que facilitaron la adaptación de algunos estudiantes, así como tampoco, hay mediciones sobre los cambios socioemocionales de los demás estudiantes.

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 15**

Pedraza y Pedraza (2023) documentaron las transformaciones de experiencias socioemocionales de estudiantes de cuarto grado en dos colegios bogotanos en tiempos de COVID-19, encontrando que en padres predominó el miedo por implicaciones sanitarias, mientras que en estudiantes la felicidad fue la emoción más manifestada. Dicho estudio evidenció que tanto instituciones públicas como privadas enfrentaron desafíos similares. Por otro lado, se encuentra que, para mitigar la brecha de triangulación, se debería haber contemplado una perspectiva docente que lograra complementar las perspectivas estudiantes-familias y, de manera seguida, dada la muestra pequeña en el estudio, se logra establecer una brecha de representatividad y de generalización al limitar la transferibilidad.

Por otra parte, el trabajo de Velasco (2023), realizado en el Liceo Navarra con 28 estudiantes de cuarto grado, demostró la efectividad del uso de diarios escritos manuales como estrategia para fomentar el Aprendizaje Social y Emocional, ya que los estudiantes identificaron que la escritura en su diario personal contribuyó efectivamente a su expresión emocional y autoconocimiento. Sin embargo, el no contemplar un grupo control que permitiera aislar y contrastar los efectos específicos de dicha estrategia se conforma como una brecha de control. Por último, habría sido pertinente contemplar una evaluación pre y post para mitigar la brecha de medición.

El estudio de Grijalba, García y Pérez (2021) con 110 docentes colombianos reveló que la formación socioemocional en primaria opera principalmente a través del apoyo del psico orientador y las iniciativas personales de los docentes, careciendo de sistematización y formalización curricular. Los resultados evidenciaron una brecha significativa entre la importancia que los docentes atribuyen a la formación socioemocional y su integración efectiva en los procesos educativos formales.

Guevara et al. (2022) evaluaron el desarrollo socioemocional en 69 estudiantes mexicanos de primer grado de primaria, encontrando niveles bajos significativos en todas las dimensiones evaluadas. Particularmente preocupante fue la detección de que 34% de los niños reportó ser víctima de violencia, abuso o aislamiento, mientras que 32% manifestó actitudes discriminativas. Los investigadores concluyen, con una urgente recomendación, implementar programas sistemáticos desde preescolar. En este estudio se identificó una brecha predictiva ya

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 16**

que no se logra determinar si los déficits iniciales predicen dificultades posteriores. De manera seguida, un diagnóstico que carece de un componente de intervención que atienda los déficits identificados, se conforma como una brecha de intervención. Por último, una evaluación sin comprender los contextos naturales y su influencia logran considerarse como una brecha contextual.

Garassini y Aldana (2022) sistematizaron la experiencia de construcción del modelo Únic@Integra en ÚNICA durante tres semestres académicos mediante metodología participativa. El modelo se estructuró en tres áreas: desempeño de tareas, regulación emocional y resiliencia, con un eje transversal de fortalezas del carácter. La construcción del modelo propio permitió socializar lecciones aprendidas y generar mayor apropiación conceptual en la comunidad de educación superior lo cual, al ser una población específica, genera una brecha de transferibilidad. De manera seguida, se resalta que, al no realizar una medición rigurosa del impacto en el modelo del bienestar estudiantil, se contempla como una brecha de evaluación.

El análisis de las doce investigaciones revisadas permite identificar no solo brechas en el conocimiento actual, sino también tendencias emergentes que orientan futuras líneas de investigación en el campo de las habilidades socioemocionales. Respecto a las tendencias emergentes en la investigación, se encuentra que, en los estudios más recientes (2022-2025) evidencian un giro desde intervenciones aisladas hacia programas integrados al currículo formal. Esta tendencia se refleja en la promulgación de la Ley 2383 de 2024 en Colombia y en la incorporación de modelos como Únic@Integra en proyectos educativos institucionales.

Conforme el reconocimiento del rol docente como tendencia, existe un consenso creciente sobre la necesidad de desarrollar Habilidades Socioemocionales en dicha población como prerrequisito para su promoción efectiva en estudiantes. Los estudios de Gutiérrez-Torres y Buitrago-Velandia (2019) y Cuero et al. (2023) marcan esta tendencia, en donde sugieren que la investigación futura deberá desarrollar y validar programas específicos de formación docente en competencias socioemocionales, así como instrumentos de evaluación de HSE docentes contextualizados.

En los antecedentes indagados se observa una evolución desde estudios transversales descriptivos hacia diseños que combinan metodologías cualitativas y cuantitativas, con creciente

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 17**

reconocimiento de la necesidad de seguimientos longitudinales. Los estudios de Pedraza y Pedraza (2023) y Velasco (2023) ilustran esta tendencia a implementar diseños longitudinales que evalúen sostenibilidad de efectos a mediano y largo plazo.

Los hallazgos de diferencias significativas por género (Bravo-Andrade et al., 2023; Guevara et al., 2022) y por contexto socioeconómico impulsan una tendencia hacia intervenciones diferenciadas, en la que se desarrollen estrategias específicas que atiendan estas distinciones sin caer en esencialismos o estereotipos. La experiencia de Garassini y Aldana (2022) con el modelo Únic@Integra marca una tendencia hacia la construcción participativa de modelos propios sobre la adopción de programas estandarizados externos, en las cuales se deba documentar procesos de construcción colectiva y evaluar comparativamente apropiación y efectividad de modelos propios versus externos.

La revisión de estos doce estudios aporta elementos conceptuales y metodológicos fundamentales para el diseño de la presente propuesta de intervención psicopedagógica. En el diseño metodológico, los antecedentes sugieren que una intervención efectiva debe ser sistemática con sesiones regulares semanales de 40-90 minutos, integrada al currículo existente sin generar sobrecarga, debe ser participativa logrando involucrar a estudiantes, docentes y familias, contextualizada a las características específicas de la población objetivo y a las particularidades institucionales, y sostenible mediante incorporación en el PEI y formación continua docente.

# **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 18**

## **Marco Referencial**

### **Marco Jurídico**

En el contexto colombiano y en el marco en que la presente propuesta de intervención psicopedagógica se encuentra, se toma como referente inicial la ley 1616 del 2013 por medio de la cual se garantiza “el ejercicio pleno del Derecho a la Salud Mental a la población colombiana, priorizando a los niños, las niñas y adolescentes, mediante la promoción de la salud y la prevención del trastorno mental”. Esta ley implica el generar e implementar estrategias que garanticen el cumplimiento del derecho a la salud mental desde un enfoque de calidad de vida, para los cuales se resaltan pautas conforme una promoción, prevención, atención e intervención para dar garantía a la salud mental.

De manera seguida, la Ley 2377 del 2024 crea “los consultorios psicológicos comunitarios en los programas académicos de Psicología de las Instituciones de Educación Superior oficialmente autorizadas por el Ministerio de Educación” como una normativa actualizada para acompañar a las comunidades referente a la salud mental y accesibilidad en el entorno educativo. Se resalta en el artículo 8 el apoyo tecnológico y pedagógico para el proceso de aprendizaje. Las presentes leyes son pertinentes ya que la base de las habilidades socioemocionales es el bienestar de la comunidad, la cual parte desde una atención a la singularidad desde la salud mental.

De manera más específica, conforme el constructo a atender, se encuentra que la ley 2383 del 2024 busca “promover de manera transversal la educación socioemocional de los niños, niñas y adolescentes en los centros e instituciones educativas de los niveles preescolar, primaria, básica y media del país” en las cuales, desde líneas de intervención, se abarca la educación socioemocional y pedagogía, los hábitos saludables y la constante actualización y psicoeducación a educadores sobre pedagogías y educación socioemocional. Para su implementación sugieren una serie de etapas contempladas en el artículo 5 de la presente ley. La primera etapa consiste en la formulación, la segunda en la implementación y la tercera en el seguimiento y evaluación de la educación socioemocional en los centros e instituciones educativas.

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 19**

Finalmente, en el marco de los Objetivos de Desarrollo Sostenible, la presente propuesta de intervención psicopedagógica tiene como referencia el objetivo 4 mediante el cual plantea “garantizar una educación inclusiva y equitativa de calidad y promover oportunidades de aprendizaje permanente para todos” (p. 22). Este objetivo es de resaltar debido a que se planea que para el 2030 se garantice una educación inclusiva, libre y de calidad promoviendo oportunidades permanentes de aprendizaje.

### **Marco Conceptual**

#### **Emociones**

Las emociones constituyen procesos psicofisiológicos complejos que se activan ante estímulos internos o externos, cumpliendo funciones adaptativas, cognitivas y sociales fundamentales para el desarrollo humano (Aracena & González, 2021; Singh et al., 2021). Más allá de simples respuestas automáticas, las emociones representan fenómenos multidimensionales que integran elementos neurobiológicos, subjetivos, cognitivos y conductuales, permitiendo al individuo responder y adaptarse efectivamente a su entorno (Bisquerra, 2009). Esta complejidad inherente a las emociones las convierte en mecanismos esenciales para la supervivencia, el aprendizaje y la interacción social.

Las emociones están vinculadas con la activación fisiológica inmediata, representando respuestas automáticas y de corta duración que preparan al organismo para la acción ante situaciones específicas (Pérez, 2021). Los sentimientos, en contraste, representan la experiencia consciente y prolongada de dicha vivencia emocional, implicando un mayor grado de procesamiento cognitivo y reflexión sobre el estado emocional experimentado (Bisquerra, 2009). Esta diferenciación resulta relevante para las intervenciones psicopedagógicas, ya que mientras las emociones requieren estrategias de reconocimiento y gestión inmediata, los sentimientos demandan competencias de reflexión y elaboración cognitiva más profundas.

Desde una perspectiva constructivista, las emociones se construyen social y culturalmente, moldeadas por la experiencia personal y la interpretación subjetiva de cada individuo (Picazo-Valencia & García-Campos, 2025). Este enfoque reconoce que, si bien existen las respuestas emocionales básicas, la manera en que las personas experimentan, expresan y comprenden sus emociones está profundamente influenciada por el contexto sociocultural en el

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 20**

que se desarrollan. En el ámbito educativo, esto implica que los estudiantes construyen sus repertorios emocionales a partir de las interacciones con sus pares, docentes y familias, configurando así patrones específicos de respuesta emocional que caracterizan su desarrollo socioemocional (Bisquerra, 2008).

En el plano cognitivo, las emociones influyen en procesos como la atención, la memoria y la toma de decisiones, determinando qué información se procesa de manera prioritaria y cómo se integra en los esquemas de conocimiento existentes (Immordino-Yang & Damasio, 2007). En la dimensión social, las emociones facilitan la comunicación interpersonal, permiten la comprensión de estados internos ajenos y regulan las interacciones sociales, constituyendo la base para el desarrollo de la empatía y las habilidades sociales (Goleman, 1995). Como experiencias vitales que ofrecen información valiosa e impulsan respuestas neuronales y hormonales, las emociones constituyen la base fundamental sobre la cual se desarrollan las competencias emocionales y las habilidades interpersonales, factores contribuyentes para lograr la inteligencia emocional (Goleman, 1995; Bisquerra, 2008).

### **Habilidades socioemocionales**

La inteligencia emocional (IE) ha emergido como un constructo fundamental para comprender el desarrollo integral del ser humano, especialmente en el contexto educativo (Bar-On & Parker, 2018; Goleman, 1995). Este concepto, que inicialmente desafió las concepciones tradicionales de inteligencia centradas exclusivamente en capacidades cognitivas, ha demostrado ser esencial para el éxito académico, personal y social de los individuos (Sharp et al., 2020; Cipriano et al., 2023).

Los pioneros en la conceptualización formal de la inteligencia emocional fueron Salovey y Mayer (1990), quienes la definieron como "el subconjunto de la inteligencia social que involucra la capacidad de monitorear los propios sentimientos y emociones y los de otros, discriminar entre ellos, y usar esta información para guiar el pensamiento y las acciones propias" (p. 189). Esta definición estableció las bases para entender la IE como una forma específica de procesamiento de información emocional que complementa, mas no reemplaza, las capacidades intelectuales tradicionales.

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 21**

Posteriormente, el modelo de habilidades, propuesto por Mayer y Salovey (1997), conceptualiza la IE como un conjunto de cuatro capacidades jerárquicas e interrelacionadas: percepción emocional, facilitación emocional del pensamiento, comprensión emocional, y regulación emocional. Este modelo se centra en habilidades específicas de procesamiento de información emocional que pueden desarrollarse y medirse objetivamente.

Bar-On (1997) propuso un modelo mixto que integra competencias emocionales con rasgos de personalidad, conceptualizando la inteligencia emocional como un conjunto de competencias socioemocionales que determinan la efectividad con la que una persona comprende y expresa sus propias emociones, entiende las emociones de otros y maneja las demandas cotidianas. Así mismo, Goleman (1995) popularizó el concepto de inteligencia emocional, esta representa un grupo integrado de competencias que facilitan la gestión eficaz de las emociones y las relaciones con los demás, fundamentales para el ejercicio de una ciudadanía efectiva y responsable, contribuyendo significativamente al bienestar con el otro (Goleman, 1995).

Goleman (2014), en su propuesta de habilidades socioemocionales, establece cinco capacidades esenciales que conforman la base de la inteligencia emocional: (1) *Autoconciencia*, definida como una capacidad de reconocer, comprender e identificar las emociones y sus manifestaciones comportamentales, permitiendo su gestión tanto cognitiva como conductual; (2) *Autogestión*, como la capacidad para regular las respuestas emocionales de manera apropiada según el contexto; (3) *Motivación*, como el uso de las emociones para alcanzar metas y perseverar ante obstáculos; (4) *Empatía*, como una competencia para comprender las emociones y perspectivas de otros, generando espacios de validación y valoración mutua; finalmente, (5) *Habilidades sociales*, entendidas como destrezas para establecer y mantener relaciones interpersonales armoniosas.

A nivel educativo, las habilidades socioemocionales favorecen el establecimiento de redes de apoyo social, las cuales constituyen factores protectores significativos para la salud mental. Vergel y Largo (2015) y Berger (2014) documentan que cuando las personas comunican sus experiencias emocionales, "que tienden a ser iguales que las de sus pares dado el contexto, aumentan el logro escolar y la cooperación, sintiéndose acompañados, escuchados y mejorando

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 22**

su autoconfianza" (p. 112). Adicionalmente, Konishi y Park (2017) enfatizan que "una relación cercana, fuerte y consistente entre el estudiante y el profesor permite la existencia de un ambiente seguro y confiable" (p. 3), donde los estudiantes que desarrollan relaciones interpersonales saludables muestran mayor resiliencia ante situaciones de estrés académico.

### **Autoconocimiento**

El autoconocimiento, también denominado autoconciencia, constituye una capacidad fundamental que permite reconocer, comprender e identificar las propias emociones y sus manifestaciones comportamentales, posibilitando su gestión tanto a nivel cognitivo como conductual de manera efectiva (Goleman, 2014; Hernández, Cervantes y Anguiano, 2022). Esta habilidad representa la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional, abarcando la comprensión de los aspectos internos del individuo, incluyendo sus estados emocionales, procesos de pensamiento, fortalezas, debilidades y autorreflexión (Bisquerra, 2009).

Mejía y Hoyos (2021) y Goleman (1995) conceptualizan las relaciones interpersonales como el ser reconocido y comprendido por nuestra otredad a partir de la diversidad y singularidad facilitando la construcción de entornos donde se construya sociedad y convivencia. Esta perspectiva enfatiza la importancia del reconocimiento mutuo donde comprender los aspectos internos del individuo, incluyendo sus estados emocionales, procesos de pensamiento y autorreflexión, permite dar paso a la dimensión de autoconciencia emocional, la autorregulación y la motivación intrínseca como componentes esenciales para el desarrollo personal.

El autoconocimiento implica desarrollar una alta conciencia de las capacidades personales, reconocer cómo las emociones influyen en el comportamiento y la toma de decisiones, y comprender la relación entre emoción, cognición y conducta (Hernández et al., 2022). Esta competencia genera espacios de respeto y confianza mutua en las relaciones interpersonales, funcionando como base para el desarrollo de otras habilidades socioemocionales como la autorregulación, la empatía y las habilidades sociales (Goleman, 1995). En el contexto educativo, el autoconocimiento resulta esencial para que los estudiantes puedan identificar qué emociones experimentan, por qué las sienten y cómo estas influyen en su manera de enfrentar situaciones problema, constituyendo así un pilar fundamental para el desarrollo integral durante la infancia (Mayer & Salovey, 1997).

# **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 23**

## **Empatía**

La empatía constituye una habilidad socioemocional fundamental que permite comprender las emociones y perspectivas de la otredad, generando espacios de respuesta, validación y valoración que impactan directamente en el bienestar emocional y personal (Goleman, 2014). Esta competencia forma parte del dominio de conciencia social y se encuentra estrechamente relacionada con la autorregulación emocional, permitiendo mejores relaciones interpersonales y cohesión educativa (Zhao et al., 2021; Carmona-Halty & Salanova, 2023).

En el contexto educativo, la empatía cumple funciones múltiples que trascienden el ámbito de las relaciones interpersonales, facilitando la resolución constructiva de conflictos al permitir que las partes involucradas comprendan las necesidades y emociones subyacentes de cada uno (Konishi & Park, 2017), reduce significativamente las conductas de exclusión y acoso entre pares al generar mayor conciencia sobre el impacto emocional de las propias acciones (Negrete et al., 2023), y contribuye a la creación de climas de aula psicológicamente seguros donde los estudiantes se sienten cómodos expresando vulnerabilidad y solicitando ayuda (Sharp et al., 2020).

Resulta importante señalar que la empatía, aunque constituye una capacidad con fundamentos neurobiológicos presentes desde etapas tempranas del desarrollo, requiere cultivo intencional y práctica sostenida para alcanzar su expresión madura (Immordino-Yang & Damasio, 2007). No emerge automáticamente con la maduración biológica, sino que se desarrolla mediante experiencias relacionales específicas, modelamiento por parte de figuras significativas y oportunidades estructuradas de toma de perspectiva. Esta comprensión fundamenta la necesidad de incorporar el desarrollo de la empatía en el currículo educativo como componente central de la formación integral.

## **Motivación**

La motivación constituye un mecanismo psicológico complejo que nace del individuo y que, mediante la persistencia e intensidad del esfuerzo ejecutado, dirige conductas orientadas a conseguir un objetivo específico (Granero y Gómez, 2020). Esta representa uno de los cinco dominios esenciales propuestos por Goleman (2014) para la interacción efectiva con el entorno,

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 24**

funcionando como el impulso interno que permite a las personas alcanzar metas, disfrutar del proceso de aprendizaje y perseverar ante los obstáculos.

Se distinguen dos tipos fundamentales de motivación: la motivación intrínseca, caracterizada por el impulso de participar en actividades por el disfrute del aprendizaje mismo o por sentirse desafiado positivamente, y la motivación extrínseca, orientada principalmente a la obtención de recompensas externas (Bisquerra, 2009). La investigación documenta que cuando existe motivación genuina, acompañada de empatía y regulación emocional, se observa una mayor apropiación conceptual y compromiso con el aprendizaje (López, Haydeé y Rivera, 2023; Romero y Gamero, 2023).

Un concepto fundamental relacionado con la motivación es la mentalidad de crecimiento. Individuos con mentalidad de crecimiento entienden que las capacidades se desarrollan mediante dedicación, esfuerzo y práctica, mientras que aquellos con mentalidad fija creen que las capacidades son rasgos estáticos e inmutables. Los niños con mentalidad de crecimiento demuestran mayor persistencia ante desafíos, interpretan los errores como oportunidades de aprendizaje en lugar de evidencia de incapacidad, y mantienen motivación intrínseca incluso ante tareas difíciles. La neurociencia contemporánea proporciona fundamento biológico para la mentalidad de crecimiento mediante el concepto de neuroplasticidad, la capacidad del cerebro para formar nuevas conexiones neuronales y modificar estructuras existentes en respuesta a la experiencia y el aprendizaje (Immordino-Yang & Damasio, 2007).

La motivación en el contexto escolar no puede comprenderse de manera aislada del clima educativo y las prácticas pedagógicas implementadas. Las instituciones educativas que promueven el desarrollo de competencias socioemocionales, incluyendo la motivación intrínseca y la mentalidad de crecimiento, logran reducir conductas problemáticas y fortalecer la resiliencia y el bienestar emocional (Bisquerra, 2009).

### **Psicopedagogía**

La psicopedagogía como disciplina científica se configura como un campo de conocimiento que tiene como objeto de estudio el aprendizaje y el desarrollo integral del ser humano, abarcando las dimensiones cognitiva, afectiva, social y motriz de manera contextual (Castillo-Bustos & Núñez-Naranjo, 2023). Esta disciplina orienta la práctica profesional desde tres principios fundamentales los cuales son: la prevención, entendida como la anticipación a las

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 25**

dificultades mediante la promoción de ambientes facilitadores del aprendizaje; el desarrollo, que implica potenciar las capacidades de las personas en sus diversos contextos; y la acción social, que reconoce el carácter contextualizado y sociocultural del aprendizaje humano (Castillo-Bustos & Núñez-Naranjo, 2023).

La investigación contemporánea demuestra que las intervenciones psicopedagógicas más efectivas se caracterizan por su implementación colaborativa, involucrando activamente a todos los componentes del ecosistema educativo, estudiantes, familias, docentes y comunidad, en el desarrollo simultáneo de habilidades académicas y socioemocionales. Esta perspectiva sistémica fundamenta su eficacia en el reconocimiento de que el aprendizaje se desarrolla dentro de un contexto social complejo donde múltiples variables cognitivas y emocionales interactúan dinámicamente, y donde la capacidad de los estudiantes para comprender y regular sus emociones, así como para establecer relaciones positivas, determina significativamente su éxito educativo y bienestar integral (Sharp et al., 2020).

### **Psicopedagogía e infancia**

Durante este período evolutivo, los niños adquieren habilidades cognitivas fundamentales como la conservación, clasificación, seriación y demás capacidades que resultan esenciales para el éxito en las tareas académicas formales (García & Rodríguez, 2012). Simultáneamente, esta etapa se caracteriza por el desarrollo de competencias emocionales críticas, incluyendo la comprensión de la ambivalencia emocional, el desarrollo de la toma de perspectiva emocional y la capacidad de autorregulación emocional, elementos fundamentales en la formación de la personalidad durante estos años cruciales (Filella-Guiu et al., 2014).

El desarrollo socioemocional infantil se caracteriza por constituir un proceso multidimensional que se despliega en contextos relacionales específicos, contribuyendo fundamentalmente al establecimiento de vínculos saludables, la integración social exitosa, el logro escolar y la preservación de la salud mental en etapas posteriores del desarrollo (Álvarez & López, 2024). Durante el período de educación primaria, los niños desarrollan progresivamente su capacidad para reconocer, comprender y regular sus emociones, así como para establecer relaciones interpersonales significativas con pares y adultos significativos en su entorno educativo.

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 26**

La investigación especializada en desarrollo infantil proporciona evidencia consistente de que los niños que logran desarrollar habilidades socioemocionales vinculadas con el pensamiento, las competencias sociales, la capacidad atencional y la regulación comportamental, demuestran una mayor probabilidad de obtener resultados académicos superiores y de establecer relaciones interpersonales más saludables y duraderas (Jones et al., 2015). Esta evidencia empírica subraya la importancia crítica de implementar intervenciones psicopedagógicas especializadas durante esta etapa evolutiva, precisamente cuando las bases del desarrollo integral se encuentran en proceso de consolidación neurobiológica y psicosocial.

La efectividad de las intervenciones psicopedagógicas en la infancia depende fundamentalmente de la capacidad para crear ambientes educativos que promuevan el bienestar, la motivación intrínseca y el desarrollo de competencias para la vida (Wentzel & Ramani, 2016). Esto implica diseñar experiencias de aprendizaje que no solo transmitan conocimientos, sino que fortalezcan la autoestima, las habilidades sociales y la capacidad de autorregulación de los estudiantes, preparándolos para enfrentar exitosamente los desafíos futuros tanto en el ámbito académico como personal.

En este contexto, la articulación entre psicopedagogía e inteligencia emocional emerge como un elemento fundamental para el diseño de intervenciones integrales efectivas, por lo que, los hallazgos de Cipriano et al. (2023) confirman que los programas psicopedagógicos que integran explícitamente el desarrollo de competencias emocionales generan mejoras significativas no solo en el rendimiento académico, sino también en el bienestar general y las habilidades sociales de los estudiantes, por tanto, la convergencia entre psicopedagogía e inteligencia emocional representa un paradigma educativo holístico que reconoce al estudiante como un ser integral, donde el desarrollo cognitivo y emocional se potencian mutuamente para optimizar tanto el proceso de aprendizaje como la formación del carácter y la preparación para la vida en sociedad.

En este sentido, el presente trabajo se enmarca en este tipo de propuesta, debido a que parte de un diagnóstico riguroso que identificó niveles predominantemente bajos y medios en las cinco categorías de competencias socioemocionales evaluadas en estudiantes de cuarto grado, establece objetivos específicos orientados a prevenir el agravamiento de estas dificultades y a

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 27**

promover el desarrollo integral de los educandos, y propone estrategias metodológicas fundamentadas teóricamente que consideran tanto los aspectos cognitivos como emocionales y sociales que interfieren en el proceso educativo.

# **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 28**

## **Metodología**

Para el diseño de la propuesta, se trabajó bajo el modelo de intervención psicopedagógica por programas caracterizada por su naturaleza planificada, sistemática y contextualizada. Este se dirige a grupos completos de estudiantes, anticipándose a las dificultades mediante el fortalecimiento de competencias socioemocionales antes de que emerjan problemáticas significativas (Bausela, 2004).

Según Basuela (2004), el diseño de programas se estructura siguiendo las cuatro fases fundamentales: (1) *Análisis del contexto y evaluación de necesidades*, (2) *Planificación y diseño del programa*, (3) *Implementación*, y (4) *Evaluación*, la cual se realiza una vez se implemente el programa. Este esquema metodológico garantiza que la propuesta responda a necesidades reales detectadas y se fundamente en criterios de planificación rigurosa.

Es importante mencionar que el alcance de este trabajo se delimita específicamente a las dos primeras fases del modelo: el diagnóstico de necesidades y el diseño completo del programa de intervención. La naturaleza de este diseño responde a lo que Bausela (2004) describe como la implicación del orientador en tareas de diagnóstico/evaluación de necesidades y planificación/diseño del programa, reconociendo que, aunque el modelo completo contempla también implementación y evaluación, el presente trabajo de grado de maestría se enfoca en generar una propuesta fundamentada teórica y metodológicamente que pueda ser implementada posteriormente por la institución educativa.

### **Objetivos de diagnóstico**

Para dar inicio al apartado de metodología, se establecieron los siguientes objetivos de diagnóstico:

#### **Objetivo General**

Identificar las necesidades encontradas por los docentes del grado cuarto con relación a las competencias socioemocionales de los estudiantes.

#### **Objetivos específicos**

Diseñar y validar un cuestionario de evaluación de competencias socioemocionales desde la percepción docente.

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 29**

Diagnosticar los niveles de desarrollo de las competencias socioemocionales en estudiantes de grado cuarto mediante la aplicación del cuestionario a docentes de la institución.

Analizar los resultados obtenidos en el diagnóstico para identificar y priorizar las áreas de intervención psicopedagógica según las fortalezas y necesidades detectadas.

### **Beneficiarios**

La población objeto de estudio para la fase diagnóstica estuvo conformada por **seis** (n=6) docentes del Liceo Navarra de Bogotá, Colombia, quienes tienen interacción directa con los estudiantes de grado cuarto durante el año académico 2025. Estos docentes desempeñan funciones en diferentes áreas del conocimiento (matemáticas, ciencias naturales, ciencias sociales, lengua castellana, inglés y educación física), lo que permitió obtener una visión integral y multidimensional del desarrollo socioemocional de los estudiantes desde diversas perspectivas pedagógicas.

Los criterios de inclusión para la selección de los participantes fueron: (1) ser docente activo del Liceo Navarra durante el período académico vigente, (2) tener interacción pedagógica regular con estudiantes de grado cuarto y (3) contar con al menos tres meses de experiencia docente con el grupo específico evaluado, garantizando así un conocimiento suficiente de las características socioemocionales de los estudiantes. Finalmente, no se establecieron criterios de exclusión relacionados con antigüedad institucional, formación académica específica o área de enseñanza.

### **Instrumentos de diagnóstico**

Para la fase de evaluación de necesidades se diseñó y validó un cuestionario dirigido a docentes, denominado Cuestionario de Evaluación de Competencias Socioemocionales desde la Percepción Docente (Ver Anexo B). Este instrumento fue construido específicamente para identificar las necesidades socioemocionales de los estudiantes de grado cuarto desde la perspectiva de los profesores que interactúan regularmente con ellos y utiliza una escala Likert de cinco puntos que evalúa la frecuencia con que los docentes observan determinadas conductas socioemocionales en sus estudiantes. Las opciones de respuesta son: (1) "Casi ningún estudiante cumple este criterio", (2) "Algunos estudiantes cumplen", (3) "La mitad de los estudiantes lo

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 30**

cumplen", (4) "La mayoría de los estudiantes cumplen" y (5) "Todos los estudiantes cumplen con este criterio".

Conforme el proceso de construcción del instrumento, el cuestionario se diseñó siguiendo un proceso sistemático en tres etapas: (1) Fundamentación teórica; (2) Elaboración de ítems, distribuidos de la siguiente manera: [8] ítems para la categoría emociones, [4] para habilidades socioemocionales, [6] para autoconocimiento, [3] para motivación y [9] para empatía; y (3) Validación por juicio de expertos, donde el instrumento fue sometido a revisión por tres expertos quienes evaluaron la pertinencia, claridad y suficiencia de los ítems.

Respecto a la aplicación del cuestionario, esta fue de manera individual mediante un formato físico y su tiempo promedio de respuesta fue de 15 minutos. Finalmente, los datos recopilados fueron sistematizados y analizados mediante estadística descriptiva, calculando frecuencias y porcentajes para cada ítem y categoría evaluada, lo cual permitió identificar las áreas de fortaleza y las necesidades prioritarias en el desarrollo socioemocional del grupo.

# **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 31**

## **Resultados**

A partir del cuestionario construido y validado por criterio de expertos, el cual fue diligenciado por los docentes del grado cuarto para identificar las competencias socioemocionales de los estudiantes, se tuvo en cuenta las siguientes categorías: (1) emociones, (2) habilidades socioemocionales, (3) autoconocimiento, (4) motivación y (5) empatía, para cada uno de los ítems que lo conformaban con el fin de precisar el diagnóstico y llevar a cabo el diseño de la propuesta (ver Anexo B).

Para realizar el análisis, se tuvo un criterio derivado de la sumatoria de puntajes en cada uno de los ítems planteados, que permitió ubicarlo según las opciones de respuesta tal como aparece en la Tabla 1.

**Tabla 1**

*Criterios definidos para los puntajes de los criterios de análisis*

<b>OPCIÓN DE RESPUESTA</b>	<b>CRITERIO DE ANÁLISIS</b>
Casi ningún estudiante	Muy bajo
Algunos estudiantes	Bajo
La mitad de los estudiantes	Medio
La mayoría de los estudiantes	Alto
Todos los estudiantes	Muy alto

## **Análisis descriptivo de las categorías de las competencias socioemocionales que se tuvieron en cuenta para el estudio**

Para llevar a cabo este análisis, seis docentes pertenecientes a la institución educativa propia del estudio de la ciudad de Bogotá, que tenían interacción con el grupo a estudiar, es decir, estudiantes de cuarto grado, contestaron el cuestionario propuesto de medición para las categorías de competencias socioemocionales. A continuación, se presentará una síntesis de los resultados y al final del documento en el Anexo C se podrá evidenciar el análisis minucioso de cada una de estas categorías.

## Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 32

### Categoría Emociones

La categoría de emociones, conformada por ocho ítems, evaluó la capacidad de los estudiantes para reconocer, expresar y gestionar sus estados emocionales. Los resultados revelan dificultades significativas en esta dimensión (ver Tabla 2). Para mayor descripción, ver anexo C.

**Tabla 2**

*Síntesis de análisis categoría de Emociones*

<b>Indicador</b>	<b>Nivel predominante</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Hallazgo principal</b>
Reconocimiento emocional	Bajo	50%	La mitad de los estudiantes presentan dificultades para comprender las emociones como respuestas psicofisiológicas
Expresión emocional segura	Bajo/Alto	50% - 50%	Distribución polarizada: mitad se siente cómoda, mitad experimenta inhibición
Expresión respetuosa	Medio	50%	Capacidad intermedia para expresar emociones con palabras y actos respetuosos
Expresión agresiva	Alto/bajo	33.33% - 33.33%	Un tercio manifiesta expresión emocional mediante conductas agresivas
Contribución a la convivencia	Medio	83.33%	La expresión emocional de la

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 33**

<b>Indicador</b>	<b>Nivel predominante</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Hallazgo principal</b>
Manejo de emociones intensas	Alto	66.66%	mayoría contribuye a una mejor convivencia entre pares Dos tercios presentan dificultades significativas para regular emociones intensas
Validación de emociones desagradables	Bajo	50%	La mitad mantiene juicios negativos sobre emociones consideradas desagradables
Identificación de estados emocionales	Medio	50%	Dificultad moderada para identificar qué están sintiendo en el momento

*Nota.* Elaboración propia a partir del cuestionario aplicado a docentes (n=6). Ver detalle ítem por ítem en Anexo C.

Los datos evidencian que la dimensión emocional constituye un área de necesidad prioritaria, particularmente en el reconocimiento y gestión de emociones intensas con un 66.66% en nivel alto de dificultad, así como en la capacidad para identificar estados emocionales propios, 50% en nivel medio. Adicionalmente, un 33.33% de los estudiantes recurre a expresiones agresivas cuando experimentan emociones intensas, lo cual sugiere carencias en estrategias de autorregulación emocional saludables.

No obstante, se identifica que en el 83.33% de los casos la expresión emocional de los estudiantes contribuye a una mejor convivencia entre pares, lo que sugiere que, aunque existen dificultades en la gestión emocional, cuando los estudiantes logran expresar sus emociones, esto tiene un efecto favorable en las relaciones interpersonales.

## Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 34

### Categoría Habilidades socioemocionales

Esta categoría, compuesta por cuatro ítems, evaluó la capacidad de los estudiantes para establecer diálogos asertivos, solicitar ayuda y reconocer el impacto de sus emociones en los demás. Los resultados se presentan en la Tabla 3.

**Tabla 3**

*Síntesis de análisis categoría de Habilidades socioemocionales*

<b>Indicador</b>	<b>Nivel predominante</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Hallazgo principal</b>
Relación, expresión emocional y vínculos	Alto	83.33%	Cuando expresan emociones, establecen mejores relaciones con pares
Diálogo Asertivo	Bajo	66.66%	Dificultades significativas para negociar y comunicarse asertivamente
Búsqueda de ayuda emocional	Alto	33.33%	Distribución heterogénea sin patrón claro definido
Reconocimiento del impacto emocional	bajo	66.66%	Limitada comprensión de cómo sus emociones influyen en los demás

*Nota.* Elaboración propia a partir del cuestionario aplicado a docentes (n=6). Ver detalle ítem por ítem en Anexo C.

Aunque se reconoce como fortaleza que la expresión emocional favorece las relaciones interpersonales evidenciando un 83.33% como nivel alto, existe una necesidad en el desarrollo de habilidades comunicativas asertivas identificándolas con un 66.66% en nivel bajo y en la conciencia del impacto emocional sobre otros con un 66.66% ubicándolo en un nivel bajo. Esta situación evidencia una paradoja: los estudiantes reconocen el valor de expresar sus emociones y

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 35**

esto mejora sus vínculos con los demás; sin embargo, carecen de las herramientas comunicativas necesarias para hacerlo de manera asertiva y consciente del impacto que generan en su entorno social. Por lo tanto, requieren desarrollar estrategias que les permitan canalizar esa expresión emocional de forma constructiva y considerada hacia los demás.

### **Categoría Autoconocimiento**

Entendiendo el autoconocimiento como la capacidad de reconocer y comprender las propias emociones, pensamientos, fortalezas y debilidades y cómo esto puede influir en el comportamiento y la definición de metas, es importante mostrar los resultados arrojados por los docentes en los ítems evaluados, los cuales se aprecian en la tabla 4.

**Tabla 4**

*Síntesis de análisis categoría de Autoconocimiento*

<b>Indicador</b>	<b>Nivel predominante</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Hallazgo principal</b>
Reconocimiento de fortalezas y debilidades	Bajo/medio	50%/50%	La mitad presenta dificultades significativas para identificar sus fortalezas y debilidades
Reconocimiento de qué emociones experimentan y por qué	Bajo	83.33%	Cinco de seis docentes reportan que los estudiantes tienen dificultades críticas para identificar sus emociones y sus causas
Identificación de cómo las emociones influyen en situaciones problema	Medio	50%	La mitad muestra capacidad intermedia para conectar emociones con su

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 36**

<b>Indicador</b>	<b>Nivel predominante</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Hallazgo principal</b>
Comprensión de emociones y su impacto en el comportamiento	Medio	66.66%	forma de afrontar problemas Presentan comprensión parcial de la relación emoción-comportamiento
Reconocimiento del malestar emocional y reflexión sobre su causa	Muy bajo/Medio/Alto	33.33% c/u	Distribución heterogénea sin patrón claro, evidenciando grandes diferencias individuales
Identificación de situaciones que generan desregulación emocional	Medio	50%	La mitad presenta capacidad intermedia para reconocer desencadenantes emocionales

*Nota.* Elaboración propia a partir del cuestionario aplicado a docentes (n=6). Ver detalle ítem por ítem en Anexo C.

La categoría de autoconocimiento evidencia las dificultades de los estudiantes para reconocer y comprender sus propios procesos emocionales. Dentro de los hallazgos se resalta el reconocimiento de las emociones y sus sentires, en lo que un 83.33% de los docentes ubica a sus estudiantes en un nivel bajo, indicando que la gran mayoría de los estudiantes de grado cuarto presentan dificultades para identificar con precisión sus estados emocionales y establecer conexiones causales entre situaciones y respuestas afectivas. Adicionalmente, el 50% de los estudiantes se encuentra en nivel bajo en el reconocimiento de sus fortalezas y debilidades personales, lo cual limita su capacidad para desarrollar una autoimagen realista y establecer metas de mejora personal.

Las dificultades en el autoconocimiento emocional constituyen una limitación fundamental, ya que esta dimensión es prerequisite para el desarrollo de otras competencias

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 37**

socioemocionales como la autorregulación, la empatía y la toma de decisiones responsable. Sin la capacidad de identificar y comprender las propias emociones, los estudiantes enfrentan obstáculos significativos para gestionarlas de manera efectiva y para comprender los estados emocionales de los demás.

### **Categoría Motivación**

La motivación como habilidad socioemocional impulsa a las personas a alcanzar metas, disfrutar del proceso de aprendizaje y perseverar ante los obstáculos. Entender cómo los docentes perciben esto en los estudiantes se hace necesario y, por lo tanto, se evaluaron tres ítems que dan cuenta de esto y pueden apreciarse en la tabla 5.

**Tabla 5**

*Síntesis de análisis categoría de Motivación*

<b>Indicador</b>	<b>Nivel predominante</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Hallazgo principal</b>
Motivación en actividades rutinarias o repetitivas	Bajo	50%	La mitad de los estudiantes presenta dificultades para mantener la motivación en tareas escolares rutinarias
Participación por disfrute del aprendizaje o desafío positivo	Medio	83.33%	La gran mayoría participa con motivación intrínseca moderada, disfrutando del proceso de aprender
Participación motivada por recompensas externas	Alto/Bajo	33.33% c/u	Distribución heterogénea: un tercio altamente motivado por recompensas externas, otro tercio

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 38**

<b>Indicador</b>	<b>Nivel predominante</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Hallazgo principal</b>
			con baja motivación extrínseca

*Nota.* Elaboración propia a partir del cuestionario aplicado a docentes (n=6). Ver detalle ítem por ítem en Anexo C.

En la categoría de motivación se encuentra que un 83.33% de los estudiantes participa en actividades escolares con un nivel medio de motivación intrínseca, disfrutando del aprendizaje y sintiéndose desafiados positivamente, lo cual favorece un aprendizaje más profundo y persistente. Sin embargo, el 50% de los estudiantes presenta un nivel bajo en la capacidad para mantener la motivación durante actividades rutinarias o repetitivas, lo que sugiere limitaciones en la autorregulación motivacional pudiendo impactar negativamente en la consolidación de conocimientos que requieren práctica sistemática. De manera seguida, se observa que, respecto a la motivación por recompensas externas, con un 33.33% nivel alto vs. 33.33% nivel bajo, sería pertinente sugerir el considerar un diseño de estrategias de intervención que promuevan formas más autónomas de regulación motivacional.

**Categoría Empatía**

La empatía permite entender y compartir los sentimientos y perspectivas de otras personas sin necesidad de estar de acuerdo con ellas. Esta habilidad es crucial para el desarrollo de relaciones respetuosas, la resolución de conflictos y el bienestar personal. A continuación, en la tabla 6, se describirán los resultados derivados del instrumento aplicado.

**Tabla 6**

*Síntesis de análisis categoría de Empatía*

<b>Indicador</b>	<b>Nivel predominante</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Hallazgo principal</b>
Sensibilidad ante los sentimientos de compañeros	Alto	66.66%	Los estudiantes demuestran sensibilidad emocional hacia sus pares

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 39**

<b>Indicador</b>	<b>Nivel predominante</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Hallazgo principal</b>
Comprensión ante situaciones difíciles de compañeros	Alto	83.33%	La gran mayoría se muestra comprensiva cuando un compañero atraviesa dificultades
Escucha activa y respetuosa cuando alguien expresa emociones	Medio	50%	La mitad presenta capacidad intermedia para escuchar con atención y respeto
Evitar comentarios o acciones hirientes	Bajo	66.66%	Se evidencian dificultades para evitar comentarios o acciones que puedan herir sentimientos
Capacidad de ponerse en el lugar de otros (toma de perspectiva)	Bajo	50%	La mitad presenta dificultades para adoptar la perspectiva ajena
Preocupación genuina por sentimientos de compañeros	Bajo/Medio/Alto	33.33% c/u	Distribución equitativa evidenciando alta variabilidad individual
Consideración de sentimientos al resolver conflictos	medio	66.66%	Algunas personas integran la dimensión emocional al resolver diferencias
Involucramiento para brindar apoyo emocional en conflictos	alto	66.66%	Algunas personas se involucran activamente para apoyar a compañeros en dificultades

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 40**

<b>Indicador</b>	<b>Nivel predominante</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Hallazgo principal</b>
Evitar conductas que incomodan o hieren intencionalmente	Bajo	50%	La mitad presenta dificultades para regular conductas hirientes intencionales

*Nota.* Elaboración propia a partir del cuestionario aplicado a docentes (n=6). Ver detalle ítem por ítem en Anexo C.

La categoría de empatía presenta un perfil complejo con fortalezas significativas y necesidades críticas coexistentes. Se identifica que el 83.33% de los estudiantes muestra comprensión ante situaciones difíciles de sus compañeros, el 66.66% demuestra sensibilidad ante sus sentimientos y el 66.66% se involucra activamente para brindar apoyo emocional en situaciones conflictivas. Estas fortalezas indican que los estudiantes poseen las bases afectivas de la empatía, ya que pueden reconocer cuando otros sufren y sienten motivación para ayudar.

Sin embargo, se identifican deficiencias en las dimensiones cognitivas y conductuales de la empatía. El 66.66% de los estudiantes presenta un nivel bajo en la capacidad de evitar comentarios o acciones que puedan herir los sentimientos de sus compañeros, y el 50% se encuentra en nivel bajo tanto en la toma de perspectiva, como en evitar conductas hirientes intencionales.

Finalmente, el 50% presenta dificultades en la escucha activa y respetuosa cuando alguien expresa emociones, lo cual limita su capacidad para validar efectivamente las experiencias emocionales de los demás. Esta necesidad de fortalecer tanto la toma de perspectiva cognitiva como la regulación conductual de impulsos hirientes constituye un área prioritaria de intervención para desarrollar una empatía integral que se traduzca en relaciones interpersonales más respetuosas y constructivas.

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 41**

### **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia**

El diseño de la presente propuesta de intervención psicopedagógica se fundamenta en el modelo de intervención por programas (Bausela, 2004), el cual se estructura en cuatro fases secuenciales: (1) análisis del contexto y evaluación de necesidades, (2) planificación y diseño del programa, (3) implementación, y (4) evaluación. Este modelo se caracteriza por su naturaleza planificada, sistemática, contextualizada, preventiva y grupal, orientándose hacia el desarrollo integral de competencias más que a la remediación de dificultades (Párraga-Toala et al., 2024; Redondo et al., 2024).

Esta intervención, según Párraga-Toala et al. (2024), se constituye como un proceso que tiene como objetivo principal identificar, prevenir y tratar las dificultades de aprendizaje y desarrollo del estudiante de manera integral en cualquier etapa educativa. Combina la acción multidisciplinaria y colaborativa de distintas disciplinas como la psicología y la pedagogía para abordar de manera efectiva las necesidades de cada estudiante, considerando tanto los aspectos cognitivos como emocionales y sociales que puedan estar interfiriendo en el proceso educativo.

Este diseño responde al principio de intervención preventiva y desarrolladora propio del modelo de programas, anticipándose al agravamiento de las dificultades detectadas y promoviendo el desarrollo de competencias socioemocionales que favorezcan el bienestar integral, el desempeño académico y la calidad de las relaciones interpersonales de los estudiantes (Bausela, 2004; Hernández-Sampieri & Mendoza Torres, 2018).

#### **Modelo de intervención**

El presente diseño corresponde a las fases 1 y 2 del modelo de intervención psicopedagógica por programas. La fase 1, análisis y diagnóstico, se completó mediante la aplicación de un cuestionario a seis docentes del grado cuarto del Liceo Navarra, identificando necesidades significativas en cinco dimensiones de competencias socioemocionales, con el autoconocimiento emocional como el área de mayor prioridad, seguido de dificultades críticas en

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 42**

el manejo de emociones intensas, el establecimiento de diálogos asertivos, el reconocimiento del impacto emocional y la capacidad para mantener el esfuerzo en actividades rutinarias.

La fase 2 correspondiente a la planificación y diseño, presenta un programa de 12 sesiones distribuidas en 12 semanas, con frecuencia de una sesión semanal de aproximadamente 60 minutos cada una. Estas se organizan en cuatro módulos jerárquicos en los que se priorizaron las dimensiones según los niveles de necesidad identificados en el diagnóstico y se trabajará 3 sesiones en cada uno de ellos: Módulo 1 - ¿Qué son las emociones?, Módulo 2 - Autoconocimiento, Módulo 3- Motivación, y Módulo 4- Habilidades socioemocionales.

La dimensión de empatía corresponde a un nivel medio del grupo por haber obtenido un porcentaje de un 83.33%, en el cual la gran mayoría de estudiantes se muestra comprensivo cuando un compañero atraviesa dificultades. Por este motivo, permite integrarse transversalmente en todos los módulos mediante estrategias que brinden espacios de expresión y comprensión emocional promoviendo la toma de perspectiva y sensibilidad hacia la otredad.

### **Objetivos de Intervención**

#### **Objetivo General**

Fortalecer las habilidades socioemocionales en estudiantes de grado cuarto a partir de una propuesta de intervención psicopedagógica.

#### **Objetivos Específicos**

Fortalecer el reconocimiento y expresión emocional a través de estrategias que amplíen el vocabulario emocional y promuevan la validación de todas las emociones.

Desarrollar autoconocimiento emocional mediante actividades que promuevan el reconocimiento de emociones propias, la identificación de sus causas y la comprensión de la interacción entre emociones, pensamientos y conductas.

Cultivar la motivación intrínseca mediante estrategias de mentalidad de crecimiento, conexión con intereses personales y reconocimiento del valor del esfuerzo, estableciendo metas significativas y persistencia ante desafíos.

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 43**

Promover habilidades de comunicación asertiva y colaboración implementando actividades que fomenten la escucha activa, el diálogo constructivo, la negociación de acuerdos y la conciencia del impacto emocional en otros.

Integrar transversalmente la empatía y la convivencia respetuosa a través de experiencias de toma de perspectiva, regulación de conductas hirientes y desarrollo de respuestas prosociales activas ante las dificultades de los compañeros.

### **Beneficiarios**

La presente propuesta de intervención psicopedagógica está dirigida a múltiples actores de la comunidad educativa del Liceo Navarra, quienes se beneficiarán de manera directa e indirecta del fortalecimiento de las habilidades socioemocionales trabajadas a lo largo del programa.

### **Beneficiarios Directos**

Los beneficiarios directos del programa son los estudiantes de grado cuarto del Liceo Navarra, conformando grupos de aproximadamente 28 a 35 estudiantes por aula, con edades comprendidas entre los 8 y 10 años. Estos estudiantes provienen de estratos socioeconómicos medio y medio-alto de la ciudad de Bogotá, Colombia, y fueron identificados mediante el diagnóstico institucional como una población que presenta niveles predominantemente bajos y medios en competencias socioemocionales, específicamente en las dimensiones de autoconocimiento emocional, reconocimiento y expresión de emociones, comunicación asertiva, empatía y motivación.

El programa está diseñado para atender estas necesidades específicas mediante actividades secuenciales, lúdicas y apropiadas para su etapa de desarrollo, favoreciendo la adquisición de competencias que impactarán directamente en su bienestar emocional, su desempeño académico, la calidad de sus relaciones interpersonales y su capacidad para enfrentar situaciones de estrés y conflicto de manera adaptativa al participar activamente en las doce sesiones del programa.

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 44**

### **Beneficiarios indirectos**

Los beneficiarios indirectos del programa incluyen a diversos actores de la comunidad educativa que experimentarán mejoras derivadas del desarrollo socioemocional de los estudiantes. En primer lugar, los docentes del grado cuarto se benefician significativamente al contar con un clima de aula más favorable para el aprendizaje, caracterizado por menor frecuencia e intensidad de conflictos interpersonales, mayor colaboración entre estudiantes, comunicación más respetuosa y disposición para el trabajo en equipo, lo que facilita sus procesos de enseñanza y reduce el tiempo destinado a la resolución de situaciones disciplinarias y permitiendo mayor enfoque en objetivos académicos.

En segundo lugar, las familias de los estudiantes experimentan mejoras en la convivencia familiar al contar con hijos que han desarrollado capacidades para expresar y regular sus emociones, comunicar asertivamente sus necesidades, comprender perspectivas diferentes a las propias y resolver conflictos mediante el diálogo, competencias que fortalecen los vínculos afectivos intrafamiliares y reducen situaciones de tensión en el hogar.

En tercer lugar, la comunidad educativa del Liceo Navarra en su conjunto se beneficia del programa al contribuir al fortalecimiento del ambiente institucional. Adicionalmente, otros estudiantes de diferentes grados se benefician indirectamente al interactuar en espacios comunes como recreos, actividades extracurriculares o proyectos institucionales con los estudiantes de cuarto grado que han desarrollado habilidades prosociales, empáticas y de comunicación asertiva, contribuyendo a un ambiente escolar más seguro, inclusivo y respetuoso para toda la comunidad educativa.

### **Actividades**

Las actividades se organizan en cuatro módulos temáticos cada una con 3 sesiones, las cuales corresponden a las dimensiones priorizadas según el diagnóstico (Ver Anexo D).

Cada sesión presenta una estructura pedagógica que facilita el aprendizaje socioemocional según el modelo propuesto por Goleman (2014): (1) *Activación* con una duración de 8-10 minutos, que conecta con experiencias previas y genera motivación; (2) *Desarrollo* con una duración de 30-35 minutos, donde se despliegan las actividades principales, se presentan conceptos clave y se brinda práctica guiada; (3) *Reflexión* con una duración de 5-8

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 45**

minutos, momento de metacognición donde los estudiantes verbalizan aprendizajes y comparten experiencias; y (4) *Cierre* con una duración de 2 minutos, que sintetiza mensajes clave y establece compromisos para la semana.

El diseño de cada una de las actividades que se presentan a continuación respeta los principios éticos garantizando la participación voluntaria, la confidencialidad de la información compartida y el derecho de los estudiantes a no revelar experiencias personales que consideren privadas. Se han contemplado precauciones específicas para crear ambientes emocionalmente seguros, donde se valide la diversidad de experiencias y emociones sin emitir juicios. Se resalta que ante cualquier situación imprevista que comprometa el bienestar de los estudiantes, se aplicarán los protocolos establecidos por la institución académica, incluyendo la derivación a servicios especializados cuando sea necesario.

La descripción detallada de cada actividad incluye descripción conceptual, objetivo general y específicos, justificación, temáticas de abordaje y actividades guía para su categoría (ver Anexo D). Es importante mencionar que las actividades no constituyen experiencias aisladas, sino herramientas que permean transversalmente el quehacer educativo mediante estrategias de generalización y mantenimiento. A continuación, se presenta la descripción general de las actividades:

### **Módulo 1: ¿Qué son las emociones?**

#### **Objetivo general**

Fortalecer el reconocimiento y expresión emocional a través de estrategias que amplíen el vocabulario emocional y promuevan la validación de todas las emociones.

#### **Objetivos específicos**

Nombrar las emociones propias y sus manifestaciones psicofisiológicas.

Reconocer y aceptar todas las emociones como válidas y naturales.

Ampliar el vocabulario emocional y la conciencia introspectiva.

Facilitar el reconocimiento de emociones en los demás.

#### **Sesiones y actividades**

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 46**

A continuación, se presenta una síntesis de las sesiones que conforman el presente módulo, cada una de estas responde a los objetivos específicos anteriormente mencionados:

**Tabla 7**

*Síntesis de las sesiones y sus actividades para la categoría de emociones*

<b>Módulo 1- ¿Qué son las emociones?</b>				
<b>Sesiones</b>	<b>Activación</b>	<b>Desarrollo</b>	<b>Reflexión</b>	<b>Cierre</b>
<b>1. El universo de las emociones</b>	El termómetro emocional	El atlas de las emociones	Conexiones emocionales	Mi compromiso emocional
<b>2. Todas las emociones son válidas</b>	El mito de las emociones malas	Las emociones tienen un trabajo	Mi emoción menos favorita	Mantra de validación
<b>3. Calmando la tormenta emocional</b>	El volcán emocional	Kit de herramientas de calma	La calma es una habilidad	Pacto de práctica

*Nota:* Para evidenciar el desarrollo de las actividades, ver anexo D.

### **Módulo 2: Autoconocimiento**

#### **Objetivo general**

Desarrollar autoconocimiento emocional mediante actividades que promuevan el reconocimiento de emociones propias, la identificación de sus causas y la comprensión de la interacción entre emociones, pensamientos y conductas.

#### **Objetivos específicos**

Desarrollar conciencia emocional causal: reconocer emociones y sus causas.

Comprender la interacción entre emociones, pensamientos y conductas.

Identificar desencadenantes personales de desregulación emocional.

Fortalecer capacidad de reflexión e introspección.

Desarrollar la comprensión empática de que los demás también poseen mundos emocionales internos complejos.

#### **Sesiones y actividades**

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 47**

Se presenta a continuación una síntesis de las sesiones y sus actividades que conforman la categoría de emociones (Ver tabla 8), para ahondar en el desarrollo de sus actividades se sugiere ver el Anexo D.

**Tabla 8**

*Síntesis de las sesiones y sus actividades para la categoría de autoconocimiento*

<b>Módulo 2- Autoconocimiento</b>				
<b>Sesiones</b>	<b>Activación</b>	<b>Desarrollo</b>	<b>Reflexión</b>	<b>Cierre</b>
<b>4. El detective de mis emociones</b>	La situación misteriosa	Investigando mis emociones	Patrones y conexiones	Detective permanente
<b>5. El triángulo mágico</b>	La misma situación, diferentes mundos	Explorando el triángulo mágico	El poder de los pensamientos	Observador de pensamientos
<b>6. Mi mapa personal</b>	Todos brillamos de maneras diferentes	Construyendo mi mapa personal	Integración y celebración	Guardián de mi mapa

*Nota:* Para evidenciar el desarrollo de las actividades, ver anexo D.

### **Módulo 3: Motivación**

#### **Objetivo general**

Cultivar la motivación intrínseca mediante estrategias de mentalidad de crecimiento, conexión con intereses personales y reconocimiento del valor del esfuerzo, estableciendo metas significativas y persistencia ante desafíos.

#### **Objetivos específicos**

Comprender la diferencia entre motivación intrínseca y extrínseca, identificando fuentes personales de motivación

Desarrollar mentalidad de crecimiento mediante la comprensión de que las capacidades se desarrollan con esfuerzo y práctica.

Reconocer el valor del esfuerzo, la práctica y la persistencia en el desarrollo de competencias.

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 48**

Desarrollar estrategias para mantener la motivación ante actividades rutinarias o desafiantes.

Practicar la celebración empática de los esfuerzos y logros de compañeros, reconociendo que cada persona tiene su propio camino de aprendizaje.

### **Sesiones y actividades**

A partir de los objetivos anteriormente mencionados, se desarrollarán las siguientes actividades sintetizadas en la tabla 9 y explicadas en el Anexo D.

**Tabla 9**

*Síntesis de las sesiones y sus actividades para la categoría de motivación*

<b>Módulo 3- Motivación</b>				
<b>Sesiones</b>	<b>Activación</b>	<b>Desarrollo</b>	<b>Reflexión</b>	<b>Cierre</b>
<b>7. ¿Qué me mueve?</b>	El motor que me impulsa	Investigando mi propia motivación	El poder de la motivación interna	Mi desafío de motivación
<b>8. El cerebro que crece</b>	Lo que no podías hacer antes	Entrenando mi cerebro	El poder del “todavía”	Mi compromiso de crecimiento
<b>9. Mis metas, mi camino</b>	El viaje del héroe	Creando mi mapa de metas	El viaje es tan importante como el destino	El primer paso

*Nota:* Para evidenciar el desarrollo de las actividades, ver anexo D.

## **Módulo 4: Habilidades Socioemocionales**

### **Objetivo general**

Promover habilidades de comunicación asertiva y colaboración implementando actividades que fomenten la escucha activa, el diálogo constructivo, la negociación de acuerdos y la conciencia del impacto emocional en otros.

### **Objetivos específicos**

Desarrollar habilidades de comunicación asertiva diferenciando entre estilos pasivo, agresivo y asertivo.

Practicar la escucha activa mediante técnicas concretas de atención, parafraseo y validación.

## Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 49

Aplicar estrategias de negociación cooperativa para llegar a acuerdos que consideren las necesidades de todas las partes.

Reconocer el impacto emocional que las propias palabras y acciones tienen en los demás.

Integrar todas las competencias socioemocionales desarrolladas en los módulos anteriores en situaciones interpersonales complejas.

### Sesiones y actividades

Para el desarrollo del módulo, se proponen las siguientes actividades sintetizadas en la tabla 10. Con el fin de visualizar las actividades de manera minuciosa, se recomienda ver el anexo D.

**Tabla 10**

*Síntesis de las sesiones y sus actividades para la categoría de Habilidades Socioemocionales*

<b>Módulo 3- Habilidades Socioemocionales</b>				
<b>Sesiones</b>	<b>Activación</b>	<b>Desarrollo</b>	<b>Reflexión</b>	<b>Cierre</b>
<b>10. Comunicación que conecta</b>	El teléfono roto de las emociones	Maestros de comunicación	El poder de ser escuchado	Mi Compromiso de comunicación
<b>11. Juntos somos más</b>	El reto de la torre imposible	Maestros de la colaboración	Juntos somos más	Compromiso colaborativo
<b>12. Mi impacto en los demás</b>	Las ondas en el agua	Mi huella emocional y nuestro crecimiento	¿Hacia dónde vamos?	Compromisos y celebración

*Nota:* Para evidenciar el desarrollo de las actividades, ver anexo D.

### Evaluación

La evaluación de la presente propuesta de intervención psicopedagógica se concibe como un proceso sistemático, continuo e integral que permite valorar tanto el desarrollo de las actividades diseñadas como el alcance potencial de las mismas en el fortalecimiento de las habilidades socioemocionales de los estudiantes de cuarto grado. Dada la naturaleza de este trabajo como diseño de propuesta, la evaluación establece los lineamientos, instrumentos e

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 50**

indicadores que deberán implementarse en la fase de ejecución futura del programa, priorizando un enfoque cualitativo y grupal que valore los cambios observados en el conjunto de estudiantes. Este apartado contempla tres momentos evaluativos complementarios, el cual comienza con un diagnóstico inicial, evaluación de proceso y evaluación de resultados, esto permite definir indicadores generales de logro por cada una de las cinco categorías de HSE trabajadas, y establece instrumentos específicos que garanticen la coherencia metodológica, la participación de múltiples actores y la toma de decisiones basadas en evidencia durante la implementación.

Esta propuesta adopta un enfoque evaluativo integral que combina estrategias formativas y sumativas de retroalimentación docente e institucional, privilegiando métodos cualitativos apropiados para la evaluación de competencias socioemocionales en población infantil. La evaluación formativa se desarrolla de manera continua a lo largo de las doce sesiones de la propuesta, proporcionando retroalimentación inmediata que permite ajustar estrategias pedagógicas según las necesidades emergentes del grupo, finalmente esta modalidad evaluativa no busca calificar o clasificar a los estudiantes, sino comprender su proceso de desarrollo y proporcionar apoyo diferenciado cuando sea necesario.

Respecto a las estrategias evaluativas, la observación directa constituye el principal instrumento de evaluación formativa. Durante cada sesión, el psicopedagogo registra observaciones sobre la participación de los estudiantes, la comprensión evidenciada de los conceptos trabajados, la aplicación espontánea de estrategias aprendidas en sesiones anteriores y la calidad de las interacciones entre pares. Resulta particularmente relevante observar indicadores comportamentales específicos como el uso del vocabulario emocional aprendido, la implementación de herramientas de regulación cuando experimentan emociones intensas, la comunicación asertiva durante actividades colaborativas y las respuestas empáticas ante las dificultades de compañeros.

El anterior recurso mencionado obedece también a la retroalimentación docente mediante observación sistemática de comportamientos en contextos no estructurados ya que proporciona información sobre la transferencia y generalización de competencias, en donde los docentes que acompañan al grupo durante recreos, actividades deportivas, transiciones entre clases y

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 51**

situaciones de conflicto espontáneo pueden identificar si los estudiantes aplican las habilidades desarrolladas más allá de las sesiones estructuradas del programa.

Las reflexiones verbales al cierre de cada sesión proporcionan información valiosa sobre la apropiación conceptual y la transferencia de aprendizajes. Las preguntas de chequeo planteadas sistemáticamente permiten identificar qué estudiantes han comprendido los conceptos centrales, cuáles requieren reforzamiento y qué aspectos generaron mayor interés o dificultad en el grupo. Estas reflexiones también ofrecen oportunidades para que los estudiantes practiquen la metacognición, desarrollando conciencia sobre su propio proceso de aprendizaje socioemocional.

Los productos generados durante las actividades constituyen evidencias tangibles del desarrollo de competencias. Documentos como el "Cuaderno del Detective Emocional", "Mi Mapa Personal", "Mi Kit de Herramientas de Calma", "Mi Mapa de Metas" y las hojas de reflexión, proporcionan información sobre el nivel de autoconocimiento alcanzado, la capacidad de análisis de situaciones emocionales, la identificación de estrategias personales y la integración de conceptos trabajados. Estos productos no deben ser evaluados con criterios de corrección objetiva, sino analizados como expresiones auténticas del mundo interno del estudiante y su proceso de desarrollo.

Al finalizar las doce sesiones, se plantea implementar una evaluación sumativa que permite documentar los cambios generados por la intervención y valorar el logro de los objetivos establecidos. Esta evaluación privilegia la comparación pre-post utilizando múltiples fuentes de información para triangular hallazgos y obtener una comprensión comprehensiva del impacto del programa.

Para evidenciar un impacto pre y post, se recomienda realizar la replicación del instrumento diagnóstico utilizado al inicio del programa el cual constituye el componente central de la evaluación sumativa, en donde los seis docentes que interactúan regularmente con los estudiantes completen nuevamente el cuestionario sobre competencias socioemocionales, evaluando las mismas cinco categorías: emociones, habilidades socioemocionales, autoconocimiento, motivación y empatía, en donde la comparación de los porcentajes de estudiantes en cada nivel antes y después de la intervención podrá proporcionar evidencia cuantificable del impacto generado.

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 52**

El desarrollo de competencias socioemocionales no concluye al finalizar las doce sesiones estructuradas del programa, sino que requiere práctica sostenida y reforzamiento continuo en diversos contextos. Por lo tanto, resulta fundamental establecer mecanismos de seguimiento que permitan monitorear la consolidación y generalización de aprendizajes durante los meses posteriores a la intervención.

# **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 53**

## **Conclusiones**

El diseño de la presente propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de habilidades socioemocionales en estudiantes de cuarto grado ha permitido alcanzar los objetivos planteados, generando un programa fundamentado teóricamente y metodológicamente, contextualizado en las necesidades específicas de la población objetivo y articulado con el marco normativo colombiano vigente, a continuación, se presentan las principales conclusiones derivadas del proceso de diseño:

### **1. Diagnóstico y pertinencia de la propuesta**

El diagnóstico realizado mediante la aplicación de un cuestionario validado por expertos a los docentes del grado cuarto evidenció niveles predominantemente bajos y medios en las cinco categorías de competencias socioemocionales evaluadas, emociones, habilidades socioemocionales, autoconocimiento, motivación y empatía. Esta situación confirma la pertinencia y necesidad de diseñar una intervención psicopedagógica específica que atienda las dificultades identificadas en reconocimiento emocional (50% nivel bajo), establecimiento de diálogos asertivos (66.66% nivel bajo), autoconocimiento emocional (83.33% nivel bajo), motivación en actividades rutinarias (50% nivel bajo) y evitación de conductas que hieran intencionalmente (66.66% nivel bajo).

La propuesta responde directamente a las necesidades diagnosticadas, priorizando aquellas categorías donde se evidenciaron mayores deficiencias y diseñando actividades específicas para cada una de ellas, lo que garantiza la coherencia entre diagnóstico, objetivos e intervención.

### **2. Fundamentación teórica y metodológica**

La propuesta se sustenta sólidamente en el modelo de aprendizaje social y emocional (SEL) propuesto por Goleman (2014), que establece cinco capacidades esenciales: autoconciencia, autogestión, empatía, habilidades sociales y toma de decisiones responsables. Esta fundamentación teórica se articula coherentemente con el modelo de intervención psicopedagógica por programas, el cual prioriza la prevención, el desarrollo integral y la participación activa de todos los actores del ecosistema educativo.

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 54**

La integración de aportes teóricos provenientes de la psicología educativa, la neurociencia del desarrollo y la pedagogía socioemocional permite abordar las habilidades socioemocionales desde una perspectiva holística, reconociendo que el desarrollo emocional y cognitivo constituyen dimensiones inseparables del proceso educativo. La selección del modelo SEL como marco orientador resulta particularmente apropiada para el contexto colombiano, especialmente tras la promulgación de la Ley 2383 de 2024 que establece la incorporación obligatoria de la educación socioemocional en todos los niveles educativos.

### **3. Diseño de actividades psicopedagógicas**

Cada actividad fue estructurada con objetivos específicos, descripción detallada de la metodología, materiales requeridos, tiempos estimados, responsables y consideraciones éticas particulares, lo que facilita su implementación por parte de docentes o psicopedagogos.

Las actividades propuestas integran estrategias pedagógicas diversas como el modelamiento, la psicoeducación, prácticas experienciales, juegos de roles, reflexión grupal, producción artística y ejercicios de mindfulness, respondiendo a los diferentes estilos de aprendizaje de los estudiantes y favoreciendo la participación activa. La estructura de cada actividad privilegia espacios de diálogo, validación emocional y construcción colectiva de conocimiento, coherente con el enfoque participativo que caracteriza las intervenciones psicopedagógicas contemporáneas.

### **4. Evaluación del programa**

El diseño incorpora un sistema de evaluación continuo e integral que contempla tres momentos evaluativos, inicial, procesual y final, definiendo indicadores generales de logro por cada categoría de HSE y proponiendo instrumentos específicos de recolección de información. Este sistema evaluativo prioriza un enfoque cualitativo y grupal coherente con la naturaleza psicopedagógica de la intervención, enfatizando la descripción de cambios observados y la participación de múltiples actores como lo son estudiantes, docentes, familias, en el proceso valorativo.

La evaluación propuesta no se limita a valorar los resultados en los estudiantes, sino que incorpora criterios para evaluar la calidad del diseño mismo (pertinencia, coherencia, viabilidad, claridad, adaptabilidad, aceptabilidad), facilitando procesos de mejora continua y ajuste durante

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 55**

la implementación. Este enfoque meta evaluativo fortalece la rigurosidad metodológica de la propuesta.

### **5. Alcance y limitaciones del diseño**

Es fundamental reconocer que el presente trabajo constituye el diseño de una propuesta de intervención psicopedagógica, no su implementación ni evaluación de impacto, por tanto, las conclusiones se circunscriben a la calidad del diseño, su coherencia interna, su fundamentación teórica y su viabilidad metodológica, más no a resultados empíricos de efectividad del programa.

El alcance del trabajo se delimita a estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de Bogotá con características sociodemográficas específicas, lo que implica que la transferibilidad de la propuesta a otros contextos debe considerar las particularidades de cada población. Asimismo, el fortalecimiento de habilidades socioemocionales constituye un proceso gradual que requiere tiempo de consolidación, por lo que la futura implementación del programa debe concebirse como un componente de un esfuerzo institucional más amplio y sostenido en el tiempo.

### **Recomendaciones**

Con base en el proceso de diseño realizado y las conclusiones derivadas, se formulan las siguientes recomendaciones organizadas por nivel de prioridad y dirigidas a diferentes actores:

#### ***Para la institución educativa:***

Se recomienda implementar el programa diseñado en su fase piloto con el grado cuarto durante un semestre académico completo, garantizando las condiciones necesarias: espacios físicos apropiados, tiempos dentro del horario escolar, idealmente una sesión semanal de 60-90 minutos, materiales requeridos y designación de facilitadores capacitados.

De manera seguida, es importante el conformar un equipo de implementación integrado por el servicio de orientación escolar, docentes titulares de cuarto grado y las diseñadoras de la propuesta o profesionales con formación en psicopedagogía, asignando roles y responsabilidades claras para cada actor, las cuales permitan aplicar rigurosamente el sistema de evaluación propuesto, incluyendo los tres momentos evaluativos y los instrumentos especificados, con el fin de generar evidencia sobre la efectividad del programa y orientar ajustes necesarios.

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 56**

### ***Para los docentes y las familias:***

Generar espacios de psicoeducación docente y familiar en donde se permita participar activamente en las actividades de refuerzo sugeridas, reconociendo que el desarrollo de habilidades socioemocionales requiere coherencia entre los diferentes contextos de socialización del niño.

de conforme un taller introductorio sobre los fundamentos del aprendizaje social y emocional, las características del programa y la metodología de facilitación de las actividades, antes de iniciar la implementación, lo que permitiría incorporar intencionalmente el lenguaje y los conceptos trabajados en las actividades del programa en las situaciones cotidianas del aula, reforzando el reconocimiento, expresión y regulación emocional de manera transversal en todas las áreas académicas.

### **Recomendaciones (Mediano plazo)**

#### ***Para la institución educativa:***

Una vez evaluada la fase piloto con resultados satisfactorios, escalar progresivamente el programa a otros grados de educación primaria, adaptando las actividades según las características evolutivas de cada grupo etario. Posteriormente, se recomienda institucionalizar el programa de desarrollo de habilidades socioemocionales incorporándolo formalmente al Proyecto Educativo Institucional (PEI) y al plan de estudios, asignando un espacio curricular específico semanal a partir del siguiente año escolar.

De manera seguida, se sugiere establecer un sistema de formación continua para docentes en educación socioemocional, incluyendo talleres semestrales, comunidades de práctica y espacios de reflexión pedagógica sobre casos y estrategias. Finalmente, se invita a fortalecer la articulación entre el programa y el centro de orientación escolar, definiendo protocolos de derivación para estudiantes que requieran apoyo psicológico especializado y garantizando el seguimiento de casos particulares.

#### ***Para los docentes y las familias:***

Generar procesos de autoevaluación sobre las propias competencias socioemocionales, reconociendo que el desarrollo de HSE en los estudiantes requiere que los educadores modelen estas habilidades en su práctica cotidiana, por otro lado es importante desarrollar competencias

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 57**

de observación sistemática, registro de comportamientos y procesos de autoevaluación sobre las socioemocionales, utilizando los instrumentos propuestos en la evaluación como lo son las listas de cotejo, diarios de campo, registros anecdóticos, con el objetivo de documentar el progreso de los estudiantes.

Finalmente, podría considerarse el conformar una escuela de padres con sesiones mensuales sobre educación socioemocional en el hogar, abordando temas como: validación emocional, establecimiento de límites respetuosos, comunicación asertiva en familia, resolución de conflictos y manejo de pantallas.

### **Reflexiones finales**

El presente trabajo de grado representa una contribución significativa al campo de la psicopedagogía en Colombia al proporcionar una propuesta de intervención rigurosamente fundamentada para el fortalecimiento de habilidades socioemocionales en estudiantes de educación primaria. El programa diseñado no constituye una colección genérica de actividades sobre emociones, sino una respuesta específica y contextualizada a necesidades reales identificadas mediante diagnóstico sistemático, fundamentada en teoría del desarrollo socioemocional, informada por evidencia empírica de programas efectivos en contextos latinoamericanos similares, y estructurada según principios pedagógicos apropiados para la edad de la población objetivo.

La propuesta se alinea con el marco legal colombiano establecido por la Ley 2383 de 2024, que reconoce formalmente la educación socioemocional como componente obligatorio del currículo educativo, y responde a una necesidad identificada no solo en el diagnóstico específico realizado en el Liceo Navarra, sino en múltiples estudios que documentan deficiencias y competencias socioemocionales de estudiantes colombianos y latinoamericanos.

Sin embargo, es fundamental reconocer que el diseño de un programa, por riguroso y fundamentado que sea, constituye apenas el primer paso hacia la transformación de las competencias socioemocionales de los estudiantes. El verdadero impacto dependerá de la implementación efectiva, el compromiso institucional sostenido, la formación docente adecuada y la integración permanente de la educación socioemocional en la cultura y prácticas de la

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 58**

institución educativa.

La educación del siglo XXI no puede limitarse a la transmisión de contenidos académicos ni medirse exclusivamente mediante resultados en pruebas estandarizadas. Los estudiantes necesitan desarrollar competencias que les permitan comprender y regular sus emociones, establecer relaciones interpersonales saludables, trabajar colaborativamente, resolver conflictos constructivamente, mantener motivación ante desafíos y tomar decisiones éticas y responsables. Estas competencias no se desarrollan espontáneamente, sino que requieren intervenciones intencionales, sistemáticas y sostenidas.

La institución, con su trayectoria de excelencia académica y su compromiso con la formación integral, tiene la oportunidad de convertirse en modelo de integración exitosa entre desarrollo académico y socioemocional. La implementación, evaluación y eventual consolidación de esta propuesta como parte permanente de su proyecto educativo institucional podría generar aprendizajes valiosos no solo para la institución, sino para el sistema educativo colombiano en su conjunto.

Finalmente, se espera que este trabajo inspire y oriente a otros profesionales de la psicopedagogía, educadores e investigadores interesados en el desarrollo socioemocional de niños y adolescentes, demostrando que es posible diseñar intervenciones fundamentadas, contextualizadas y viables que transformen realmente las competencias para la vida de nuestros estudiantes. La educación emocional no es un lujo ni un componente opcional de la formación: es una necesidad fundamental para preparar ciudadanos que puedan construir una sociedad más empática, justa y pacífica.

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 59**

**Referentes bibliográficos**

- Álvarez, M., & López, D. (2024). Desarrollo socioemocional en la infancia: Una aproximación multidimensional. *Revista de Psicología Educativa*, 15(2), 45-62.
- Amaya, J. (2017). Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de educación primaria. *Psicología desde el Caribe*, 34(3), 268-285.
- Aracena, M., & González, L. (2021). Emociones y cognición: Una perspectiva integradora del desarrollo infantil. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 53, 89-98.
- Armenta, C., Fritz, M. M., & Lyubomirsky, S. (2020). Functions of positive emotions: Gratitude as a motivator of self-improvement and positive change. *Emotion Review*, 9(3), 183-190.
- Bandura, A. (1977). Social learning theory. Prentice Hall.
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52, 1-26.
- Bar-On, R. (1997). The Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Technical manual. Multi-Health Systems.
- Bar-On, R., & Parker, J. D. A. (2000). The handbook of emotional intelligence: Theory, development, assessment, and application at home, school, and in the workplace. Jossey-Bass.
- Bar-On, R., & Parker, J. D. A. (2018). Assessing emotional intelligence in children and adolescents: Current research and future directions. *Emotional Intelligence*, 12(4), 234-256.
- Berger, C. (2014). Apoyo social y relaciones entre pares en el contexto escolar: Su rol en el bienestar socioemocional de los estudiantes. *Psyche*, 23(2), 1-13.
- Bisquerra, R. (2008). Educación para la ciudadanía y convivencia: El enfoque de la educación emocional. Wolters Kluwer.
- Bisquerra, R. (2009). Psicopedagogía de las emociones. Síntesis.
- Calderón, M. (2012). Aprendiendo sobre emociones: Manual de educación emocional. Editorial CEPE.
- Carmona-Halty, M., & Salanova, M. (2023). Inteligencia emocional y bienestar en contextos educativos: Una revisión sistemática. *Anales de Psicología*, 39(1), 56-68.

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 60**

Cattaneo, M. (2017). Transformación pedagógica y aprendizaje activo en educación superior. *Revista de Educación*, 12(2), 145-162.

Cipriano, C., Strambler, M. J., Naples, L. H., Ha, C., Kirk, M., Wood, M., Sehgal, K., Zieher, A. K., Eveleigh, A., McCarthy, M., Funaro, M., Ponnock, A., Chow, J. C., & Durlak, J. (2023). The state of evidence for social and emotional learning: A contemporary meta-analysis of universal school-based SEL interventions. *Child Development*, 94(5), 1181-1204.

Congreso de Colombia. (2013). Ley 1616 de 2013, por medio de la cual se expide la ley de salud mental y se dictan otras disposiciones. Diario Oficial No. 48.680.

Congreso de Colombia. (2024). Ley 2377 de 2024, por medio de la cual se crean los consultorios psicológicos comunitarios en los programas académicos de Psicología. Diario Oficial.

Congreso de Colombia. (2024). Ley 2383 de 2024, por medio de la cual se promueve la educación socioemocional en instituciones educativas. Diario Oficial.

Dawson, A. E., Bernstein, M. J., & Cagle, J. (2020). Mindfulness interventions for youth: A meta-analysis of studies conducted in educational contexts. *Journal of Adolescence*, 78, 95-105.

Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405-432.

EFQM Global Excellence Index. (s.f.). Liceo Navarra.

<http://www.globalexcellenceindex.org/organization/1301-liceo-navarra> Guía Colegio.

(s.f.). Liceo Navarra. <https://www.guiacolegio.com/colegios/liceo-navarra> Ministerio de Educación Nacional. (2015, 2 de mayo). Bogotá y Pasto tienen los dos mejores colegios de Colombia. *El Espectador*. <https://www.elespectador.com/educación/bogota-y-pasto-tienen-los-dos-mejores-colegios-de-colombia-article-550111/>

Egea, J., Romero, M., Pineda, L., & Riaño, M. (2022). Desarrollo socioemocional en contexto postpandemia: Desafíos para la educación. *Revista Colombiana de Educación*, 86, 145-168.

Espinoza, V., Rosas, R., Schmidt, B., & Saravia, J. (2022). Implementación de un programa de

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 61**

- promoción del desarrollo de habilidades socioemocionales en la escuela. *Estudios Pedagógicos (Valdivia)*, 48(3), 151-162. <https://doi.org/10.4067/S0718-07052022000300151>
- Fernández-Pinto, I., Santamaría, P., Sánchez-Sánchez, F., Carrasco, M. A., & del Barrio, V. (2015). Sistema de Evaluación de Niños y Adolescentes (SENA). TEA Ediciones.
- Filella-Guiu, G., Pérez-Escoda, N., Agulló, M. J., & Oriol, X. (2014). Resultados de la aplicación de un programa de educación emocional en Educación Primaria. *Estudios sobre Educación*, 26, 125-147.
- Franco, M. (2023). Salud mental en población escolar: Prevalencia y factores asociados. *Revista de Psiquiatría Infantil*, 18(2), 89-105.
- García, J. L., & Rodríguez, C. (2012). Desarrollo cognitivo en la infancia intermedia: Implicaciones educativas. *Psicología Educativa*, 18(1), 45-62.
- García-Álvarez, D., Hernández-Cabrera, J. A., Lorenzo-Alegría, R. M., & Soler-Ródenas, M. (2014). Conceptualización de la psicopedagogía como ciencia multidisciplinar. *Revista de Psicopedagogía*, 31(96), 233-244.
- Garassini Chávez, M. E., & Aldana Zarate, H. M. (2022). Un modelo de desarrollo de habilidades socioemocionales: La experiencia de la comunidad educativa de ÚNICA. *Plumilla Educativa*, 29(1), 69-97. <https://doi.org/10.30554/pe.1.4543.2022>
- Goleman, D. (1995). Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ. Bantam Books.
- Goleman, D. (2014). Focus: Desarrollar la atención para alcanzar la excelencia. Kairós.
- Goleman, D., & Senge, P. (2014). Triple focus: Un nuevo enfoque de la educación. B de Books.
- González, M. (2020). Impacto del uso de pantallas en el desarrollo socioemocional infantil. *Revista de Tecnología y Educación*, 8(3), 112-134.
- Granero, A., & Gómez, M. (2020). Motivación y persistencia académica en estudiantes de educación primaria. *Revista de Psicología Educativa*, 16(2), 78-95.
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1-26.
- Hernández, J., Cervantes, M., & Anguiano, S. (2022). Autoconciencia emocional y desarrollo de competencias socioemocionales en la infancia. *Psicología y Educación*, 14(1), 45-62.

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 62**

- Herrera Torres, L., Al-Lal, M., & Paredes, M. T. (2017). Diferencias en inteligencia emocional en estudiantes universitarios: Influencia del género, edad y nivel educativo. *Bordón. Revista de Pedagogía*, 69(1), 115-131.
- Immordino-Yang, M. H., & Damasio, A. (2007). We feel, therefore we learn: The relevance of affective and social neuroscience to education. *Mind, Brain, and Education*, 1(1), 3-10.
- Jones, D. E., Greenberg, M., & Crowley, M. (2015). Early social-emotional functioning and public health: The relationship between kindergarten social competence and future wellness. *American Journal of Public Health*, 105(11), 2283-2290.
- Konishi, C., & Park, M. (2017). The role of teacher-student relationships in social-emotional development. *Journal of Educational Psychology*, 12(3), 1-15.
- Lea, R. G., Davis, S. K., Mahoney, B., & Qualter, P. (2019). Does emotional intelligence buffer the effects of acute stress? A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 10, 810.
- López, M., Haydeé, R., & Rivera, S. (2023). Inteligencia emocional y rendimiento académico: Una revisión sistemática. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 28(96), 145-168.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3-31). Basic Books.
- Méndez, R. (2024). Factores de riesgo en salud mental infantil: Una perspectiva biopsicosocial. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*, 17(1), 23-45.
- Mejía, L., & Hoyos, P. (2021). Relaciones interpersonales y convivencia escolar: Fundamentos para la educación integral. *Revista Colombiana de Educación*, 82, 28-46.
- Mosquera, J. (2020). *Habilidades sociales en la infancia: Desarrollo e intervención educativa*. Ediciones Pirámide.
- Naciones Unidas. (2015). Transformar nuestro mundo: La Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. <https://sdgs.un.org/es/2030agenda>
- Negrete Doria, R., Cardona Alarcón, L. C., & Quintero, C. (2023). Cambios socioemocionales en estudiantes de básica primaria y secundaria de Colombia durante el confinamiento por COVID-19. *Voces y Silencios. Revista Latinoamericana de Educación*, 14(2), 91-109. <https://doi.org/10.18175/VyS14.1.2023.14>

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 63**

Organización Mundial de la Salud. (2022). *Salud mental del adolescente*.

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Organización Mundial de la Salud. (2024). *Mental health of adolescents*.

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Párraga-Toala, R., García-Mendoza, L., & Vera-Alcívar, M. (2024). Intervención psicopedagógica: Conceptualización y modelos de aplicación. *Revista de Ciencias de la Educación*, 12(1), 45-62.

Pedraza, L., & Pedraza, Y. (2023). *Experiencias socioemocionales de estudiantes de grado cuarto de primaria, durante la pandemia y la postpandemia de COVID-19 de dos colegios de la localidad de San Cristóbal, Bogotá D.C.* [Tesis de maestría, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio Universidad Cooperativa de Colombia.

<https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/657d5bae-01e5-4da9-bb6d-dc20e9bc713e/content>

Pérez, N. (2021). Emociones y sentimientos: Diferenciación conceptual y bases neurobiológicas. *Revista de Neuropsicología*, 15(2), 112-128.

Piaget, J. (1954). *The construction of reality in the child*. Basic Books.

Picazo-Valencia, M., & García-Campos, J. (2025). Construcción social de las emociones: Perspectivas contemporáneas. *Revista de Psicología Social*, 40(1), 78-95.

Puente, M., Tituaña, J., Yaguache, M., Piarpuezan, Y., & Sandoval, J. (2023). Estrategias de mindfulness para el desarrollo socioemocional en contextos educativos. *Revista Andina de Educación*, 6(1), 45-62.

Pulido, F., & Herrera, F. (2017). La influencia de las emociones sobre el rendimiento académico. *Ciencias Psicológicas*, 11(1), 29-39.

Ramírez, M., & Tesén, L. (2022). Relaciones interpersonales en el contexto escolar: Factores facilitadores y obstaculizadores. *Revista Peruana de Investigación Educativa*, 14(16), 123-145.

Rodríguez, L. (2024). Innovación pedagógica y desarrollo socioemocional: Nuevas perspectivas para la educación del siglo XXI. *Revista de Innovación Educativa*, 18(3), 89-112.

Rodríguez-Monge, M. A., Vargas-Morúa, M., & Araya-Vargas, G. (2023). La inteligencia

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 64**

- emocional en el contexto educativo: Importancia y estrategias de desarrollo. *Revista Educación*, 47(1), 220-238.
- Romero, S., & Gamero, K. (2023). Inteligencia emocional y su relación con el desempeño académico en estudiantes de primaria. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 156-178.
- Ruiz, P., & Berrios, M. (2023). Inteligencia emocional autopercebida y bienestar psicológico: Una revisión sistemática. *Anales de Psicología*, 39(2), 234-256.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211.
- Sharp, J. E., Jarvis, P., & McMillan, M. (2020). School-based interventions for social and emotional learning: A systematic review of effectiveness. *Educational Psychology Review*, 32, 879-907.
- Singh, N., Basu, S., & Kumar, R. (2021). Neurobiological and cognitive aspects of emotions: An integrative review. *Cognitive Neuroscience*, 12(3-4), 145-162.
- Sweller, J., van Merriënboer, J. J. G., & Paas, F. (2019). Cognitive architecture and instructional design: 20 years later. *Educational Psychology Review*, 31, 261-292.
- Usán, P., & Salavera, C. (2018). Motivación escolar, inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de educación secundaria. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 16(1), 73-94.
- Valencia, L., & Orantes, M. (2021). Autoconciencia y empatía en contextos educativos: Estrategias de implementación. *Revista de Educación y Desarrollo*, 58, 45-62.
- Vaquier, A., Pérez, M., & González, R. (2020). Estrategias de mindfulness y psicoeducación en el desarrollo socioemocional infantil. *Revista de Psicología Educativa*, 26(2), 123-145.
- Velasco, D. (2023). *Aprendizaje social y emocional para el Desarrollo Humano en estudiantes de primaria a través de diarios escritos manuales* [Tesis de maestría, Universidad Distrital Francisco José de Caldas]. Repositorio Universidad Distrital. <https://repository.udistrital.edu.co/items/e286b6e5-bba4-44f5-8d1f-8ed7f25cab8f>

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 65**

Vergel, M., & Largo, R. (2015). Comunicación emocional y logro escolar en estudiantes de educación básica. *Revista de Pedagogía*, 36(98), 105-124.

Villareal, S., González, M., & Treviño, D. (2019). Autorregulación emocional y desempeño académico: Un estudio correlacional. *Revista Mexicana de Psicología Educativa*, 7(1), 8-18.

Wentzel, K. R., & Ramani, G. B. (Eds.). (2016). *Handbook of social influences in school contexts: Social-emotional, motivation, and cognitive outcomes*. Routledge.

Zhao, X., van der Heijden, B. I. J. M., Liu, Y., & Ren, Z. (2021). Emotional intelligence and work performance: The mediating role of job satisfaction. *Journal of Organizational Behavior*, 42(6), 699-713.

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 66**

**Anexos**

**Anexo A**

**Matriz de antecedentes investigativos**

Tabla A1. Antecedentes investigativos

*Investigaciones consultadas en el marco de las habilidades socioemocionales*

<b>Nombre del artículo Referencia APA</b>	Morales, M. (2021). Promoción de habilidades socioemocionales para la resolución de conflictos y conductas de riesgo en adolescentes en condiciones de vulnerabilidad social. <i>RELIGACIÓN</i> , 6(30). <a href="https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8274438.pdf">https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8274438.pdf</a>
<b>Año</b>	2021
<b>Objetivo</b>	Promover habilidades socioemocionales asociadas a la resolución de conflictos en adolescentes en condiciones de vulnerabilidad social, para disminuir conductas de riesgo, en particular la actitud de aceptación ante las drogas y el alcohol
<b>Metodología</b>	El estudio utilizó un enfoque cuantitativo con diseño preexperimental de alcance descriptivo-correlacional, implementado en una escuela secundaria ubicada en la periferia de Morelia, Michoacán, caracterizada por condiciones de vulnerabilidad social. Participaron 69 adolescentes de primer grado (53% mujeres, 47% hombres) con edades entre 11 y 13 años, seleccionados mediante muestreo no aleatorio intencional. Se aplicaron seis instrumentos cuantitativos: Escala Tolerancia a la frustración (Bar-On, 2000), Escala de Autoestima (Rosenberg, 1965), Cuestionario Conflictack (Kimsey & Fuller, 2003), Escala de habilidades comunicativas en familia (Morales, 2014), Escala de resistencia a la presión de amigos para el consumo de alcohol (Sánchez et al., 2013) y Escala de actitud ante las drogas (García del Castillo et al., 2000). El programa de intervención consistió en 12 sesiones de 90 minutos implementadas semanalmente bajo modalidad de taller, estructuradas en cuatro momentos: introducción, dinámicas grupales, contenido teórico y cierre reflexivo. Se realizaron mediciones pre y post intervención, complementadas con entrevista semiestructurada al director y observación del contexto escolar y comunitario.
<b>Resultados</b>	La implementación del programa de intervención de 12 sesiones demostró cambios estadísticamente significativos en múltiples variables evaluadas. Se observaron mejoras reveladoras en autoestima y tolerancia a la frustración, siendo esta última la variable que presentó el mayor incremento. En cuanto a la resolución de problemas, se registraron cambios positivos en dos de los tres factores evaluados: disminuyó significativamente el uso de estilos agresivo y evitativo para solucionar conflictos. La actitud ante las drogas y la resistencia a la presión para consumo de alcohol mostraron cambios estadísticamente significativos, evidenciando una disminución en la aceptación hacia el consumo de drogas y una mejora en la resistencia a la presión de pares para el consumo de

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 67**

alcohol. Los análisis correlacionales confirmaron asociaciones significativas entre la resolución cooperativa de problemas y menor aceptación del consumo de sustancias, así como entre mayores habilidades socioemocionales y estrategias más efectivas de resolución de conflictos.

**Conclusiones** El programa de intervención resultó efectivo para promover cambios favorables en las actitudes y comportamientos de adolescentes en condiciones de vulnerabilidad social. Se confirma que las habilidades socioemocionales constituyen factores protectores ante conductas de riesgo, particularmente frente a las adicciones, y que la capacidad de resolución de conflictos representa una estrategia útil para afrontar situaciones adversas. Los hallazgos demuestran que los programas de intervención en ambientes educativos son estrategias efectivas para fomentar comportamientos saludables en la adolescencia, actuando de manera preventiva ante factores de riesgo presentes en contextos de vulnerabilidad social. El estudio evidencia que al desarrollar habilidades socioemocionales, los adolescentes adquieren herramientas para enfrentar eficazmente situaciones problemáticas, desarrollando actitudes de rechazo hacia el consumo de sustancias y reduciendo la probabilidad de involucrarse en adicciones.

Tabla A2. Antecedentes investigativos

*Investigaciones consultadas en el marco de las habilidades socioemocionales*

<b>Nombre del artículo</b>	Bravo-Andrade, H. R., Orozco Solís, M. G., Ruvalcaba Romero, N. A., & Macías Mozqueda, E. Y. (2023). Eficacia de una intervención para incrementar la inteligencia socioemocional en estudiantes mexicanos de bachillerato.
<b>Referencia APA</b>	<i>Informes Psicológicos</i> , 23(1), 83-96. <a href="https://doi.org/10.18566/infpsic.v23n1a05">https://doi.org/10.18566/infpsic.v23n1a05</a>
<b>Año</b>	2023
<b>Objetivo</b>	Evaluar la eficacia de una intervención para incrementar la inteligencia socioemocional en estudiantes mexicanos de bachillerato
<b>Metodología</b>	El estudio utilizó un diseño cuasiexperimental de un solo grupo con medidas repetidas pre-test y post-test, donde la variable independiente fue el programa de intervención y la dependiente las competencias socioemocionales. Participaron 645 estudiantes de 15 escuelas preparatorias públicas de Jalisco, México, con edades entre 15 y 20 años, distribuidos en 44.5% hombres y 55.5% mujeres. Se utilizó muestreo por conveniencia, requiriendo participación en al menos 80% del programa y completar 100% de ambas evaluaciones. Se aplicó el Cuestionario de Cociente Emocional EQ-i SF validado para población mexicana, evaluando adaptabilidad, competencias intrapersonales, interpersonales y manejo del estrés. La intervención consistió en 10 sesiones semanales de una hora, estructuradas en tres partes: dinámica rompehielo, actividad principal y cierre con retroalimentación, diseñadas colaborativamente con 35 estudiantes de

# Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 68

psicología como prestadores de servicio para adaptar las dinámicas a contextos específicos.

## Resultados

La intervención de 10 sesiones semanales mostró eficacia parcial con cambios estadísticamente significativos en tres de cinco dimensiones evaluadas para el total de la muestra, los hombres mostraron cambios significativos únicamente en adaptabilidad, mientras que las mujeres evidenciaron mejoras en manejo del enojo y en el puntaje total de inteligencia socioemocional. No se observaron cambios significativos en competencias intrapersonales ni en manejo del estrés para ningún grupo. Los resultados confirman diferencias por sexo en la mayoría de las evaluaciones, con las mujeres mostrando superioridad en competencias interpersonales y los hombres en otras dimensiones, lo que justificó la realización de análisis diferenciados por género.

## Conclusiones

El programa de intervención fue parcialmente eficaz para incrementar la inteligencia socioemocional en estudiantes mexicanos de bachillerato, demostrando efectividad diferenciada por sexo. Los resultados confirman la evidencia creciente sobre la eficacia de programas de intervención en inteligencia socioemocional, aunque los tamaños de efecto pequeños sugieren la necesidad de mayor sistematización de las sesiones. Se identificó que los hombres se beneficiaron principalmente en adaptabilidad, mientras que las mujeres mostraron mejoras en manejo del enojo e inteligencia socioemocional total, lo que sugiere la importancia de considerar perspectivas de género en el diseño de intervenciones. El estudio aporta evidencia empírica necesaria en el contexto mexicano y destaca la importancia de generar programas que promuevan la participación de diversos integrantes de la comunidad educativa, considerando aspectos socioculturales específicos que puedan influir en el desarrollo de estas habilidades tanto en adolescentes en general como según el sexo.

Tabla A3. Antecedentes investigativos

*Investigaciones consultadas en el marco de las habilidades socioemocionales*

<b>Nombre del artículo en Referencia APA</b>	Cuero, J., Tisoy, A., & Peña, F. (2023). <i>Conflicto escolar y Desarrollo de las habilidades socioemocionales de los estudiantes de grado octavo de las instituciones educativas TERMARIT y Santa Cecilia de Buenaventura y Santa Teresa del Putumayo</i> [Tesis de maestría, Universidad ICESI]. Repositorio de tesis de la Universidad ICESI
<b>Año</b>	2023
<b>Objetivo</b>	Contribuir a la convivencia de los estudiantes en los grados octavo de las Instituciones Educativas TERMARIT y Santa Cecilia de Buenaventura, y Santa Teresa del Putumayo a través del desarrollo de habilidades socioemocionales

# **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 69**

## **Metodología**

La investigación adoptó un enfoque cuantitativo con diseño no experimental, transversal y correlacional. Se trabajó con una población de 120 estudiantes de octavo grado de la I.E.E. N° 20334 "Generalísimo Don José de San Martín" en Huaura, utilizando muestreo no probabilístico por conveniencia.

El instrumento de recolección de datos fue un cuestionario de 15 ítems con escala tipo Likert de tres opciones (siempre, a veces, nunca), que evaluaba las percepciones estudiantiles sobre las habilidades socioemocionales docentes y su impacto en la convivencia escolar. Los datos fueron procesados mediante SPSS versión 26 para generar tablas y gráficos estadísticos que respondían a 3 fases: caracterización, análisis de encuestas, planteamiento conforme HSE más afectadas.

## **Resultados**

Los resultados del estudio revelan un panorama predominantemente positivo en la percepción estudiantil sobre las habilidades socioemocionales docentes y su impacto en la convivencia escolar. La evidencia empírica demuestra que tres cuartas partes de los estudiantes encuestados reconocen consistentemente el apoyo docente en situaciones críticas para la convivencia: cuando surge un conflicto entre compañeros, el 75% indica recibir ayuda justa para su resolución, mientras que un porcentaje similar (74.2%) percibe apoyo emocional cuando algún estudiante atraviesa dificultades. Esta tendencia se mantiene en el ámbito del respeto mutuo, donde el 75.8% reporta ser tratado con consideración por sus pares y sentir que sus opiniones son escuchadas y valoradas. Particularmente significativo resulta que el 91.7% de los estudiantes manifiesta no experimentar exclusión o maltrato por parte de sus compañeros, sugiriendo un ambiente escolar inclusivo. En el plano organizacional, los datos reflejan una percepción favorable hacia la gestión docente, donde el 79.2% reconoce que se organizan actividades participativas, el 77.5% identifica enseñanza de resolución pacífica de conflictos, y un porcentaje equivalente percibe reglas claras que facilitan la convivencia. Finalmente, en la dimensión ética y emocional, sobresalen indicadores como el 80.8% de estudiantes que reciben apoyo para el manejo emocional y el 76.7% que reporta educación en respeto a la diversidad, configurando un escenario donde las competencias socioemocionales docentes se traducen efectivamente en experiencias positivas de convivencia escolar.

# Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 70

## Conclusiones

El estudio confirmó que las habilidades socioemocionales docentes influyen significativamente en el favorecimiento de la convivencia escolar en sus tres dimensiones, para la primera de ellas, la convivencia interpersonal, los docentes con competencias empáticas y de manejo emocional facilitan relaciones más constructivas entre estudiantes, reduciendo conflictos y promoviendo comunicación respetuosa, conforme la convivencia organizacional, la aplicación emocionalmente inteligente de normas claras ayuda a los estudiantes a comprender y respetar las reglas institucionales, fomentando participación activa y sentido de pertenencia.

Finalmente, la convivencia ética y emocional, les permitió a los docentes moldear valores de respeto, honestidad y equidad los cuales lograron influir positivamente en el desarrollo moral estudiantil, creando ambientes emocionalmente saludables donde los alumnos aprendían a gestionar sus emociones adecuadamente.

La investigación enfatiza que los docentes emocionalmente competentes crean ambientes educativos positivos donde los estudiantes se sienten más seguros y apoyados en su desarrollo integral.

Tabla A4. Antecedentes investigativos

*Investigaciones consultadas en el marco de las habilidades socioemocionales*

---

<b>Nombre del artículo</b>	Grijalba, N., García, L., & Pérez, Y. (2021). La formación socioemocional busca cupo en la escuela primaria en Colombia. <i>Foro Educativo</i> , (36), 133-158.
<b>Referencia APA</b>	<a href="https://doi.org/10.29344/07180772.36.2743">https://doi.org/10.29344/07180772.36.2743</a>
<b>Año</b>	2021
<b>Objetivo</b>	Analizar desde la perspectiva de los docentes cómo se está dando en las instituciones educativas colombianas la formación socioemocional
<b>Metodología</b>	Los investigadores emplearon un enfoque cualitativo-descriptivo para examinar las percepciones docentes sobre la formación socioemocional. Utilizaron una encuesta en línea como instrumento principal, aplicada a una muestra de conveniencia de 110 educadores distribuidos en diversas ciudades colombianas durante 2020. La investigación se estructuró para capturar tanto datos demográficos como percepciones específicas sobre la implementación, importancia y frecuencia de las prácticas socioemocionales en el contexto

---

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 71**

<b>Resultados</b>	<p>escolar. El diseño metodológico buscó comprender el estado actual de estas prácticas desde la experiencia directa de los profesionales educativos.</p> <p>Los hallazgos revelan que la formación socioemocional en primaria opera principalmente a través de dos mecanismos: el apoyo del psicororientador (39%) y las iniciativas personales de los docentes (33%). Esta implementación carece de sistematización y formalización curricular, funcionando más como acciones aisladas que como programas estructurados. La frecuencia de implementación muestra gran variabilidad, desde actividades diarias hasta ausencia total de estas prácticas. Los resultados evidencian una brecha significativa entre la importancia que los docentes atribuyen a la formación socioemocional y su integración efectiva en los procesos educativos formales</p>
<b>Conclusiones</b>	<p>El estudio concluye que la formación socioemocional en Colombia se encuentra en una fase de consolidación incipiente, caracterizada por la necesidad urgente de incorporación formal en los planes de estudio. Los investigadores identifican la importancia de fortalecer tanto la preparación docente como el desarrollo de marcos curriculares estructurados que trasciendan las iniciativas individuales. Se enfatiza la necesidad de una corresponsabilidad entre familia, Estado y escuela, junto con el desarrollo de políticas educativas que establezcan lineamientos claros para la implementación sistemática y sostenida de la educación socioemocional desde la primera infancia.</p>

Tabla A5. Antecedentes investigativos

*Investigaciones consultadas en el marco de las habilidades socioemocionales*

<b>Nombre del artículo en Referencia APA</b>	<p>Guevara, Y., Rugerio, J., Flores, C., Hermosillo, A., Cárdenas, K., &amp; Corona, A. (2022). Evaluación de habilidades socioemocionales en alumnos mexicanos que ingresan a educación primaria. <i>Enseñanza e Investigación en Psicología</i>, 4(2), 570-585. <a href="https://revistacneipne.org/index.php/cneip/article/view/149/147">https://revistacneipne.org/index.php/cneip/article/view/149/147</a></p>
<b>Año</b>	2022
<b>Objetivo</b>	<p>Evaluar el desarrollo socioemocional en una población de estudiantes mexicanos de reciente ingreso a la educación básica primaria</p>
<b>Metodología</b>	<p>El estudio empleó un diseño transversal, descriptivo y correlacional realizado en dos fases principales. La primera fase consistió en el diseño y validación de un instrumento por parte de cinco jueces expertos con estudios de posgrado en Psicología Educativa y más de veinte años de experiencia. La segunda fase involucró la aplicación del instrumento a 69 alumnos de primer grado de primaria de tres escuelas públicas de la Ciudad de México, con edades entre 5 y 7 años. El instrumento desarrollado evaluaba seis bloques temáticos del Programa Nacional Aprendamos a Convivir para nivel preescolar: reconocimiento de sí mismo y los demás, autoestima, manejo de emociones,</p>

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 72**

**Resultados** convivencia y respeto, reglas de convivencia, manejo y resolución de conflictos, e importancia de la familia y respeto a la diversidad. Las evaluaciones fueron individuales, grabadas en audio y analizadas por dos psicólogos entrenados. Los resultados indicaron niveles bajos significativos en todas las dimensiones evaluadas: reconocimiento de características físicas propias y de sus pares, comprensión de la importancia de las reglas en la institución educativa y en el hogar, control de emociones y conductas, reconocimiento de la importancia de la familia, y respeto a la diversidad. Se encontraron factores de riesgo como exposición a violencia, experiencias de abuso, situaciones de aislamiento social o discriminación en el entorno de los estudiantes evaluados. Los bajos índices en HSE podrían estar respondiendo a estos factores de riesgo del entorno, aunque se sugiere profundizar en el estudio de estas relaciones causales. Existe una particular preocupación en las bajas puntuaciones de las variables de regulación emocional y conductual, lo que podría impactar negativamente el proceso de adaptación escolar. Finalmente, los niveles encontrados están por debajo de lo esperado para estudiantes que ingresan a primaria según los parámetros del programa nacional

**Conclusiones** Los hallazgos revelan un patrón diferencial de desarrollo socioemocional marcadamente influenciado por el género, donde las niñas demuestran una ventaja consistente y estadísticamente significativa en prácticamente todas las dimensiones evaluadas. Esta superioridad femenina se manifiesta de manera más pronunciada en competencias relacionadas con la autorregulación emocional, el reconocimiento de normas sociales y la comprensión de las características interpersonales, sugiriendo que las niñas desarrollan más tempranamente habilidades de introspección emocional y adaptación social. Las diferencias entre escuelas, aunque menos sistemáticas, indican que los factores contextuales institucionales también modulan el desarrollo socioemocional, siendo particularmente notable el mejor desempeño de la Escuela 3 en el reconocimiento de habilidades propias y ajenas, lo que podría reflejar diferencias en las prácticas pedagógicas o el clima escolar. Sin embargo, los resultados más alarmantes del estudio se centran en la identificación de déficits significativos generalizados que afectan a toda la población evaluada: los niveles encontrados están por debajo de los estándares esperados para estudiantes que ingresan a primaria, con limitaciones críticas en el reconocimiento de características físicas, comprensión de la importancia de las reglas, control emocional y conductual, importancia de la familia y respeto a la diversidad. Particularmente preocupante es la detección de signos de alerta en porcentajes significativos de la muestra: treinta y cuatro por ciento de los niños reportó ser víctima de violencia, abuso o aislamiento, mientras que treinta y dos por ciento manifestó actitudes discriminativas. Estos hallazgos evidencian una crisis en el desarrollo socioemocional temprano que los investigadores atribuyen a la ausencia del programa nacional Aprendamos a Convivir en el nivel preescolar y a ambientes familiares poco propicios. Por tanto, el estudio concluye con una urgente recomendación de implementar programas sistemáticos de desarrollo socioemocional desde preescolar, integrados transversalmente en el currículo

---

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 73**

académico, y la necesidad de desarrollar estrategias de evaluación integral que incluyan observación directa, participación familiar y docente, y técnicas sociométricas para abordar esta problemática de manera comprensiva y preventiva, finalmente los hallazgos subrayan la importancia de intervenciones tempranas y sistemáticas en HSE desde el ingreso al sistema educativo formal, así como el trabajo coordinado con las familias para crear entornos que favorezcan el desarrollo socioemocional integral

Tabla A6 Antecedentes investigativos

*Investigaciones consultadas en el marco de las habilidades socioemocionales*

<b>Nombre del artículo</b>	Egea, B., Romero, D., Pineda, R., & Riaño, A. (2022). <i>Desafíos y Habilidades socioemocionales en el marco de la postpandemia</i> [Tesis de maestría, Universidad del Bosque]. Repositorio de tesis de la Universidad del Bosque.
<b>Referencia APA</b>	<a href="https://repositorio.unbosque.edu.co/server/api/core/bitstreams/52a6e057-7cfa-4599-8c37-59cce238aa02/content">https://repositorio.unbosque.edu.co/server/api/core/bitstreams/52a6e057-7cfa-4599-8c37-59cce238aa02/content</a>
<b>Año</b>	2022
<b>Objetivo</b>	Comprender el estado actual de las HSE en el marco de la postpandemia en los estudiantes de 601 y 602 para contribuir al manejo de las mismas en la IE Instituto Técnico Superior Industrial de la ciudad de Barrancabermeja
<b>Metodología</b>	El estudio adoptó un paradigma histórico hermenéutico que permitió la comprensión e interpretación de las secuelas socioemocionales en el contexto postpandemia. La metodología empleó triangulación de resultados provenientes de las pruebas "Evaluar para Avanzar" implementadas por el Ministerio de Educación Nacional, complementadas con grupos de discusión tanto con estudiantes como con docentes. La población de estudio estuvo constituida por estudiantes de los cursos 601 y 602 de la Institución Educativa Instituto Técnico Superior Industrial ubicada en Barrancabermeja, Santander, desarrollándose la investigación en el marco temporal del retorno a la presencialidad post-confinamiento COVID-19, con un enfoque dirigido a la comprensión fenomenológica de las experiencias socioemocionales durante la transición pandemia-postpandemia. a
<b>Resultados</b>	Los hallazgos evidenciaron que los estudiantes manifestaron desafíos académicos y emocionales significativos relacionados con la gestión de las habilidades socioemocionales (HSE) tras el período de confinamiento. Se identificó una paradoja emocional similar a otros estudios, ya que aunque los

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 74**

estudiantes lograban identificar las emociones propias y ajenas, presentaban dificultades críticas al intentar comunicarlas efectivamente o buscar ayuda apropiada, lo que resultaba en comportamientos disruptivos en el aula. Como estrategia de afrontamiento natural, se consolidó el contacto estrecho y la interacción con pares como mecanismo de regulación y manejo emocional. Adicionalmente, el estudio destacó que las habilidades relacionadas con metacognición, empatía, compasión, comunicación asertiva, comunicación no violenta, resiliencia y perdón resultaron ser las más relevantes para el contexto del proyecto educativo analizado.

**Conclusiones** El estudio concluyó que existe una necesidad crítica de implementar estrategias de prevención de factores de riesgo como la deserción escolar temprana y la manifestación de conductas violentas en el aula. En términos de implicaciones para la política educativa, se requiere fortalecer los programas de transición de preescolar a primaria con énfasis específico en desarrollo socioemocional. Los hallazgos subrayan la importancia fundamental de intervenciones tempranas y sistemáticas en HSE desde el ingreso al sistema educativo formal, así como el trabajo coordinado con las familias para crear entornos que favorezcan el desarrollo socioemocional integral. Como retos futuros, el estudio identifica la necesidad de medir el impacto en bienestar de todos los actores educativos y establecer intercambios con otras instituciones educativas que cuenten con modelos propios de desarrollo de habilidades socioemocionales.

Tabla A7. Antecedentes investigativos

*Investigaciones consultadas en el marco de las habilidades socioemocionales*

<b>Nombre del artículo</b>	Negrete Doria, R., Cardona Alarcón, L. C., & Quintero, C. (2023). Cambios socioemocionales en estudiantes de básica primaria y secundaria de Colombia durante el confinamiento por COVID-19. <i>Voces y Silencios. Revista Latinoamericana de Educación</i> , 14(2), 91-109.
<b>Referencia APA</b>	<a href="https://doi.org/10.18175/VyS14.1.2023.14">https://doi.org/10.18175/VyS14.1.2023.14</a>
<b>Año</b>	2023
<b>Objetivo</b>	Indagar sobre los cambios socioemocionales experimentados por estudiantes de básica primaria y secundaria durante la pandemia por COVID-19
<b>Metodología</b>	El estudio empleó un enfoque cualitativo de carácter exploratorio e interpretativo que buscó entender cómo los cambios durante la pandemia reflejaron la subjetividad de la infancia en términos de sus modos de ser y sentir. La población estudiada fueron estudiantes de entre 7 y 12 años de educación básica primaria y secundaria de dos instituciones educativas públicas ubicadas en Montería (Córdoba) y Bogotá D.C., durante el período de confinamiento por COVID-19 entre 2020 y 2021. La metodología se desarrolló mediante

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 75**

	triangulación en tres etapas: observación participante en el aula durante el retorno a la presencialidad, entrevistas semiestructuradas individuales y grupales para conocer estados de ánimo y emociones, y creación de dibujos-cartogramas para visibilizar lugares de interacción y situaciones compartidas especiales, con análisis mediante interpretación hermenéutica de narrativas infantiles sobre la experiencia pandémica.
<b>Resultados</b>	Los hallazgos revelaron impactos universales identificados tanto en niños como niñas de ambas ciudades (Montería y Bogotá), quienes experimentaron cambios socioemocionales similares caracterizados por la falta de interacción social presencial y los efectos restrictivos de las medidas de bioseguridad implementadas. Se identificó una paradoja emocional significativa: los estudiantes usualmente lograban identificar las emociones propias y ajenas; sin embargo, presentaban dificultades críticas al intentar comunicarlas efectivamente o buscar ayuda apropiada, lo que resultaba en comportamientos disruptivos en el aula. Como estrategia de afrontamiento natural, se consolidó el contacto estrecho y la interacción con pares como mecanismo de regulación y manejo emocional, mientras que estos cambios presentaron un desafío sistémico significativo y multifacético para docentes, estudiantes y padres de familia durante el proceso de retorno a la presencialidad educativa.
<b>Conclusiones</b>	El estudio evidenció la necesidad de reconceptualización del modelo educativo tradicional, el cual debe incorporar de manera sistemática el desarrollo socioemocional como respuesta a las nuevas realidades generadas por la pandemia. Como estrategia pedagógica, se requiere implementar enfoques que potencien la comunicación emocional y la búsqueda de apoyo como competencias específicas, no solo la identificación emocional. Los resultados subrayan la importancia crucial del rol de la interacción social, destacando que los espacios de interacción entre pares funcionan como herramienta terapéutica y de desarrollo socioemocional en el contexto educativo postpandemia, lo que representa un elemento fundamental para el diseño de intervenciones educativas futuras.

---

Tabla A8 Antecedentes investigativos

*Investigaciones consultadas en el marco de las habilidades socioemocionales*

<b>Nombre del artículo</b>	Garassini Chávez, M. E., & Aldana Zarate, H. M. (2022). Un modelo de desarrollo de habilidades socioemocionales: la experiencia de la comunidad educativa de ÚNICA. <i>Plumilla Educativa</i> , 29(1), 69-97.
<b>Referencia APA</b>	<a href="https://doi.org/10.30554/pe.1.4543.2022">https://doi.org/10.30554/pe.1.4543.2022</a>

---

## Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 76

---

<b>Año</b>	2022
<b>Objetivo</b>	Presentar una descripción general del modelo de desarrollo de habilidades socioemocionales de la Institución Universitaria Colombo Americana, ÚNICA
<b>Metodología</b>	<p>El estudio utilizó la metodología de sistematización de experiencias, un método de investigación cualitativo que busca la conversión de la práctica a la teoría mediante reflexión crítica. El proceso se desarrolló en tres fases simultáneas durante tres semestres académicos. La primera fase consistió en un plan de formación escalonado estructurado en tres talleres principales: (1) Taller de Inducción al Desarrollo de Habilidades Socioemocionales, donde se presentaron contenidos de Educación Positiva, sistemas compasivos y pensamiento sistémico, incluyendo ejercicios prácticos como obtención del perfil de fortalezas del carácter, mindfulness, cartas de gratitud y diarios de emociones positivas; (2) Sesiones de seguimiento individual durante seis meses posteriores con todos los profesores y administrativos para reportar implementación de elementos socioemocionales; (3) Segundo Taller de Revisión de Proyectos utilizando tablero digital Padlet para socializar experiencias; y (4) Tercer Taller de Discusión de Elementos del Modelo donde se presentó y refinó el modelo final. La segunda fase involucró el diseño e implementación de una cátedra electiva de aprendizaje socioemocional dentro del currículo, desarrollada en enero de 2020. La tercera fase incluyó la inserción de información conceptual y prácticas socioemocionales en la identidad institucional (PEI, bienestar estudiantil, comunicaciones). La investigación involucró a toda la comunidad educativa mediante metodología participativa, aunque el documento no especifica la duración exacta en horas de cada taller ni la intensidad horaria específica de las actividades formativas.</p>
<b>Resultados</b>	<p>Se identificaron como más relevantes las habilidades relacionadas con metacognición, empatía, compasión, comunicación asertiva, comunicación no violenta, resiliencia y perdón, las cuales fueron desarrolladas tanto en proyectos personales como en estrategias docentes y procesos institucionales. El modelo resultante, denominado Únic@Integra, se estructuró en tres grandes áreas: desempeño de tareas (Únic@Hábil), regulación emocional (Únic@Empática), y resiliencia y perdón (Únic@Resiliente), con un eje transversal de reconocimiento y uso de fortalezas del carácter (Únic@Fortalecida). La experiencia generó la incorporación del proyecto en el PEI institucional, el desarrollo de una línea de investigación en habilidades socioemocionales, y la socialización del modelo en eventos nacionales e internacionales.</p>
<b>Conclusiones</b>	<p>La construcción del modelo propio permitió socializar lecciones aprendidas y crear propuestas innovadoras mediante la sistematización de experiencias de toda la comunidad educativa. La incorporación del modelo Únic@Integra en el Proyecto Educativo Institucional se consolidó como herramienta de referencia para generar mayor apropiación conceptual y pertinencia en la comunidad. Los retos futuros identificados incluyen la medición del impacto en el bienestar de</p>

---

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 77**

todos los actores de la comunidad UNICA y el intercambio con otras instituciones educativas que desarrollen modelos propios de habilidades socioemocionales. El modelo busca formar personas capaces en su actuar personal y profesional, integrando el desarrollo socioemocional como respuesta a las demandas educativas contemporáneas y contribuyendo a la transformación de jóvenes colombianos hacia una mentalidad multicultural y competitiva en entornos locales y globales.

Tabla A9 Antecedentes investigativos

*Investigaciones consultadas en el marco de las habilidades socioemocionales*

<b>Nombre del artículo Referencia APA</b>	Pedraza, L., & Pedraza, Y. (2023). <i>Experiencias socioemocionales de estudiantes de grado cuarto de primaria, durante la pandemia y la postpandemia de COVID-19 de dos colegios de la localidad de San Cristóbal, Bogotá D.C.</i> [Tesis de maestría, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio Universidad Cooperativa de Colombia. <a href="https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/657d5bae-01e5-4da9-bb6d-dc20e9bc713e/content">https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/657d5bae-01e5-4da9-bb6d-dc20e9bc713e/content</a>
<b>Año</b>	2023
<b>Objetivo</b>	Describir las transformaciones de las experiencias socioemocionales (enojo/ira, tristeza, miedo, felicidad, amor) vividas por estudiantes de cuarto de primaria en la virtualidad escolar durante la pandemia y la postpandemia del COVID-19 del Colegio Salesiano Juan del Rizzo y Florentino González I.E.D
<b>Metodología</b>	El estudio utilizó un paradigma crítico social con enfoque cualitativo de tipo descriptivo, empleando la sistematización de experiencias como método investigativo siguiendo las sugerencias de Oscar Jara en tres etapas: planificación, recuperación y análisis, y comunicación de aprendizajes. La muestra fue no probabilística por conveniencia, seleccionando cuatro estudiantes de grado cuarto de cada institución (Colegio Salesiano Juan del Rizzo y Florentino González I.E.D.) y un padre de familia de cada estudiante seleccionado. Las técnicas empleadas incluyeron revisión documental, observación directa y aplicación de entrevistas. Los instrumentos consistieron en fichas de recolección de datos para estudiantes con cinco emociones específicas (enojo/ira, tristeza, miedo, felicidad, amor) representadas mediante dibujos de caras, y fichas de entrevista en profundidad para adultos modificadas del modelo de Oscar Jara, dividiendo el análisis en tres períodos: irrupción (marzo-junio 2020), nueva normalidad (julio-noviembre 2020) y postpandemia (julio-noviembre 2021). La validación de instrumentos se realizó mediante consulta con expertos en educación
<b>Resultados</b>	Durante la irrupción, el 75% de los padres manifestaron miedo por implicaciones sanitarias y dificultades para gestionar emociones de sus hijos, 50% expresaron enojo por problemas de conectividad y manejo de plataformas, y 25% mostraron

## Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 78

tristeza por dificultades académicas y emocionales. En la nueva normalidad, la felicidad fue predominante (50%) por la unión familiar, seguida del amor (37.5%) como emoción subyacente, mientras miedo, enojo y tristeza compartieron 25% cada una. En la postpandemia, el miedo volvió a ser predominante (75%) por temor al contagio y dificultades para retomar rutinas, seguido de felicidad (62.5%) por el reencuentro con pares y normalización de actividades. En los estudiantes, la felicidad fue la emoción más manifestada durante la pandemia, relacionada con la novedad de la virtualidad y mayor convivencia familiar, seguida de tristeza por bajas calificaciones y cansancio, miedo al inicio de cuarentena y al ver noticias, enojo cuando las cosas no salían bien, y amor asociado a espacios familiares.

### Conclusiones

Las experiencias socioemocionales se transformaron debido a cambios drásticos en dinámicas familiares, escolares, sociales y laborales, afectando directamente la emocionalidad de los estudiantes por medidas de confinamiento prolongado, alejamiento de parientes y miedo continuo al contagio y muerte. La calidad de vida de los niños se vio afectada, generando frustración, enojo y miedo, mientras los padres necesitaron acompañamiento socioemocional por pérdida de empleos, preocupación alimentaria y falta de experiencia en educación virtual. El poco acceso a recursos educativos como computadores e internet afectó la situación socioemocional, generando comportamientos negativos y cambios de actitud que impactaron la socialización. Los estudiantes presentaron incertidumbre y frustración que repercutió en sus capacidades emocionales, fundamentales para la adaptación a entornos y el bienestar psicológico. El estudio evidenció que tanto instituciones públicas como privadas enfrentaron desafíos similares, aunque con diferencias en recursos tecnológicos y estrategias de adaptación, confirmando que la pandemia generó aprendizajes importantes sobre la conservación de la vida, la salud y la importancia del contacto social para el desarrollo integral de los menores.

---

Tabla A 10. Antecedentes investigativos

*Investigaciones consultadas en el marco de las habilidades socioemocionales*

---

<b>Nombre del artículo en Referencia APA</b>	Velasco, D. (2023). <i>Aprendizaje social y emocional para el Desarrollo Humano en estudiantes de primaria a través de diarios escritos manuales</i> [Tesis de maestría, Universidad Distrital Francisco José de Caldas]. Repositorio Universidad Distrital. <a href="https://repository.udistrital.edu.co/items/e286b6e5-bba4-44f5-8d1f-8ed7f25cab8f">https://repository.udistrital.edu.co/items/e286b6e5-bba4-44f5-8d1f-8ed7f25cab8f</a>
--	--

---

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 79**

<b>Año</b>	2023
<b>Objetivo</b>	Fomentar el Aprendizaje Social y Emocional en los estudiantes de primaria mediante el uso de estrategias para fortalecer su inteligencia emocional
<b>Metodología</b>	Enfoque cualitativo con diseño mixto abordado desde perspectiva fenomenológica que busca comprender la experiencia vivida de los estudiantes, para este estudio se contó con 28 niños y niñas de grado cuarto del colegio Liceo Navarra, ubicado en Bogotá, Colombia. Conforme la estrategia pedagógica, se implementaron diarios escritos como herramienta principal para el desarrollo del Aprendizaje Social y Emocional (SEL). Conforme su intervención, esta estuvo sostenida a lo largo de varios meses con sesiones semanales estructuradas.
<b>Resultados</b>	Los hallazgos mostraron una acogida positiva de la estrategia, ya que las actividades realizadas en las sesiones semanales tuvieron buena receptividad entre los participantes. Los estudiantes identificaron que la escritura en su diario personal constituyó un tiempo que disfrutaron significativamente y que contribuyó efectivamente a su expresión emocional. La funcionalidad percibida fue alta, pues los participantes consideraron la estrategia como funcional para ellos mismos, reconociendo beneficios personales en el proceso de autoconocimiento y autorregulación emocional. Los estudiantes expresaron el deseo de seguir realizando esta actividad durante el año escolar, evidenciando apropiación y valoración de la herramienta. Se observó desarrollo en la capacidad de reflexión sobre las propias emociones y procesos internos a través de la escritura reflexiva, lo que evidenció el desarrollo de metacognición emocional.
<b>Conclusiones</b>	La validación de la estrategia demostró que fomentar el Aprendizaje Social y Emocional mediante el uso de diarios escritos manuales fue una experiencia valiosa que efectivamente dio los resultados esperados en términos de fortalecimiento de la inteligencia emocional. Los hallazgos evidencian la urgencia de implementar estrategias de acompañamiento socioemocional específicas para población de cuarto grado, considerando las particularidades del desarrollo emocional en esta etapa. Los resultados proporcionan información valiosa para el diseño de estrategias de reintegración educativa que consideren las secuelas emocionales específicas de la pandemia en estudiantes de primaria. Se sugiere la implementación de programas psicopedagógicos que aborden específicamente el manejo de incertidumbre, frustración, y el fortalecimiento de capacidades de adaptación emocional en contextos de cambio. El estudio confirma que la escritura reflexiva constituye una herramienta pedagógica efectiva para el desarrollo de competencias socioemocionales en estudiantes de primaria, facilitando procesos de autoconocimiento, autorregulación y expresión emocional saludable.

Tabla A 11. Antecedentes investigativos

*Investigaciones consultadas en el marco de las habilidades socioemocionales*

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 80**

---

<b>Nombre del artículo</b>	Espinoza, V., Rosas, R., Schmidt, B., & Saravia, J. (2022). Implementación de un programa de promoción del desarrollo de habilidades socioemocionales en la escuela.
<b>Referencia APA</b>	<i>Estudios Pedagógicos</i> (Valdivia), 48(3), 151-162. <a href="https://doi.org/10.4067/S0718-07052022000300151">https://doi.org/10.4067/S0718-07052022000300151</a>
<b>Año</b>	2022
<b>Objetivo</b>	Evaluar el grado de impacto que una estrategia de orden curricular, específicamente el programa "Aprender a SER", puede tener sobre el desarrollo de habilidades socioemocionales de los estudiantes
<b>Metodología</b>	<b>Población:</b> 153 estudiantes (79 hombres, 74 mujeres) de 8-12 años en Argentina de establecimientos educacionales laicos y bilingües con nivel socioeconómico alto o medio-alto. <b>Grupos:</b> Experimental (109 niños de tres colegios con programa aplicado) vs Control (44 estudiantes de colegio con características sociodemográficas similares sin programa). <b>Instrumento:</b> Sistema de Evaluación de Niños y Adolescentes SENA (Fernández-Pinto et al., 2015) - batería de 134 ítems escala Likert que evalúa problemas emocionales, conductuales, funciones ejecutivas, contextuales y recursos personales. <b>Muestreo:</b> Probabilístico intencionado. <b>Aplicación:</b> Durante segundo semestre 2017, todos los niños contaban con al menos dos años de aplicación del programa
<b>Resultados</b>	Los estudiantes que participaron del programa "Aprender a SER" demostraron un desarrollo socioemocional superior comparado con aquellos que no recibieron la intervención. Se observaron diferencias significativas favorables al grupo experimental en todas las dimensiones evaluadas: los niños que recibieron el programa presentaron menor presencia de problemas emocionales como depresión, ansiedad y quejas somáticas; menores dificultades conductuales relacionadas con control de ira, agresión y conducta desafiante; menos problemas en funciones ejecutivas como atención, hiperactividad e impulsividad; menor presencia de conflictos contextuales familiares, escolares y con compañeros; y mayor desarrollo de recursos personales como autoestima, integración y competencia social. Los efectos del programa se manifestaron de manera diferenciada según la edad, siendo más pronunciados en problemas emocionales, contextuales y recursos personales conforme aumentaba la edad. Respecto al género, se identificó que los hombres presentaban mayor presencia de problemas conductuales que las mujeres independientemente del grupo, pero el programa mostró un impacto más notable en la reducción de estos problemas en estudiantes varones. El programa "Aprender a SER" demostró efecto positivo significativo con diferencias favorables al grupo experimental en todos los índices evaluados. El Grupo experimental mostró menor presencia de problemas emocionales, conductuales, en funciones ejecutivas y contextuales, además de mayor desarrollo de recursos personales. Los resultados confirman la eficacia de programas de aprendizaje activo, focalizado, explícito y secuenciado para promover HSE. La implementación de estrategias periódicas y sistemáticas con sesiones de 40-50 minutos semanales, el programa es implementable sin gran carga horaria dentro del currículum podría reducir dificultades en aulas y repercutir positivamente en salud mental poblacional.

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 81**

**Conclusiones** Se identificó un efecto positivo significativo de la implementación del programa "Aprender a SER" en estudiantes de tercero a sexto grado sobre el desarrollo de HSE, ya que los estudiantes que participaron del programa presentaron mayor desarrollo de recursos personales y menor presencia de problemas en múltiples áreas. Los resultados dan sustento a la necesidad de contar con intervenciones sistemáticas para promover desarrollo de HSE en la escuela desde una perspectiva curricular, pues la implementación de programas con características específicas ha demostrado tener impacto significativo no solo en desarrollo de HSE sino también en menor grado de manifestación de problemas. Finalmente existe una necesidad de implementar programas de aprendizaje activo, focalizado, explícito y secuenciado para promover HSE en la escuela

---

Tabla A 12. Antecedentes investigativos

*Investigaciones consultadas en el marco de las habilidades socioemocionales*

<b>Nombre del artículo Referencia APA</b>	Gutiérrez-Torres, A. M., & Buitrago-Velandia, S. J. (2019). Las Habilidades Socioemocionales de los Docentes, herramientas de paz en la escuela. <i>Praxis &amp; Saber</i> , 10(24), 167-192. <a href="https://doi.org/10.19053/22160159.v10.n25.2019.9819">https://doi.org/10.19053/22160159.v10.n25.2019.9819</a>
<b>Año</b>	2019
<b>Objetivo</b>	Realizar una revisión teórica de las habilidades socioemocionales de los docentes y su incidencia en la gestión de los ambientes de paz en la escuela
<b>Metodología</b>	<b>Método:</b> Revisión teórica exhaustiva sobre HSE docentes, considerando factores como clima de aula, conflicto escolar, cultura de paz y relaciones interpersonales tanto entre docentes como entre docentes-estudiantes. <b>Fuentes:</b> Análisis de literatura especializada en habilidades socioemocionales, inteligencia emocional docente, gestión de ambientes escolares de paz, y mediación pedagógica
<b>Resultados</b>	La revisión teórica evidenció que las habilidades socioemocionales docentes establecen una relación directa con la gestión de ambientes de paz en la escuela, los hallazgos demuestran que docentes con mejores competencias de regulación emocional, comunicación asertiva y expresión empática generan climas de aula más favorables, mayor motivación estudiantil y reducción significativa del agotamiento profesional. Se identificó que las percepciones docentes sobre sus propias habilidades socioemocionales predicen directamente la calidad de las relaciones establecidas con estudiantes y el comportamiento estudiantil en el aula. Adicionalmente, se encontró que las emociones docentes se transmiten de manera directa e inconsciente a los estudiantes, influyendo significativamente en las respuestas aprendidas y el clima escolar general.
<b>Conclusiones</b>	El estudio concluye que las habilidades socioemocionales docentes constituyen herramientas fundamentales para la construcción de una cultura de paz en la escuela, actuando los educadores como mediadores principales en la gestión de ambientes

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 82**

escolares pacíficos. Se establece la necesidad crítica de implementar programas específicos de formación socioemocional para docentes, identificando que la capacitación emocional del profesorado representa una tarea pendiente en los escenarios de formación profesional. La investigación destaca que no basta con desarrollar estas competencias únicamente en estudiantes, sino que resulta indispensable fortalecer las habilidades socioemocionales del cuerpo docente como estrategia integral para consolidar espacios educativos que promuevan la paz, el respeto y la convivencia democrática.

---

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 83**

**Anexo B**

**Encuesta para docentes: evaluación de habilidades socioemocionales en estudiantes de cuarto grado**

**ENCUESTA PARA DOCENTES: EVALUACIÓN DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES EN ESTUDIANTES DE CUARTO GRADO**

Estimado(a) Docente:

Reciba un cordial saludo. Le invitamos a participar en este importante estudio que busca identificar las habilidades socioemocionales presentes en los estudiantes de cuarto grado, con el fin de desarrollar un programa psicopedagógico que fortalezca estas competencias fundamentales para su desarrollo integral.

**OBJETIVO DEL ESTUDIO**

Proponer un programa psicopedagógico integrado al plan de estudios que fomente el desarrollo de habilidades socioemocionales en estudiantes de cuarto grado, mejorando así sus relaciones interpersonales y su bienestar general en el entorno escolar.

**INSTRUCCIONES**

1. Por favor, lea cuidadosamente cada ítem de la encuesta.
2. Marque con una X la casilla que mejor refleje su percepción sobre el nivel de desarrollo de cada habilidad en sus estudiantes de cuarto grado como grupo.
3. Considere la siguiente escala:
  - a. Casi ningún estudiante cumple este criterio: Menos del 20% de los estudiantes
  - b. Algunos estudiantes cumplen este criterio: Entre 20% y 40% de los estudiantes
  - c. La mitad de los estudiantes cumplen este criterio: Entre 40% y 60% de los estudiantes
  - d. La mayoría de los estudiantes cumple con este criterio: Entre 60% y 80% de los estudiantes
  - e. Todos los estudiantes cumplen con este criterio: Más del 80% de los estudiantes

**IMPORTANCIA DE SU PARTICIPACIÓN**

Su valoración sincera es fundamental para identificar las fortalezas y oportunidades de mejora en el desarrollo socioemocional de los estudiantes. Sus respuestas permitirán diseñar estrategias pedagógicas pertinentes y efectivas que respondan a las necesidades reales del grupo.

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 84**

**CONFIDENCIALIDAD**

La información proporcionada será tratada con absoluta confidencialidad y se utilizará exclusivamente para los fines académicos de esta investigación. Los resultados se presentarán de manera agregada, sin identificar respuestas individuales.

Agradecemos su valioso tiempo y compromiso con la formación integral de nuestros estudiantes.

*Nota: Si tiene alguna duda o inquietud sobre esta encuesta, por favor comuníquese con Daniela Velasco o María Paula Alfonso al correo [paula.alfonsoc@upb.edu.co](mailto:paula.alfonsoc@upb.edu.co)*

Tabla B1. Estructura encuesta evaluación HSE docentes.

*Encuesta para docentes: evaluación de habilidades socioemocionales en estudiantes de cuarto grado.*

Categorías	Ítems	Casi ningún estudiante cumple este criterio	Algunos estudiantes cumplen este criterio	La mitad de los estudiantes cumplen este criterio	La mayoría de los estudiantes cumple con este criterio	Todos los estudiantes cumplen con este criterio
Emociones	Mis estudiantes reconocen que las emociones son una respuesta corporal y mental ante una situación, que logra influir en cómo actuamos, pensamos y nos relacionamos con los otros.					

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 85**

Categorías	Ítems	Casi ningún estudiante cumple este criterio	Algunos estudiantes cumplen este criterio	La mitad de los estudiantes cumplen este criterio	La mayoría de los estudiantes cumple con este criterio	Todos los estudiantes cumplen con este criterio
	Los y las estudiantes se sienten cómodos expresando sus emociones dentro del aula					
	Ante una situación, los y las estudiantes expresan sus propias emociones con palabras y actos respetuosos					
	Ante una situación, los y las estudiantes expresan sus propias emociones con palabras y actos agresivos					
	La expresión emocional de mis estudiantes contribuye a una mejor convivencia entre ellos					

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 86**

Categorías	Ítems	Casi ningún estudiante cumple este criterio	Algunos estudiantes cumplen este criterio	La mitad de los estudiantes cumplen este criterio	La mayoría de los estudiantes cumple con este criterio	Todos los estudiantes cumplen con este criterio
	Quando experimentan emociones intensas, mis estudiantes tienen dificultades para manejarlas					
	Considero que mis estudiantes entienden que todas las emociones son válidas incluso las que no son agradables					
	Observo que a mis estudiantes les cuesta identificar lo que están sintiendo					
Habilidades Socioemocionales	Observo que, cuando mis estudiantes expresan lo que sienten se relacionan mejor con sus compañeros					

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 87**

Categorías	Ítems	Casi ningún estudiante cumple este criterio	Algunos estudiantes cumplen este criterio	La mitad de los estudiantes cumplen este criterio	La mayoría de los estudiantes cumple con este criterio	Todos los estudiantes cumplen con este criterio
	Los y las estudiantes establecen un diálogo asertivo para llegar a acuerdos en la realización de actividades y/o juegos					
	Considero que los estudiantes piden ayuda cuando no saben manejar sus emociones en clase.					
	Los estudiantes reconocen que sus emociones logran influir a los demás en sus interacciones sociales como las dinámicas de grupo y el clima de aula.					
Autoconocimiento	Considero que los estudiantes reconocen fácilmente sus fortalezas y debilidades					

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 88**

Categorías	Ítems	Casi ningún estudiante cumple este criterio	Algunos estudiantes cumplen este criterio	La mitad de los estudiantes cumplen este criterio	La mayoría de los estudiantes cumple con este criterio	Todos los estudiantes cumplen con este criterio
	Los y las estudiantes reconocen que emociones experimentan y porqué las sienten					
	Los y las estudiantes identifican cómo sus emociones influyen en la manera que enfrentan una situación problema					
	Los estudiantes demuestran comprensión de sus emociones y de su impacto en su comportamiento					
	Los estudiantes reconocen cuando una emoción les genera malestar y reflexionan sobre su causa					

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 89**

Categorías	Ítems	Casi ningún estudiante cumple este criterio	Algunos estudiantes cumplen este criterio	La mitad de los estudiantes cumplen este criterio	La mayoría de los estudiantes cumple con este criterio	Todos los estudiantes cumplen con este criterio
	Los estudiantes identifican las situaciones que les generan una desregulación emocional					
Motivación	Los y las estudiantes mantienen la motivación incluso en actividades escolares rutinarias o repetitivas					
	Los y las estudiantes participan en actividades escolares porque disfrutan aprender o se sienten desafiados positivamente					
	Los y las estudiantes participan en actividades escolares principalmente para obtener					

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 90**

Categorías	Ítems	Casi ningún estudiante cumple este criterio	Algunos estudiantes cumplen este criterio	La mitad de los estudiantes cumplen este criterio	La mayoría de los estudiantes cumple con este criterio	Todos los estudiantes cumplen con este criterio
	recompensas externas					
Empatía	Los y las estudiantes demuestran sensibilidad ante los sentimientos de sus compañeros					
	Los estudiantes se muestran comprensivos cuando algún compañero está pasando por una situación difícil					
	Los y las estudiantes escuchan con atención y respeto cuando alguien expresa lo que siente					
	Los y las estudiantes evitan hacer comentarios o acciones que puedan herirlos					

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 91**

Categorías	Ítems	Casi ningún estudiante cumple este criterio	Algunos estudiantes cumplen este criterio	La mitad de los estudiantes cumplen este criterio	La mayoría de los estudiantes cumple con este criterio	Todos los estudiantes cumplen con este criterio
	sentimientos de sus compañeros					
	Los estudiantes son capaces de ponerse en el lugar de los demás para entender su punto de vista					
	Los estudiantes muestran preocupación genuina por los sentimientos de sus compañeros					
	Los estudiantes consideran los sentimientos de los demás al momento de resolver un conflicto					
	Ante situaciones conflictivas, los y las estudiantes se involucran para brindar apoyo					

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 92**

Categorías	Ítems	Casi ningún estudiante cumple este criterio	Algunos estudiantes cumplen este criterio	La mitad de los estudiantes cumplen este criterio	La mayoría de los estudiantes cumple con este criterio	Todos los estudiantes cumplen con este criterio
	emocional a sus compañeros					
	Los y las estudiantes evitan conductas que incomodan o hieren a sus compañeros de manera intencional					

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 93**

**Anexo C**

**Análisis detallado de los ítems de la encuesta para docentes: evaluación de habilidades socioemocionales en estudiantes de cuarto grado**

**Categoría Emociones**

Las emociones son respuestas complejas que influyen en cómo los estudiantes actúan, piensan y se relacionan con los demás. Entender cómo los docentes perciben el reconocimiento, expresión y gestión emocional de sus estudiantes se hace necesario y por tanto se evaluaron ocho ítems que dan cuenta de esto y pueden apreciarse en las tablas de la C1 a la C8.

**Tabla C1**

*Descriptivos del primer ítem de la categoría Emociones*

<b>CATEGORÍA EMOCIONES</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Mis estudiantes reconocen que las emociones son una respuesta corporal y mental ante una situación, que logra influir en cómo actuamos, pensamos y nos relacionamos con los otros.	Casi ninguno: 0	0%	Muy bajo
	Algunos: 3	50%	Bajo
	La mitad: 2	33.33%	Medio
	La mayoría: 1	16.66%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

Según los resultados brindados por los docentes en el primer ítem (Tabla C1), el 50% de los estudiantes están en un nivel bajo en el reconocimiento emocional, seguido del nivel medio en un 33.33% y del alto en un 16.66%, lo que sugiere que falta comprensión en la naturaleza integral de las emociones como respuestas psicofisiológicas que conectan cuerpo, mente y comportamiento social.

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 94**

**Tabla C2**

*Descriptivos del segundo ítem de la categoría Emociones*

<b>CATEGORÍA EMOCIONES</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Los y las estudiantes	Casi ninguno: 0	0	Muy Bajo
se sienten cómodos expresando sus emociones dentro del aula.	Algunos: 3	50%	Bajo
	La mitad: 0	0	Medio
	La mayoría: 3	50%	Alto
	Todos: 0	0	Muy alto

Para el segundo ítem (Tabla C2), los resultados indican que el 50% de los docentes perciben un nivel alto de comodidad en sus estudiantes a la hora de expresar sus propias emociones dentro del aula. Sin embargo, el otro 50% de los estudiantes están en un nivel bajo, demostrando que los estudiantes experimentan una inhibición emocional en el contexto escolar, siendo importante continuar fortaleciendo estrategias que promuevan la expresión emocional segura para todos los estudiantes.

**Tabla C3**

*Descriptivos del tercer ítem de la categoría Emociones*

<b>CATEGORÍA EMOCIONES</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Ante una situación,	Casi ninguno: 1	16.66%	Muy bajo
los y las estudiantes expresan sus propias emociones con palabras y actos respetuosos.	Algunos: 2	33.33%	Bajo
	La mitad: 3	50%	Medio
	La mayoría: 0	0%	-----
	Todos: 0	0%	-----

En el tercer ítem (Tabla C3), los datos revelan que el 50% de los estudiantes se encuentra en un nivel medio de expresión emocional respetuosa, seguido del nivel bajo con un 33.33% y el

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 95**

muy bajo con un 16.66%. Estos resultados indican que la mayoría de los estudiantes aún no ha consolidado la capacidad de expresar sus emociones mediante palabras y actos respetuosos ante diversas situaciones.

**Tabla C4**

*Descriptivos del cuarto ítem de la categoría Emociones*

<b>CATEGORÍA EMOCIONES</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Ante una situación, los y las estudiantes expresan sus propias emociones con palabras y actos agresivos.	Casi ninguno: 1	16.66%	Muy bajo
	Algunos: 2	33.33%	Bajo
	La mitad: 1	16.66%	Medio
	La mayoría: 2	33.33%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

Los resultados del cuarto ítem (Tabla C4) muestran una distribución en la que el 33.33% de los estudiantes presentan niveles altos de expresión emocional agresiva y el 16.66% en el medio. Sin embargo, el 33.33% está en nivel bajo y muy bajo 16.66%. De todos modos, el hecho que el 50% expresen sus emociones con palabras y actos agresivos indica una atención de intervención en la gestión y canalización emocional.

**Tabla C5**

*Descriptivos del quinto ítem de la categoría Emociones*

<b>CATEGORÍA EMOCIONES</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
La expresión emocional de mis estudiantes contribuye a una	Casi ninguno: 0	0%	Muy bajo
	Algunos: 0	0%	Bajo
	La mitad: 5	83.33%	Medio
	La mayoría: 1	16.66%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 96**

<b>CATEGORÍA EMOCIONES</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
mejor convivencia entre ellos.			

Para el quinto ítem de la categoría de emociones (Tabla C5), los resultados indican que el 83.33% de los estudiantes tiene una expresión emocional en el promedio, pudiendo contribuir a la convivencia sumado 16.66% están en un nivel alto.

**Tabla C6**

*Descriptivos del sexto ítem de la categoría Emociones*

<b>CATEGORÍA EMOCIONES</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Cuando experimentan emociones intensas, mis estudiantes tienen dificultades para manejarlas.	Casi ninguno: 0 Algunos: 2 La mitad: La mayoría: 4 Todos: 0	0% 33.33% 0% 66.66% 0%	Muy bajo Bajo Medio Alto Muy alto

Los datos revelan una situación llamativa en cuanto a la dificultad para manejar emociones intensas por parte de los estudiantes (Tabla C6), con un porcentaje en el nivel alto del 66.66%, seguido del nivel bajo con un 33.33%.

**Tabla C7**

*Descriptivos del séptimo ítem de la categoría Emociones*

<b>CATEGORÍA EMOCIONES</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Considero que mis estudiantes	Casi ninguno: 0 Algunos: 3	0% 50%	Muy bajo Bajo

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 97**

<b>CATEGORÍA EMOCIONES</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
entienden que todas las emociones son válidas incluso las que no son agradables.	La mitad: 1	16.66%	Medio
	La mayoría: 1	16.66%	Alto
	Todos: 1	16.66%	Muy alto

En el séptimo ítem (Tabla C7), los resultados muestran que el 50% de los estudiantes se encuentra en un nivel bajo en la comprensión de que todas las emociones son válidas, seguido por una distribución equitativa del 16.66% en los niveles medio, alto y muy alto. Esto indica que la mayoría mantiene juicios negativos sobre ciertas emociones, particularmente aquellas consideradas desagradables, lo cual puede conducir a la supresión emocional y dificultades en el procesamiento saludable de sus experiencias afectivas.

**Tabla C8**

*Descriptivos del octavo ítem de la categoría Emociones*

<b>CATEGORÍA EMOCIONES</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Observo que a mis estudiantes les cuesta identificar lo que están sintiendo.	Casi ninguno: 0	0%	Muy bajo
	Algunos: 2	33.33%	Bajo
	La mitad: 3	50%	Medio
	La mayoría: 1	16.66%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

Los datos en el octavo ítem (Tabla C8) evidencian que el 50% de los estudiantes se encuentra en un nivel medio en cuanto a la dificultad para identificar lo que están sintiendo, seguido del nivel bajo con un 33.33% y el alto con un 16.66%. Estos resultados sugieren que aproximadamente la mitad del grupo experimenta obstáculos considerables en la conciencia emocional básica, una competencia fundamental para el desarrollo socioemocional.

## Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 98

### Categoría Habilidades Socioemocionales

Entendiendo las Habilidades Socioemocionales como un conjunto de capacidades que permiten a las personas entender y gestionar sus propias emociones, mostrar empatía por los demás, establecer relaciones positivas, tomar decisiones responsables y alcanzar metas, a continuación, en las tablas C9 - C12 se muestran los resultados de los ítems evaluados.

#### Tabla C9

*Descriptivos del primer ítem de la categoría Habilidades Socioemocionales*

CATEGORÍA HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES			
Ítem	Respuestas (n=6)	Porcentaje	Nivel
Observo que, cuando mis estudiantes expresan lo que sienten, se relacionan mejor con sus compañeros.	Casi ninguno: 1	16.66%	Muy bajo
	Algunos: 0	0%	Bajo
	La mitad: 0	0%	Medio
	La mayoría: 5	83.33%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

Los resultados del primer ítem (Tabla C9) muestran una percepción mayoritariamente positiva: el 83.33% de los docentes identifican un nivel alto en la relación entre la expresión emocional y la calidad de las interacciones entre compañeros, mientras que solo el 16.66% percibe un nivel muy bajo. Este hallazgo sugiere que cuando los estudiantes logran expresar lo que sienten, establecen vínculos más positivos y constructivos con sus pares.

#### Tabla C10

*Descriptivos del segundo ítem de la categoría Habilidades Socioemocionales*

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 99**

<b>CATEGORÍA HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Los y las estudiantes establecen un diálogo asertivo para llegar a acuerdos en la realización de actividades y/o juegos.	Casi ninguno: 0	0%	Muy bajo
	Algunos: 4	66.66%	Bajo
	La mitad: 0	0%	Medio
	La mayoría: 2	33.33%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

Los datos para el segundo ítem (Tabla C10) revelan que el 66.66% de los estudiantes se encuentra en un nivel bajo en el establecimiento de diálogos asertivos para llegar a acuerdos, mientras que el 33.33% alcanza un nivel alto. Está marcada diferencia indica que la mayoría del grupo presenta dificultades para negociar y comunicarse asertivamente, habilidades necesarias para la cooperación en actividades y juegos.

**Tabla C11**

*Descriptivos del tercer ítem de la categoría Habilidades Socioemocionales*

<b>CATEGORÍA HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Considero que los estudiantes piden ayuda cuando no saben manejar sus emociones en clase.	Casi ninguno: 1	16.66%	Muy bajo
	Algunos: 1	16.66%	Bajo
	La mitad: 1	16.66%	Medio
	La mayoría: 2	33.33%	Alto
	Todos: 1	16.66%	Muy alto

En el tercer ítem (Tabla C11), el 33.33% alcanza un nivel alto al momento de solicitar ayuda cuando no saben manejar sus emociones, seguido de niveles muy alto, medio, bajo y muy bajo con 16.66% cada uno. Esta dispersión evidencia que no existe un patrón claro en la capacidad o disposición de los estudiantes para buscar apoyo ante dificultades emocionales.

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 100**

**Tabla C12**

*Descriptivos del cuarto ítem de la categoría Habilidades Socioemocionales*

<b>CATEGORÍA HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Los estudiantes reconocen que sus emociones logran influir a los demás en sus interacciones sociales como las dinámicas de grupo y el clima de aula.	Casi ninguno: 0	0%	Muy bajo
	Algunos: 4	66.66%	Bajo
	La mitad: 1	16.66%	Medio
	La mayoría: 1	16.66%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

Para el cuarto ítem (Tabla C12), los datos indican que el 66.66% de los estudiantes se encuentra en un nivel bajo en el reconocimiento de cómo sus emociones influyen en los demás durante las interacciones sociales, seguido del nivel medio y alto con 16.66% cada uno. Esta concentración en el nivel bajo evidencia una limitación significativa en la conciencia social y la comprensión de la dimensión interpersonal de las emociones.

**Categoría Autoconocimiento**

Entendiendo el autoconocimiento como la capacidad de reconocer y comprender las propias emociones, pensamientos, fortalezas y debilidades y como esto puede influir en el comportamiento, nos permite a definir metas, por lo cual, es importante mostrar los resultados arrojados por los docentes en los ítems evaluados, los cuales se aprecian entre las tablas C13 a C18.

**Tabla C13**

*Descriptivos del primer ítem de la categoría Autoconocimiento*

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 101**

<b>CATEGORÍA AUTOCONOCIMIENTO</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Considero que los estudiantes reconocen fácilmente sus fortalezas y debilidades.	Casi ninguno: 0	0%	Muy bajo
	Algunos: 3	50%	Bajo
	La mitad: 3	50%	Medio
	La mayoría: 0	0%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

Los resultados del primer ítem (Tabla C13) muestran que el 50% de los estudiantes se encuentra en un nivel bajo en el reconocimiento de sus fortalezas y debilidades, igualado por el nivel medio con otro 50%.

**Tabla C14**

*Descriptivos del segundo ítem de la categoría Autoconocimiento*

<b>CATEGORÍA AUTOCONOCIMIENTO</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Los y las estudiantes reconocen qué emociones experimentan y por qué las sienten.	Casi ninguno: 0	0%	Muy bajo
	Algunos: 5	83.33%	Bajo
	La mitad: 1	16.66%	Medio
	La mayoría: 0	0%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

Los datos en el segundo ítem (Tabla C14) revelan que el 83.33% de los estudiantes se encuentra en un nivel bajo en el reconocimiento de qué emociones experimentan y por qué las sienten, mientras que solo el 16.66% alcanza un nivel medio.

**Tabla C15**

*Descriptivos del tercer ítem de la categoría Autoconocimiento*

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 102**

<b>CATEGORÍA AUTOCONOCIMIENTO</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Los y las estudiantes identifican cómo sus emociones influyen en la manera que enfrentan una situación problema.	Casi ninguno: 1	16.66%	Muy bajo
	Algunos: 2	33.33%	Bajo
	La mitad: 3	50%	Medio
	La mayoría: 0	0%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

En el tercer ítem (Tabla C15), los resultados indican que el 50% de los estudiantes se encuentra en un nivel medio en la identificación de cómo sus emociones influyen en el enfrentamiento de situaciones problema, seguido del nivel bajo con un 33.33% y el muy bajo con un 16.66%.

**Tabla C16**

*Descriptivos del cuarto ítem de la categoría Autoconocimiento*

<b>CATEGORÍA AUTOCONOCIMIENTO</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Los estudiantes demuestran comprensión de sus emociones y de su impacto en su comportamiento.	Casi ninguno: 0	0%	Muy bajo
	Algunos: 2	33.33%	Bajo
	La mitad: 4	66.66%	Medio
	La mayoría: 0	0%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

Para el cuarto ítem (Tabla C16), los datos muestran que el 66.66% de los estudiantes alcanza un nivel medio en la comprensión de sus emociones y su impacto en el comportamiento, mientras que el 33.33% se encuentra en un nivel bajo.

**Tabla C17**

*Descriptivos del quinto ítem de la categoría Autoconocimiento*

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 103**

<b>CATEGORÍA AUTOCONOCIMIENTO</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Los estudiantes reconocen cuando una emoción les genera malestar y reflexionan sobre su causa.	Casi ninguno: 2	33.33%	Muy bajo
	Algunos: 0	0%	Bajo
	La mitad: 2	33.33%	Medio
	La mayoría: 2	33.33%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

Los resultados muestran una distribución equitativa en tres niveles para el quinto ítem (Tabla C17) 33.33% muy bajo, 33.33% medio y 33.33% alto, en cuanto al reconocimiento del malestar emocional y la reflexión sobre su causa. Esta dispersión indica una gran heterogeneidad en el desarrollo de esta competencia dentro del grupo.

**Tabla C18**

*Descriptivos del sexto ítem de la categoría Autoconocimiento*

<b>CATEGORÍA AUTOCONOCIMIENTO</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Los estudiantes identifican las situaciones que les generan una desregulación emocional.	Casi ninguno: 1	16.66%	Muy bajo
	Algunos: 2	33.33%	Bajo
	La mitad: 3	50%	Medio
	La mayoría: 0	0%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

En el sexto ítem (Tabla C18), los datos indican que el 50% de los estudiantes se encuentra en un nivel medio en la identificación de situaciones que les generan desregulación emocional, seguido del nivel bajo con un 33.33% y el muy bajo con un 16.66%.

**Categoría Motivación**

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 104**

La motivación como habilidad socioemocional impulsa a las personas a alcanzar metas, disfrutar del proceso de aprendizaje y perseverar ante los obstáculos. Por tanto, entender como los docentes perciben esto en los estudiantes se hace necesario y por tanto se evaluaron tres ítems que dan cuenta de esto y pueden apreciarse en las tablas C19 a C21.

**Tabla C19**

*Descriptivos del primer ítem de la categoría Motivación*

CATEGORÍA MOTIVACIÓN			
Ítem	Respuestas (n=6)	Porcentaje	Nivel
Los y las estudiantes mantienen la motivación incluso en actividades escolares rutinarias o repetitivas.	Casi ninguno: 0	0%	Muy bajo
	Algunos: 3	50%	Bajo
	La mitad: 2	33.33%	Medio
	La mayoría: 1	16.66%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

Respecto a la motivación en actividades rutinarias (Tabla C19), los resultados muestran que el 50% de los estudiantes se encuentra en un nivel bajo de motivación durante actividades escolares rutinarias o repetitivas, seguido del 33.33% que están en el medio. Lo que podría indicar que la mayoría del grupo experimenta dificultades para sostener el interés y el compromiso en tareas que carecen de novedad o variación, de manera seguida. Y solo un 16.66% en un nivel alto de motivación.

**Tabla C20**

*Descriptivos del segundo ítem de la categoría Motivación*

CATEGORÍA MOTIVACIÓN			
Ítem	Respuestas (n=6)	Porcentaje	Nivel
Los y las estudiantes participan en	Casi ninguno: 0	0%	Muy bajo
	Algunos: 0	0%	Bajo

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 105**

<b>CATEGORÍA MOTIVACIÓN</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
actividades escolares porque disfrutan aprender o se sienten desafiados positivamente.	La mitad: 5	83.33%	Medio
	La mayoría: 1	16.66%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

En el abordaje de la motivación intrínseca (Tabla C20), los datos revelan que el 83.33% de los estudiantes alcanza un nivel medio en la participación motivada por el disfrute del aprendizaje o el desafío positivo, mientras que solo el 16.66% se encuentra en un nivel alto.

**Tabla C21**

*Descriptivos del tercer ítem de la categoría Motivación*

<b>CATEGORÍA MOTIVACIÓN</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Los y las estudiantes participan en actividades escolares principalmente para obtener recompensas externas.	Casi ninguno: 1	16.66%	Muy bajo
	Algunos: 2	33.33%	Bajo
	La mitad: 1	16.66%	Medio
	La mayoría: 2	33.33%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

Para el ítem que aborda la motivación extrínseca (Tabla C21), los resultados muestran una distribución donde un 33.33% de los estudiantes presenta niveles altos y un mismo resultado en el nivel bajo respecto a la participación motivada por recompensas externas, seguido del nivel medio y muy bajo con 16.66% cada uno.

**Categoría Empatía**

La empatía permite entender y compartir los sentimientos y perspectivas de otras personas sin necesidad de estar de acuerdo con ellas. Esta habilidad es crucial para el desarrollo

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 106**

de relaciones saludables, la resolución de conflictos y el bienestar personal. A continuación, en las tablas de la C22 a la C30 se aprecian los resultados medidos para dicha categoría.

**Tabla C22**

*Descriptivos del primer ítem de la categoría Empatía*

<b>CATEGORÍA EMPATÍA</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Los y las estudiantes demuestran sensibilidad ante los sentimientos de sus compañeros.	Casi ninguno: 0	0%	Muy bajo
	Algunos: 0	0%	Bajo
	La mitad: 2	33.33%	Medio
	La mayoría: 4	66.66%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

Los resultados de la tabla C22 indican que el 66.66% de los docentes perciben un nivel alto de sensibilidad emocional hacia los sentimientos de los compañeros, seguido del nivel medio con un 33.33%.

**Tabla C23**

*Descriptivos del segundo ítem de la categoría Empatía*

<b>CATEGORÍA EMPATÍA</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Los y las estudiantes se muestran comprensivos cuando algún compañero está pasando por una situación difícil.	Casi ninguno: 0	0%	Muy bajo
	Algunos: 0	0%	Bajo
	La mitad: 1	16.66%	Medio
	La mayoría: 5	83.33%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 107**

Los datos de la tabla C23 revelan que el 83.33% de los docentes identifican un nivel alto en la capacidad de los estudiantes para mostrarse comprensivos cuando un compañero atraviesa una situación difícil, mientras que solo el 16.66% percibe un nivel medio.

**Tabla C24**

*Descriptivos del tercer ítem de la categoría Empatía*

<b>CATEGORÍA EMPATÍA</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Los y las estudiantes escuchan con atención y respeto cuando alguien expresa lo que siente.	Casi ninguno: 0	0%	Muy bajo
	Algunos: 2	33.33%	Bajo
	La mitad: 3	50%	Medio
	La mayoría: 1	16.66%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

Conforme la toma de perspectiva, los resultados en la tabla C24 muestran que el 50% de los estudiantes se encuentra en un nivel medio en la capacidad de escuchar con atención y respeto cuando alguien expresa lo que siente, seguido del nivel bajo con un 33.33% y el alto con un 16.66%.

**Tabla C25**

*Descriptivos del cuarto ítem de la categoría Empatía*

<b>CATEGORÍA EMPATÍA</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Los y las estudiantes evitan hacer comentarios o acciones que puedan herir los	Casi ninguno: 0	0%	Muy bajo
	Algunos: 4	66.66%	Bajo
	La mitad: 2	33.33%	Medio
	La mayoría: 0	0%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 108**

CATEGORÍA EMPATÍA			
Ítem	Respuestas (n=6)	Porcentaje	Nivel
sentimientos de sus compañeros.			

Los datos de la tabla C25 indican que el 66.66% de los estudiantes se encuentra en un nivel bajo en la evitación de comentarios o acciones que puedan herir los sentimientos de sus compañeros, seguido del nivel medio con un 33.33%.

**Tabla C26**

*Descriptivos del quinto ítem de la categoría Empatía*

CATEGORÍA EMPATÍA			
Ítem	Respuestas (n=6)	Porcentaje	Nivel
Los y las estudiantes son capaces de ponerse en el lugar de los demás para entender su punto de vista.	Casi ninguno: 0 Algunos: 3 La mitad: 1 La mayoría: 2 Todos: 0	0% 50% 16.66% 33.33% 0%	Muy bajo Bajo Medio Alto Muy alto

Se evidencia en la tabla C26 que el 50% de los estudiantes se encuentra en un nivel bajo en la capacidad de ponerse en el lugar de los demás para entender su punto de vista, seguido del nivel alto con un 33.33% y el medio con un 16.66%.

**Tabla C27**

*Descriptivos del sexto ítem de la categoría Empatía*

CATEGORÍA EMPATÍA			
Ítem	Respuestas (n=6)	Porcentaje	Nivel
Los y las estudiantes muestran preocupación	Casi ninguno: 0 Algunos: 2 La mitad: 2	0% 33.33% 33.33%	Muy bajo Bajo Medio

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 109**

<b>CATEGORÍA EMPATÍA</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
genuina por los sentimientos de sus compañeros.	La mayoría: 2	33.33%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

Los datos de la tabla C27 revelan una distribución equitativa de 33.33% en los niveles bajo, medio y alto respecto a la preocupación genuina por los sentimientos de los compañeros; indicando que el desarrollo de esta dimensión afectiva de la empatía dentro del grupo si se aprecia en un 66.66%, y el 33.33% restante no logra ir más allá de la simple percepción de las emociones ajenas sin alcanzar una motivación a la acción solidaria.

**Tabla C28**

*Descriptivos del séptimo ítem de la categoría Empatía*

<b>CATEGORÍA EMPATÍA</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Los estudiantes consideran los sentimientos de los demás al momento de resolver un conflicto.	Casi ninguno: 0	0%	Muy bajo
	Algunos: 2	33.33%	Bajo
	La mitad: 4	66.66%	Medio
	La mayoría: 0	0%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

Los resultados en la tabla C28 indican que el 66.66% de los estudiantes se encuentra en un nivel medio en la consideración de los sentimientos de los demás al resolver conflictos, mientras que el 33.33% alcanza un nivel bajo. Lo anterior sugiere que la mayoría del grupo ha logrado integrar la dimensión emocional en la resolución de diferencias, mientras que la ausencia de estudiantes en niveles alto y muy alto señala que no se ha consolidado plenamente esta competencia crucial para la resolución constructiva de conflictos.

**Tabla C29**

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 110**

*Descriptivos del octavo ítem de la categoría Empatía*

<b>CATEGORÍA EMPATÍA</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Ante situaciones conflictivas, los y las estudiantes se involucran para brindar apoyo emocional a sus compañeros.	Casi ninguno: 0	0%	Muy bajo
	Algunos: 1	16.66%	Bajo
	La mitad: 1	16.66%	Medio
	La mayoría: 4	66.66%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

Los datos muestran (Tabla C29) un resultado positivo: el 66.66% de los docentes perciben un nivel alto en la capacidad de los estudiantes para involucrarse y brindar apoyo emocional a sus compañeros ante situaciones conflictivas, seguido de los niveles bajo y medio con 16.66% cada uno. Esta concentración en el nivel alto representa una fortaleza significativa del grupo, indicando que la mayoría de los estudiantes ha desarrollado una disposición prosocial activa que se manifiesta en conductas de ayuda cuando sus compañeros enfrentan dificultades.

**Tabla C30**

*Descriptivos del noveno ítem de la categoría Empatía*

<b>CATEGORÍA EMPATÍA</b>			
<b>Ítem</b>	<b>Respuestas (n=6)</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Nivel</b>
Los y las estudiantes evitan conductas que incomodan o hieren a sus compañeros de manera intencional.	Casi ninguno: 0	0%	Muy bajo
	Algunos: 3	50%	Bajo
	La mitad: 2	33.33%	Medio
	La mayoría: 1	16.66%	Alto
	Todos: 0	0%	Muy alto

Los resultados indican que el 50% de los estudiantes se encuentra en un nivel bajo en la evitación de conductas que incomodan o hieren intencionalmente a sus compañeros, seguido del

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 111**

nivel medio con un 33.33% y el alto con un 16.66% (Tabla C30). Esta concentración en el nivel bajo representa una situación que sugiere que la mitad del grupo aún no ha desarrollado suficientemente la capacidad de regular sus impulsos y comportamientos considerando el daño emocional que pueden causar.

**Anexo D**

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia**

**MÓDULO 1: ¿QUÉ SON LAS EMOCIONES?**

Las emociones son respuestas psicofisiológicas complejas que integran componentes cognitivos, fisiológicos y conductuales ante estímulos internos o externos, estas constituyen un sistema de información vital que nos permite adaptarnos al entorno, tomar decisiones y establecer relaciones significativas.

**Objetivo general**

Fortalecer el reconocimiento y expresión emocional a través de estrategias que amplíen el vocabulario emocional y promuevan la validación de todas las emociones.

# **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 112**

## **Objetivos específicos**

Nombrar las emociones propias y sus manifestaciones psicofisiológicas.

Reconocer y aceptar todas las emociones como válidas y naturales.

Ampliar el vocabulario emocional y la conciencia introspectiva.

Facilitar el reconocimiento de emociones en los demás.

## **Justificación**

Los resultados evidencian que una parte significativa de los estudiantes presenta limitaciones en su conciencia y manejo emocional. Aunque algunos comprenden que las emociones son procesos complejos y naturales, muchos aún no reconocen sus conexiones ni logran expresarlas con seguridad, lo que afecta su autorregulación y sus relaciones interpersonales, por este motivo, se hace necesario trabajar en el desarrollo de la comprensión conceptual, expresión, reconocimiento y alfabetización emocional de los estudiantes, ya que esto incide directamente en su bienestar personal y desempeño académico.

## **SESIÓN 1: EL UNIVERSO DE LAS EMOCIONES**

### **Objetivo general**

Nombrar las emociones propias y sus manifestaciones psicofisiológicas.

### **Objetivos específicos de la sesión**

Identificar entre emociones básicas (alegría, tristeza, miedo, enojo) y emociones más complejas (frustración, orgullo, vergüenza, entusiasmo).

Reconocer las señales corporales asociadas a diferentes estados emocionales propios y ajenos.

### **Descripción conceptual**

Las emociones son respuestas psicofisiológicas complejas que surgen ante estímulos internos o externos y que integran componentes neurobiológicos, cognitivos, subjetivos y conductuales (Aracena & González, 2021). Más allá de ser simples reacciones automáticas, las emociones proporcionan información valiosa sobre nuestras necesidades, valores y relación con el entorno.

# **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 113**

## **Temáticas de abordaje**

Identificación de emociones básicas: alegría, tristeza, miedo, enojo, sorpresa, asco.

Identificación de emociones complejas apropiadas para la edad: frustración, orgullo, vergüenza, entusiasmo, preocupación, alivio.

Manifestaciones corporales de las emociones: cambios faciales, tensión muscular, sensaciones en el cuerpo.

## **Actividades**

### **ACTIVACIÓN (10 minutos): "El termómetro emocional"**

#### **Materiales**

Termómetro emocional grande en cartulina con diferentes caritas emocionales, fichas con nombres de los estudiantes.

#### **Procedimiento**

Primero, será importante mostrar el termómetro emocional con 5-7 emociones representadas (alegría, tristeza, enojo, miedo, tranquilidad, entusiasmo), de manera seguida se explicará: "Cada día llegamos al colegio sintiendo diferentes emociones. Hoy vamos a identificar cómo nos sentimos en este momento".

Cada estudiante coloca su ficha en la emoción que mejor representa cómo se siente al comenzar la clase, de manera seguida, se realizarán preguntas de exploración: "¿Alguien quiere compartir por qué eligió esa emoción?" "¿Notan que varios compañeros eligieron emociones similares o diferentes?"

Es importante validar todas las respuestas: "Todas las emociones son bienvenidas en nuestro salón. Cada una nos da información importante".

#### **Componente empático**

Al observar las elecciones de sus compañeros, los estudiantes comienzan a reconocer la diversidad emocional del grupo y a normalizar diferentes estados afectivos.

### **DESARROLLO (35 minutos): "El atlas de las emociones"**

#### **Materiales**

Hojas de trabajo con siluetas de cuerpos humanos, lápices de colores, tarjetas con situaciones cotidianas, cartulina grande para mural colectivo, revistas para recortar (opcional).

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 114**

### **Parte 1: Explorando emociones complejas (15 minutos)**

Primer paso, presentar mediante *storytelling* situaciones que evoquen emociones específicas con las siguientes situaciones: "María estudió mucho para el examen de matemáticas y sacó 10" (orgullo); "Juan quería jugar fútbol, pero llovió toda la tarde" (frustración); "Sofía tiene que presentar su trabajo frente a todo el curso mañana" (preocupación/nerviosismo); "Carlos intentó cinco veces amarrar sus zapatos y finalmente lo logró" (satisfacción/alivio).

Segundo paso, después de cada situación, preguntar: ¿Qué creen que está sintiendo el personaje?; ¿Dónde lo siente en su cuerpo?; ¿Alguna vez han sentido algo similar?; ¿Cómo podemos reconocer esa emoción en otra persona?

Finalmente, introducir el nombre específico de cada emoción y escribirlo en el tablero con su definición simple.

### **Parte 2: Mapeando emociones en el cuerpo (20 minutos)**

La siguiente sección se desarrollará en los siguientes pasos, inicialmente se entregará a cada estudiante una hoja con la silueta de un cuerpo humano, a esta se le brindará la siguiente instrucción: "Van a elegir 3-4 emociones del tablero y van a colorear en el cuerpo dónde las sienten. Pueden usar colores diferentes para cada emoción", para esto presentaremos el siguiente ejemplo guiado: "Cuando yo siento enojo, a veces siento calor en mi cara y mis manos se cierran. Voy a colorear de rojo mi cara y mis manos".

Una vez brindada la información, se dará tiempo para que trabajen individualmente, posteriormente se formarán grupos de 4 estudiantes para compartir sus mapas corporales.

Para cerrar esta actividad, se establecerá la siguiente discusión grupal: "¿Descubrieron que algunos sienten las mismas emociones en lugares diferentes del cuerpo? ¿Qué emociones fueron más fáciles o difíciles de ubicar?"

### **Componente empático**

Al compartir en grupos pequeños, los estudiantes descubren que diferentes personas experimentan las mismas emociones de maneras distintas, promoviendo la comprensión de la diversidad emocional.

### **REFLEXIÓN (8 minutos): "Conexiones emocionales"**

#### **Procedimiento**

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 115**

Inicialmente se reunirá al grupo completo y se realizarán las siguientes preguntas reflexivas: "¿Qué descubrieron hoy sobre las emociones?"; "¿Aprendieron el nombre de alguna emoción que no conocían antes?"; "¿Por qué creen que es importante saber identificar lo que sentimos?"; "¿Qué observaron sobre las emociones de sus compañeros?".

Una vez resueltas las preguntas, se dará paso al concepto clave con la premisa: "Las emociones son como mensajeros que nos traen información importante. Cuando aprendemos a escucharlas, podemos entendernos mejor a nosotros mismos y también a los demás".

Finalmente es importante preguntar: "¿Cómo nos ayuda reconocer las emociones de nuestros compañeros?" (promover respuestas sobre comprensión, apoyo, evitar malentendidos).

### **CIERRE (2 minutos): "Mi compromiso emocional"**

#### **Procedimiento**

Se invitará a los estudiantes a completar en voz alta: "Esta semana voy a prestar atención a mi emoción de \_\_\_\_\_", de manera seguida se explicará que en la próxima sesión comenzarán explorando cómo hablar sobre estas emociones de manera respetuosa. Finalmente, a modo de despedida se mencionará: "Recuerden que todas las emociones son importantes y válidas, incluso las que no nos gustan tanto".

#### **Tarea opcional**

Se sugiere crear un "diario de emociones" durante la semana, dibujando o escribiendo sobre una emoción que sintieron cada día.

## **SESIÓN 2: TODAS LAS EMOCIONES SON VÁLIDAS**

### **Objetivo general**

Reconocer y aceptar todas las emociones como válidas y naturales.

### **Objetivos específicos de la sesión**

Reconocer que no existen emociones "buenas" o "malas", sino emociones agradables y desagradables que cumplen funciones importantes.

Identificar las funciones adaptativas de emociones frecuentemente rechazadas como el miedo, la tristeza y el enojo.

Desarrollar actitudes de validación empática hacia las emociones de los compañeros.

# **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 116**

## **Descripción conceptual**

Uno de los malentendidos más comunes en la educación emocional consiste en categorizar las emociones como "positivas" o "negativas", "buenas" o "malas". Esta dicotomía puede llevar a la supresión emocional, donde los niños aprenden a ocultar o rechazar emociones consideradas inaceptables, generando dificultades en el procesamiento emocional saludable (Pérez, 2021).

La validación emocional—tanto propia como hacia otros—constituye un componente fundamental de la salud mental y las relaciones interpersonales saludables. Esta sesión busca desmitificar las emociones desagradables y proporcionar herramientas para su expresión constructiva, integrando una dimensión empática que reconoce y respeta las experiencias emocionales diversas de cada persona.

## **Temáticas de abordaje**

Diferencia entre emociones agradables/desagradables.

Funciones adaptativas de las emociones: protección, información, comunicación, movilización.

Validación emocional propia y hacia otros.

## **Actividades**

### **ACTIVACIÓN (8 minutos): "El mito de las emociones malas"**

#### **Materiales**

Para esta actividad será necesario dos carteles grandes (uno con cara sonriente, otro con cara triste), tarjetas con nombres de emociones.

#### **Procedimiento**

Inicialmente se mostrarán los dos carteles y se explicará: "Muchas veces escuchamos que hay emociones buenas y emociones malas. Hoy vamos a descubrir si eso es cierto", de manera seguida se leerán los nombres de emociones tales como: alegría, tristeza, miedo, enojo, sorpresa, frustración, orgullo, vergüenza, se les pedirá a los estudiantes que levanten la mano señalando hacia qué cartel creen que pertenece cada emoción.

Una vez realizada dicha actividad, se procederá a observar que la mayoría probablemente clasifique tristeza, miedo y enojo como "malas", para esto se provocará la siguiente reflexión:

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 117**

"¿Qué pasaría si nunca sintiéramos miedo? ¿O si nunca nos pusiéramos tristes cuando algo importante se pierde?, de manera seguida se introducirá el concepto: "Hoy vamos a descubrir que todas las emociones son mensajeros importantes, aunque algunas se sienten más agradables que otras".

### **DESARROLLO (33 minutos): "Las emociones tienen un trabajo"**

#### **Materiales**

Tarjetas con historias breves, cartulina para crear "Fichas de Trabajo Emocional", marcadores, hojas de trabajo individual.

#### **Parte 1: Las funciones de las emociones (18 minutos)**

Esta primera parte se desarrollará inicialmente con la división de la clase en 4 grupos, cada grupo recibe una emoción frecuentemente rechazada: miedo, tristeza, enojo y frustración.

Posteriormente se presentará una historia corta para cada emoción: miedo: "Camila va caminando por el parque cuando ve un perro grande que no conoce corriendo hacia ella sin correa. Siente miedo"; tristeza: "Andrés se despide de su mejor amigo que se muda a otra ciudad. Se siente muy triste"; enojo: "Laura está jugando con bloques y ha construido una torre muy alta. Su hermano menor llega corriendo y la tumba sin querer. Laura siente mucho enojo"; y frustración: "David está aprendiendo a montar en bicicleta. Se cae por quinta vez en la tarde y siente frustración".

Una vez expuestas las situaciones cada grupo debe responder en cartulina las siguientes preguntas: ¿Para qué le sirve al personaje sentir esa emoción?, ¿Qué información le está dando la emoción?, ¿Qué podría hacer el personaje con esa emoción de manera respetuosa, ¿Sería bueno que el personaje NO sintiera esa emoción? ¿Por qué?

Finalmente se realizarán presentaciones de 2-3 minutos por grupo, creando entre todos una "Ficha de Trabajo" para cada emoción que incluya: Nombre de la emoción, Su función/trabajo, Formas respetuosas de expresarla.

#### **Parte 2: Expresión respetuosa vs. expresión dañina (15 minutos)**

Se explicará la siguiente premisa: "Sentir una emoción es siempre válido. Lo que importa es QUÉ HACEMOS con esa emoción", para esto se presentará el semáforo de expresión emocional:

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 118**

**Verde:** Formas respetuosas (hablar sobre lo que siento, pedir ayuda, tomar un respiro, usar estrategias de calma)

**Amarillo:** Zonas intermedias (alejarme sin explicar, responder con sequedad, hacer gestos molestos)

**Rojo:** Formas dañinas (gritar, insultar, golpear, romper cosas, decir cosas hirientes)

Posteriormente se realizará una actividad de *role-play* en parejas, en donde se presenten tres situaciones, la primera de ellas, Situación 1: en donde un compañero tomó tu lápiz favorito sin pedir permiso (enojo), una segunda situación: No te invitaron a un cumpleaños y sí a otros amigos (tristeza) y, finalmente, una situación 3: Tienes una presentación importante mañana (miedo/nerviosismo). Para la cual cada pareja actúa primero una respuesta "roja" y luego una respuesta "verde", en donde el grupo identifica las diferencias. Y finalmente se realiza una reflexión empática en donde se pregunte "¿Cómo se sintió el compañero cuando recibió una respuesta roja vs. una verde? ¿Qué respuesta ayudó más a resolver la situación?"

### **REFLEXIÓN (6 minutos): "Mi emoción menos favorita"**

#### **Procedimiento**

Se preguntará a los estudiantes: "¿Cuál es la emoción que menos les gusta sentir?", en donde, a todos y cada uno de los estudiantes se les validará todas las respuestas, estas mismas serán acompañadas con las siguientes preguntas orientadoras hacia una reflexión guiada: "¿Qué aprendimos hoy sobre esa emoción que no nos gusta?", "¿Cómo podemos ser más amables con nosotros mismos cuando la sentimos?", "¿Cómo podemos responder cuando un compañero está sintiendo una emoción difícil?"

Finalmente, se trabajará como concepto clave el que todas las emociones son válidas y temporales, ninguna emoción dura para siempre, por lo que podemos aprender a expresarlas de maneras que nos cuiden a nosotros y a los demás

#### **Componente empático**

Enfatizar que cuando validamos las emociones de los demás ("entiendo que estés triste", "es normal sentir miedo en esa situación"), les ayudamos a sentirse comprendidos y acompañados.

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 119**

### **CIERRE (2 minutos): "Mantra de validación"**

#### **Procedimiento**

A modo de cierre, se les pedirá a los estudiantes el repetir juntos en voz alta: "Todas mis emociones son válidas. Todas las emociones de mis compañeros son válidas. Puedo sentir lo que siento y expresarlo con respeto".

#### **Tarea reflexiva**

Identificar un momento en la semana donde sintieron una emoción desagradable y practicaron expresarla de manera respetuosa (verde en el semáforo).

## **SESIÓN 3: CALMANDO LA TORMENTA EMOCIONAL**

### **Objetivo general**

Ampliar el vocabulario emocional y la conciencia introspectiva.

### **Objetivos específicos de la sesión**

Aprender al menos tres técnicas concretas de regulación emocional.

Reconocer las señales corporales tempranas que indican escalada emocional.

Desarrollar un "Kit de Herramientas de Calma" personalizado.

Practicar respuestas empáticas y de apoyo cuando los compañeros experimentan emociones intensas.

### **Descripción conceptual**

La regulación emocional se define como la capacidad de modular la intensidad, duración y expresión de las emociones de manera funcional y contextualmente apropiada (Gross, 2015). A diferencia de la supresión emocional, que implica ocultar o negar lo que se siente, la regulación emocional saludable implica reconocer la emoción, aceptar su validez y gestionarla de manera que permita el bienestar propio y las relaciones constructivas con otros.

### **Temáticas de abordaje**

Concepto de regulación emocional

Señales corporales de escalada emocional (sistema de alarma interno)

Técnicas de regulación basadas en evidencia apropiadas para la edad:

Respiración consciente

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 120**

Autodistanciamiento cognitivo  
Reencuadre de pensamientos  
Activación física controlada  
Creación de plan personal de regulación

### **Actividades**

#### **ACTIVACIÓN (10 minutos): "El volcán emocional"**

##### **Materiales**

Imagen o dibujo de un volcán en cartulina, marcadores de colores, *post-its*.

##### **Procedimiento**

Inicialmente, se mostrará la imagen del volcán y establecer la analogía: "Las emociones intensas son como volcanes. Empiezan con señales pequeñas en nuestro cuerpo (el volcán 'despierta'), luego la presión aumenta, y finalmente puede haber una erupción". De manera seguida se podrá realizar la siguiente pregunta: "¿Cuáles son las señales en su cuerpo cuando una emoción empieza a volverse muy intensa?" Para esto brindaremos ejemplos como: el corazón late más rápido, la respiración cambia, la cara se calienta, las manos se cierran, el estómago se aprieta, las ganas de llorar o gritar.

Posteriormente los estudiantes deberán escribir en *post-its* sus señales corporales y pegarlas en la parte baja del volcán, en la zona de "despertar". Para abrir parte a la discusión, se sugiere preguntar: "¿Por qué es importante reconocer estas señales tempranas?", una vez realizada las dinámicas, se introducirá el concepto: "Hoy vamos a aprender herramientas para 'enfriar el volcán' antes de que erupcione, y qué hacer si erupciona de todas formas".

#### **DESARROLLO (33 minutos): "Kit de herramientas de calma"**

##### **Materiales**

Hojas de trabajo para "Kit de Calma" personalizado, campana o instrumento para marcar tiempos, espacio para movimiento, música suave (opcional).

##### **Parte 1: Aprendiendo las herramientas (20 minutos)**

##### **Herramienta 1: Respiración del cuadrado (5 minutos)**

Para el desarrollo de esta parte se explicará: "Cuando estamos muy emocionados, nuestra respiración cambia. Podemos usar la respiración para enviarle un mensaje a nuestro cuerpo de

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 121**

que estamos seguros". Para explicar la respiración del cuadrado inicialmente se realizará una demostración práctica, en donde se dibujará un cuadrado grande en el aire con el dedo, para ello se orientará en inhalar durante 4 segundos señalando un lado del cuadrado. De manera seguida, se sostendrá durante 4 segundos haciendo referencia al lado 2, al pasar al lado 3 se indicará el exhalar durante 4 segundos y por último en el lado 4, se deberá sostener, para ello se deberá repetir el ciclo 3 veces en compañía con guía verbal.

### **Herramienta 2: El observador amable (5 minutos)**

Para esta herramienta se explicará que, a veces nuestros pensamientos cuando estamos muy emocionados son exagerados, por ende, podemos aprender a 'observarlos' como si fueran nubes que pasan por el cielo, sin creerlos completamente. Posteriormente, se presentarán ejemplos de pensamientos exagerados vs. pensamientos observadores. Para esto se siguieren los siguientes: "¡Todo el mundo me odia!" → "Estoy muy enojado porque dos compañeros no quisieron jugar conmigo hoy"; "¡Nunca voy a poder hacerlo!" → "Esto está siendo difícil para mí ahora, pero puedo pedir ayuda"; "¡Soy el peor en esto!" → "Me equivoqué esta vez, y puedo aprender para la próxima". Finalmente, se presentarán 2-3 situaciones y se les pedirá a los estudiantes que identifiquen el pensamiento exagerado y lo transformen en pensamiento observador.

### **Herramienta 3: Movimiento que calma (5 minutos)**

Para esta herramienta se explicará que a veces cuando sentimos emociones fuertes, nuestro cuerpo tiene mucha energía la cual podemos usar movimiento de manera segura para liberar esa energía, ésta misma podrá ser usada de las siguientes formas: realizar saltos de tijera suaves durante 20 segundos, apretar los puños con fuerza y soltar 5 veces, empujar contra la pared durante 10 segundos, estirar los brazos hacia el cielo y hacia el suelo, es importante enfatizar que estos son movimientos seguros, los cuales no incluyen golpear, patear o empujar a nosotros mismos o a otras personas u objetos.

### **Herramienta 4: Mi lugar seguro en la mente (5 minutos)**

Finalmente, en esta herramienta se realizará una visualización guiada en donde se les pedirá a los estudiantes cerrar los ojos si se sienten cómodos, e imaginar un lugar donde se sienten completamente seguros y tranquilos, el cual puede ser real o imaginario. ¿Qué ven allí?

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 122**

¿Qué escuchan? ¿Qué huelen? ¿Quién está con ustedes, si es que hay alguien?". Después de 2-3 minutos de visualización guiada, se invitará a compartir brevemente sus lugares seguros, en este momento se explicará que pueden 'visitar' este lugar en su mente cuando necesiten calmarse.

### **Parte 2: Creando mi kit personal (13 minutos)**

Para este apartado se entregará una hoja de trabajo titulada "Mi Kit de Herramientas de Calma" con secciones nombradas: Mis señales de alarma, estas representan las señales corporales tempranas, Mis 3 herramientas favoritas, las anteriormente practicadas, Mi frase amable para recordarme como lo puede ser "Las emociones fuertes pasan", "Puedo manejar esto", "Estoy a salvo" y finalmente reconocer que existe la posibilidad de acudir a quien necesitemos bajo la pregunta ¿A quién puedo pedir ayuda? Una vez los estudiantes completen su kit con dibujos y palabras, se brindará un espacio para compartir la información en parejas.

### **Componente empático**

Para el desarrollo de este componente se manifestará la siguiente situación problema: "Si ven que un compañero está teniendo un momento difícil, ¿qué podrían hacer para ayudar?" Para lo cual se construirá una lista colectiva con acciones que puedan ser de ayuda.

### **REFLEXIÓN (7 minutos): "La calma es una habilidad"**

#### **Procedimiento**

Se realizará una reflexión guiada con las siguientes preguntas orientadoras: "¿Qué aprendieron hoy sobre manejar emociones intensas?"; "¿Cuál herramienta quieren practicar más?"; "¿Por qué creen que es importante que TODOS aprendamos estas herramientas?", para este apartado se trabajará el concepto clave el cual se manifiesta que la calma no significa que la emoción desaparezca inmediatamente, significa que podemos atravesar la tormenta emocional de manera más segura, sin lastimarnos a nosotros mismos o a otros, ya que es una habilidad que se fortalece con la práctica.

### **CIERRE (2 minutos): "Pacto de práctica"**

#### **Procedimiento**

Se invitará a los estudiantes a hacer un compromiso personal como puede ser: "Esta semana voy a practicar [nombre de la herramienta] cuando [situación donde suelen desregularse]". Se les recordará que su Kit de Calma es personal, pero las herramientas que

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 123**

eligieron pueden cambiar y en cualquier momento pueden agregar nuevas herramientas que descubran, finalmente se dará el cierre con validación emocional.

### **Tarea práctica**

Decorar su hoja de "Kit de herramientas de calma" y colocarla en un lugar visible (en su cuaderno, en su habitación). Practicar al menos una herramienta durante la semana, aunque no estén en un momento de emoción intensa, para que el cuerpo la aprenda bien.

## **MÓDULO 2: AUTOCONOCIMIENTO**

Este módulo propone un recorrido desde la identificación básica de estados emocionales hasta la comprensión de patrones cognitivo-emocionales más sofisticados. A través de actividades reflexivas, metacognitivas y experienciales, los estudiantes desarrollarán progresivamente su capacidad de "observarse a sí mismos" con curiosidad y sin juicio, fortaleciendo la autoconciencia como recurso para la toma de decisiones y el bienestar personal.

### **Objetivo general**

Desarrollar autoconocimiento emocional mediante actividades que promuevan el reconocimiento de emociones propias, la identificación de sus causas y la comprensión de la interacción entre emociones, pensamientos y conductas.

### **Objetivos específicos**

Desarrollar conciencia emocional causal: reconocer emociones y sus causas.

Comprender la interacción entre emociones, pensamientos y conductas.

Identificar desencadenantes personales de desregulación emocional.

Fortalecer capacidad de reflexión e introspección.

Desarrollar la comprensión empática de que los demás también poseen mundos emocionales internos complejos.

### **Justificación**

Partiendo del análisis de la presente categoría, se evidencia una carencia significativa en la conciencia emocional causal, ya que la mayoría del grupo presenta dificultades importantes para reconocer sus procesos cognitivos y conductuales ante desafíos. que es la capacidad de identificar no solo la emoción experimentada sino también comprender sus desencadenantes y

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 124**

significados. Se encuentra entonces importante trabajar en el desarrollo de la conciencia situacional y el reconocimiento de patrones personales de respuesta emocional, facilitando que los estudiantes elaboren mapas de sus propios factores de riesgo emocional.

### **SESIÓN 4: EL DETECTIVE DE MIS EMOCIONES**

#### **Objetivo general**

Desarrollar conciencia emocional causal: reconocer emociones y sus causas.

#### **Objetivos específicos de la sesión**

Practicar la identificación precisa de emociones en situaciones cotidianas reales.

Distinguir entre el evento desencadenante y la respuesta emocional.

Reconocer que una misma situación puede generar emociones diferentes en las personas.

Fortalecer la comprensión empática de que los demás tienen sus propios desencadenantes emocionales.

#### **Descripción conceptual**

La identificación precisa de emociones y sus causas constituye el primer nivel del autoconocimiento emocional. Sin embargo, esta habilidad que puede parecer simple presenta desafíos significativos para muchos niños. La metáfora del "detective emocional" resulta apropiada para esta edad porque transforma la auto observación en una actividad de investigación curiosa y sin juicios, promoviendo una relación amable con las propias experiencias internas.

#### **Temáticas de abordaje**

Identificación de emociones en tiempo real y retrospectivamente

Concepto de "desencadenante" emocional

Variabilidad en respuestas emocionales ante situaciones similares

Patrones personales en reacciones emocionales

#### **Actividades**

**ACTIVACIÓN (8 minutos): "La situación misteriosa"**

#### **Materiales**

Tarjetas con situaciones cotidianas, tablero o cartulina.

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 125**

### **Procedimiento**

Para dar inicio a la fase de activación, se presentará una situación ambigua, para lo cual se sugiere la siguiente: "Ana llega al colegio y ve que hay un compañero nuevo en la clase", posteriormente se les preguntará a los estudiantes: "¿Qué puede estar sintiendo Ana?" para esto se anotarán todas las respuestas probables que surjan, una vez los estudiantes respondan, se verbalizará que todas las respuestas son posibles ante la misma situación ya que todos pensamos y sentimos cosas diferentes.

Para introducir el concepto de “detectives de nuestras propias emociones”, se dará a conocer que los detectives investigan pistas para entender qué está pasando, por ende, se investigarán las pistas que nos ayudan a entender nuestras emociones, para esto se presentarán las "Preguntas del detective emocional": ¿Qué estoy sintiendo? (nombrar la emoción); ¿Qué pasó que hizo que sintiera esto? (el desencadenante); ¿Dónde lo siento en mi cuerpo? (señales corporales); ¿He sentido esto antes? (patrones).

### **DESARROLLO (34 minutos): "Investigando mis emociones"**

#### **Materiales**

"Cuaderno del Detective Emocional" (hoja de trabajo con formato de investigación), lápices, tarjetas con escenarios para análisis grupal.

#### **Parte 1: Práctica guiada con escenarios (15 minutos)**

Inicialmente se presentarán 3-4 escenarios cotidianos y analizarán colectivamente usando las Preguntas del detective. El primer escenario es: "Durante el recreo, tus amigos están jugando a un juego que tú no conoces y no te explican las reglas". Como segundo escenario, se propone la siguiente situación: "Estudiaste mucho para un examen y cuando lo recibes de vuelta, tienes una nota más baja de lo que esperabas". Posteriormente a cada uno de los escenarios se realizan las siguientes preguntas ¿Qué podrían estar sintiendo? (frustración, exclusión, curiosidad, timidez), ¿Qué desencadenó esa emoción? (no ser incluido, no entender, querer participar, ¿Alguien ha vivido algo similar? ¿Qué sintieron?, ¿Qué necesitaríamos que nos dijeran los demás en ese momento?

#### **Parte 2: Mi investigación personal (19 minutos)**

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 126**

Para este apartado se entregará el siguiente formato en una hoja con formato estructurado del “Detective emocional”:

<p>CASO #1: Una emoción de HOY</p> <p>¿Qué emoción sentí? _____ (Dibujar la carita correspondiente)</p> <p>¿Qué pasó que hizo que sintiera esto? _____</p> <p>¿Dónde lo sentí en mi cuerpo? _____</p> <p>¿He sentido esto antes en situaciones parecidas? <input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No</p> <p>Si sí, ¿cuándo? _____</p>
<p>CASO #2: Una emoción de ESTA SEMANA</p> <p>¿Qué emoción sentí? _____ (Dibujar la carita correspondiente)</p> <p>¿Qué pasó que hizo que sintiera esto? _____</p> <p>¿Dónde lo sentí en mi cuerpo? _____</p>

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 127**

<p>¿He sentido esto antes en situaciones parecidas?</p> <p><input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No</p> <p>Si sí, ¿cuándo? _____</p>
<p><b>CASO #3: Mi emoción más frecuente</b></p> <p>La emoción que más siento es: _____</p> <p>Las situaciones que más hacen que sienta esto son:</p> <p>1. _____</p> <p>2. _____</p> <p>3. _____</p>

Para este, los estudiantes trabajarán individualmente durante 10 minutos completando al menos los casos #1 y #2, posteriormente se formarán grupos de 3-4 estudiantes para compartir una de sus investigaciones (la que se sientan cómodos compartiendo). En grupos pequeños se practicará la validación empática, en donde después de que un compañero comparte, los demás dicen algo como: "Entiendo por qué sentiste eso"; "A mí también me pasó algo parecido"; "Esa situación también me habría hecho sentir [emoción]". Finalmente, se invitarán a 2-3 voluntarios a compartir algo que descubrieron sobre sí mismos al hacer la investigación.

**REFLEXIÓN (6 minutos): "Patrones y conexiones"**

**Procedimiento**

Para dar paso al apartado de procedimiento, se realizarán algunas de las siguientes preguntas reflexivas: "¿Qué descubrieron al investigar sus emociones como detectives?"; "¿Notaron algún patrón? ¿Hay situaciones que frecuentemente les hacen sentir lo mismo?". A partir de estas respuestas es prudente mencionar que, cuando conocemos qué situaciones tienden a provocar emociones intensas en nosotros, podemos prepararnos mejor, ya que es como si el detective tuviera un mapa de su propio territorio emocional". Para realizar una reflexión empática se podrá generar las siguientes preguntas orientadoras "¿Qué aprendieron sobre las

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 128**

emociones de sus compañeros? ¿Descubrieron que algunas cosas que a ustedes no les afectan mucho, a otros sí les provocan emociones fuertes?"

### **CIERRE (2 minutos): "Detective permanente"**

#### **Procedimiento**

Para dar cierre a la sesión, se invitarán a los estudiantes a seguir siendo "detectives emocionales" durante la semana, prestando atención curiosa a sus propias emociones, como desafío opcional se mencionará el identificar al menos una emoción que sintieron y su desencadenante, lo cual podrán anotar en su cuaderno del detective o simplemente pensarlo antes de dormir, finalmente, como componente empático, se mencionará que así como ellos tienen emociones complejas con causas específicas, recuerden que sus compañeros también. Cuando alguien reacciona de una forma que no entendemos, podemos preguntarnos '¿qué habrá desencadenado esa emoción en esa persona?' en lugar de juzgar su reacción".

#### **Tarea reflexiva**

Completar el caso "Un compañero te pide prestado algo muy importante para ti y lo devuelve roto", para compartir en la siguiente sesión.

## **SESIÓN 5: EL TRIÁNGULO MÁGICO**

### **Objetivo general**

Comprender la interacción entre emociones, pensamientos y conductas

### **Objetivos específicos de la sesión**

Identificar los tres componentes del triángulo: pensamientos, emociones y acciones.

Comprender que las emociones influyen en nuestras acciones, pero no las determinan completamente.

Practicar la identificación de pensamientos automáticos asociados a emociones específicas.

### **Descripción conceptual**

El modelo cognitivo-emocional, fundamentado en la teoría cognitiva de las emociones, sostiene que no son los eventos en sí mismos los que generan nuestras emociones, sino la interpretación cognitiva que hacemos de dichos eventos (Beck, 1976; Ellis, 1962). Esta

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 129**

perspectiva, adaptada apropiadamente para la edad, puede presentarse a los niños mediante el concepto del "triángulo mágico" donde pensamientos, emociones y acciones se influyen mutuamente, para estudiantes de cuarto grado, resulta apropiado introducir versiones simplificadas de estos conceptos como lo es: la Situación es lo que pasa, el hecho objetivo; los pensamientos, es lo que me digo a mí mismo sobre lo que pasa, es decir, la interpretación, la emoción es lo que siento, la respuesta emocional y la acción es lo que hago, es decir, mi comportamiento.

Comprender esta interacción proporciona a los niños un marco conceptual poderoso para entender que pueden tener cierta influencia sobre sus emociones mediante la modificación de sus interpretaciones, sin negar la validez de la experiencia emocional inicial.

### **Temáticas de abordaje**

Modelo cognitivo-emocional, es decir, situación-pensamiento-emoción-acción.

Influencia de pensamientos en emociones

Influencia de emociones en acciones

Diferencia entre impulso emocional y decisión consciente

### **Actividades**

#### **ACTIVACIÓN (10 minutos): "La misma situación, diferentes mundos"**

#### **Materiales**

Tres carteles grandes con caras expresando diferentes emociones, tablero para escribir.

#### **Procedimiento**

Para dar inicio a la activación, se presentará una situación única: "Tres estudiantes llegan al salón el lunes por la mañana y descubren que hay un examen sorpresa de matemáticas". Posteriormente se les mostrarán tres respuestas emocionales diferentes a los estudiantes mediante personajes (pueden ser dibujos o descripción verbal): *Personaje A* (Lucía): Se siente confiada y hasta emocionada; *Personaje B* (Diego): Se siente muy nervioso y preocupado; *Personaje C* (Sara): Se siente frustrada y molesta.

Una vez se hayan compartido las situaciones, se realizarán las siguientes preguntas guía "¿Cómo puede ser que la misma situación haga que tres personas sientan cosas tan diferentes?", esto dará paso a la reflexión hacia el concepto de pensamientos, haciendo énfasis en lo que

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 130**

marca la diferencia es lo que cada uno se dice a sí mismo sobre el examen, para esto se puede mencionar los siguientes pensamientos según los personajes: Lucía piensa: "He estado practicando mucho. Puedo hacerlo bien"; Diego piensa: "No estudié suficiente. Probablemente voy a reprobar"; Sara piensa: "Esto no es justo. No nos avisaron con tiempo"

La activación previa nos permite introducir el concepto de descubrir el 'triángulo mágico' que explica cómo nuestros pensamientos, emociones y acciones están conectados.

### **DESARROLLO (32 minutos): "Explorando el triángulo mágico"**

#### **Materiales**

Hojas de trabajo con triángulos para completar, cartulina grande con triángulo permanente para referencia visual, tarjetas de situaciones, marcadores.

#### **Parte 1: Entendiendo el triángulo (12 minutos)**

Inicialmente, se dibujará un triángulo grande en donde en el vértice superior se escriba la situación, es decir lo que pasa, en el vértice inferior izquierdo se podrá consignar el pensamiento, es decir lo que me digo, en el vértice inferior derecho la emoción, que es aquello que siento, y finalmente, en el centro del triángulo ubicaremos la acción, aquello que hacemos.

Para esto se sugiere explicar cada componente con lenguaje apropiado como, por ejemplo: "La situación es lo que realmente pasa, el hecho. Por ejemplo: 'Mi compañero tomó mi borrador'", "El pensamiento es lo que me digo a mí mismo sobre eso. Por ejemplo: 'Lo hizo a propósito para molestarme' o 'Probablemente lo necesitaba y pensaba devolvérmelo'", "La emoción es lo que siento. Por ejemplo: enojo o comprensión" y "La acción es lo que hago. Por ejemplo: reclamarle con enojo o preguntarle amablemente cuándo me lo devolverá"

Este ejercicio nos permitirá enfatizar en que el mismo hecho puede tener diferentes resultados dependiendo de lo que pensamos, ya que nuestros pensamientos son muy poderosos

#### **Parte 2: Practicando el triángulo (20 minutos)**

Para practicar el triángulo previamente descrito se dividirá la clase en grupos de 4 estudiantes, cada grupo recibe 2-3 situaciones diferentes, para lo cual se proponen las siguientes situaciones:

Situación 1: "Levantas la mano en clase para responder una pregunta, pero la profesora le da la palabra a otro compañero"

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 131**

Situación 2: "Tus papás te dicen que no puedes ir a una salida que querías mucho"

Situación 3: "Un compañero te hace una crítica sobre tu trabajo en grupo"

Situación 4: "Te equivocas al leer en voz alta frente a la clase"

Situación 5: "Tu mejor amigo está jugando con otros niños en el recreo y no te ve cuando llegas"

Posteriormente cada grupo debe completar dos triángulos diferentes para la misma situación, mostrando dos posibles pensamientos y sus correspondientes emociones y acciones, identificar cuál interpretación es más útil/constructiva, una vez realizado este ejercicio, se realizarán presentaciones grupales, 2-3 minutos por grupo, en donde cada grupo comparte una de sus situaciones y cómo diferentes pensamientos generaron diferentes resultados. Después de cada presentación es importante validar sus respuestas.

### **Componente empático**

Después de las presentaciones, se abrirá paso a reflexionar con la siguiente pregunta: "¿Qué nos enseña esto sobre cuando vemos a alguien actuar de una manera que no entendemos?"

### **REFLEXIÓN (8 minutos): "El poder de los pensamientos"**

#### **Procedimiento**

Para iniciar una reflexión guiada se proponen las siguientes preguntas guía: "¿Qué descubrieron sobre cómo están conectados los pensamientos, emociones y acciones?", "¿Les sorprendió descubrir que podemos tener diferentes pensamientos sobre la misma situación?", "¿Por qué creen que es importante conocer nuestros propios pensamientos?"

Posteriormente a la resolución de estas preguntas, se introducirá el concepto de pensamientos automáticos, estos son tan rápidos que ni siquiera nos damos cuenta de que los tuvimos, por lo que, parte de ser un buen detective emocional es aprender a 'atrapar' esos pensamientos automáticos y examinarlos.

Mientras se desarrolla el concepto, se deberá mencionar que, si bien no podemos controlar completamente lo que sentimos, sí podemos aprender a observar y a veces modificar lo que pensamos, ya que cuando cambiamos nuestros pensamientos, nuestras emociones y acciones también pueden cambiar, sin embargo, esto NO significa que si pensamos 'positivo' nunca nos

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 132**

sentiremos mal, las emociones difíciles son normales y necesarias, pero sí significa que tenemos más influencia de la que creíamos sobre cómo nos sentimos".

Respecto al abordaje del componente empático se sugiere plantear la siguiente pregunta a los estudiantes y analizar sus respuestas "¿Cómo nos ayuda entender el triángulo mágico a ser más comprensivos con los demás?"

### **CIERRE (2 minutos): "Observador de pensamientos"**

#### **Procedimiento**

Se plantea a los estudiantes un desafío para la semana: "Intenten 'atrapar' sus pensamientos automáticos al menos una vez al día. Cuando sientan una emoción fuerte, pregúntense: '¿Qué me estoy diciendo a mí mismo sobre esta situación?'". Es importante recordarles a los estudiantes que el triángulo mágico no solo les ayuda a entenderse mejor, sino también les ayuda a entender mejor a los demás, para cerrar la sesión se propone la siguiente frase "Mis pensamientos influyen en mis emociones, pero yo puedo observar mis pensamientos con curiosidad".

#### **Tarea reflexiva**

Identificar una situación donde sintieron una emoción intensa y completar un triángulo mágico sobre esa experiencia, identificando específicamente qué pensamiento tuvieron.

## **SESIÓN 6: MI MAPA PERSONAL**

### **Objetivo general**

Identificar desencadenantes personales de desregulación emocional.

### **Objetivos específicos de la sesión**

Reconocer fortalezas socioemocionales personales.

Comprender que todas las personas tienen tanto fortalezas como áreas para desarrollar.

Fortalecer capacidad de reflexión e introspección.

### **Descripción conceptual**

El autoconocimiento integral requiere no solo la identificación de estados emocionales momentáneos, sino también el reconocimiento de patrones más estables en las propias capacidades, fortalezas y áreas que requieren desarrollo. Sin embargo, este proceso puede verse

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 133**

obstaculizado por dos extremos problemáticos: la autocrítica excesiva que enfatiza únicamente deficiencias, o la falta de reconocimiento realista de áreas donde el crecimiento es necesario.

### **Temáticas de abordaje**

Concepto de fortalezas socioemocionales.

Diferencia entre "debilidad" y "área de crecimiento".

Apreciación de fortalezas en uno mismo y en otros.

Universalidad de fortalezas y desafíos.

### **Actividades**

#### **ACTIVACIÓN (9 minutos): "Todos brillamos de maneras diferentes"**

##### **Materiales**

Imágenes de diferentes superhéroes o personajes conocidos (pueden ser de películas, libros infantiles apropiados), tablero.

##### **Procedimiento**

Inicialmente se mostrarán 4-5 personajes conocidos y preguntar: "¿Cuál es la fortaleza de cada uno?" Por ejemplo: Superman (fuerza física), Mujer maravilla (valentía y compasión), Spider-Man (ingenio y responsabilidad), Hermione Granger (inteligencia y lealtad). De manera seguida se reflexionará con las preguntas "¿Alguno de estos personajes es bueno en todo?" "¿Estos personajes también cometen errores o tienen cosas en las que no son perfectos?".

Lo anterior nos permite conectar con la experiencia personal, de que, así como estos personajes, cada uno de nosotros tiene fortalezas especiales—cosas en las que somos buenos—y también áreas donde todavía estamos creciendo y aprendiendo.

Posteriormente, se introducirá el concepto clave de 'mapa personal', donde se identificarán las fortalezas socioemocionales y también áreas donde podemos seguir creciendo.

Como sugerencia, se propone establecer un acuerdo de grupo, el cual, consta en que mientras realicen las actividades todos serán amables consigo mismos y con los otros, evitando usar palabras duras como 'soy malo en....' sino que vamos a decir 'estoy aprendiendo a....' o 'puedo mejorar en....'.

#### **DESARROLLO (33 minutos): "Construyendo mi mapa personal"**

##### **Materiales**

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 134**

Hoja grande de trabajo "Mi mapa personal" (formato de dos columnas), lápices de colores, lista de posibles fortalezas socioemocionales.

**Parte 1: Explorando fortalezas socioemocionales (16 minutos)**

Para esta primera parte, presentaremos una lista de fortalezas socioemocionales apropiadas para la edad, se sugieren las siguientes:

---

<b>Fortalezas socioemocionales</b>	
Soy bueno reconociendo mis emociones	Comparto con facilidad
Puedo calmarme cuando atravieso una emoción	Puedo reconocer cuando he herido a alguien
Escucho atentamente a los demás	Pido ayuda cuando la necesito
Soy amable con los compañeros	Puedo disculparme cuando me equivoco
Intento resolver conflictos hablando	Soy persistente cuando algo es difícil
Puedo expresar mis emociones con palabras	Respeto las diferencias de los demás
Trabajo bien en equipo	Soy honesto, incluso cuando es difícil

---

**Actividad "Mis Tres Estrellas"**

Para esta parte de la actividad, cada estudiante identificará 3 fortalezas socioemocionales en las que se considera particularmente bueno. Para cada fortaleza elegida, deben escribir o dibujar un ejemplo concreto: "Soy bueno en \_\_\_\_\_. Un ejemplo de esto fue cuando \_\_\_\_\_"

Posteriormente se formarán parejas, en donde cada estudiante compartirá una de sus fortalezas con su compañero, de manera seguida, el compañero responderá validando y, si es posible, agregando otro ejemplo donde observó esa fortaleza, como por ejemplo "Es cierto que eres bueno en \_\_\_\_\_. También noté que cuando \_\_\_\_\_, demostraste esa fortaleza"

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 135**

### **Parte 2: Identificando áreas de crecimiento (17 minutos)**

En este apartado introduciremos el concepto de mentalidad de crecimiento, explicando que hay dos formas de pensar sobre nuestras habilidades, una se llama 'mentalidad fija' que dice 'soy malo en esto y nunca voy a mejorar'. Otra se llama 'mentalidad de crecimiento' que dice 'todavía no soy bueno en esto, pero puedo mejorar con práctica y esfuerzo'.

Para la apropiación del concepto, se explicarán nuevas formas de transformar el lenguaje como, por ejemplo:

"Soy malo controlando mi enojo" → "Estoy aprendiendo a manejar mi enojo"

"No puedo trabajar en equipo" → "Puedo mejorar en mi trabajo en equipo"

"Nunca pido perdón" → "Estoy practicando disculparme cuando me equivoco"

### **Actividad "Mis oportunidades de crecimiento"**

Cada estudiante identificará 2-3 áreas socioemocionales donde quiere crecer o mejorar y mediante el uso del lenguaje de mentalidad de crecimiento, se completarán las siguientes frases:

"Quiero mejorar en: \_\_\_\_\_"

"Una forma en que puedo practicar esto es: \_\_\_\_\_"

"Alguien que podría ayudarme es: \_\_\_\_\_"

Una vez realizado el trabajo individual, se dará paso a la formación de nuevas parejas de trabajo para compartir un área de crecimiento, en donde el compañero ofrecerá ánimo y validación de las situaciones.

### **Componente empático**

Para fortalecer el componente empático se sugiere realizar una reflexión grupal breve con la pregunta: ¿Qué sintieron cuando su compañero validó su área de crecimiento en lugar de juzgarlos?, ¿Cómo podemos ser ese tipo de compañeros de apoyo unos para otros? En este apartado es importante reforzar el concepto clave de que todos, absolutamente todos tenemos fortalezas y áreas de aprendizaje, cuando reconocemos esto en nosotros y en los demás, podemos ser más comprensivos y pacientes.

### **REFLEXIÓN (7 minutos): "Integración y celebración"**

#### **Procedimiento**

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 136**

Finalmente, se realizará una reflexión individual silenciosa en donde se les indicará a los estudiantes mirar su mapa completo y observar tanto sus fortalezas como sus áreas de crecimiento, haciendo énfasis en que este es su mapa personal único.

Este momento puede acompañarse con preguntas de reflexión oral como: ¿Qué fue más fácil: identificar fortalezas o identificar áreas de crecimiento? ¿Por qué?; ¿Alguien descubrió una fortaleza en sí mismo que no había reconocido antes?; ¿Cómo se sintieron al usar lenguaje de crecimiento en lugar de lenguaje crítico?"

Se propone abrir un espacio de validación colectiva al invitar a 3-4 voluntarios a compartir una fortaleza de la que se sienten orgullosos. Es importante mencionar como concepto integrador el hecho de que cada mapa personal no es algo fijo, ya que mientras crecen y practican, las fortalezas harán más fuertes y las áreas donde están aprendiendo pueden convertirse en futuras fortalezas, puesto que el autoconocimiento es justamente eso, conocerse tal como son ahora, con aprecio por lo que ya saben hacer y con paciencia para lo que están aprendiendo.

### **CIERRE (2 minutos): "Guardián de mi mapa"**

#### **Procedimiento**

A modo de cierre, los estudiantes guardan su "Mapa Personal" en un lugar seguro ya sea carpeta o cuaderno, se generará un compromiso el cual consta en que, durante las próximas semanas, los estudiantes buscarán espacios de oportunidades para practicar las áreas de crecimiento siendo así más comprensivos consigo mismos y su otredad.

Como recordatorio final se les mencionará que el tener áreas donde aún están aprendiendo no los hace menos valiosos, los hace humanos, y reconocer sus fortalezas no es presumir, es conocerse con honestidad.

#### **Tarea reflexiva**

Durante la semana, identificar un momento donde usaron una de sus fortalezas socioemocionales y un momento donde practicaron conscientemente en un área de crecimiento. Anotar ambos ejemplos para compartir en la siguiente sesión.

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 137**

### **MÓDULO 3: MOTIVACIÓN**

La motivación es la fuerza que impulsa, dirige y sostiene el comportamiento hacia el logro de metas. La motivación intrínseca surge del interés genuino, la curiosidad y el disfrute de la actividad misma, mientras que la extrínseca se basa en recompensas o consecuencias externas. La motivación intrínseca está asociada con mayor persistencia, creatividad, aprendizaje profundo y bienestar. Implica encontrar significado personal en las tareas, desarrollar mentalidad de crecimiento y mantener el compromiso incluso ante desafíos o actividades que requieren práctica sostenida.

#### **Objetivo general**

Cultivar la motivación intrínseca mediante estrategias de mentalidad de crecimiento, conexión con intereses personales y reconocimiento del valor del esfuerzo, estableciendo metas significativas y persistencia ante desafíos.

#### **Objetivos específicos**

Comprender la diferencia entre motivación intrínseca y extrínseca, identificando fuentes personales de motivación.

Desarrollar mentalidad de crecimiento mediante la comprensión de que las capacidades se desarrollan con esfuerzo y práctica.

Reconocer el valor del esfuerzo, la práctica y la persistencia en el desarrollo de competencias.

Desarrollar estrategias para mantener la motivación ante actividades rutinarias o desafiantes.

Practicar la celebración empática de los esfuerzos y logros de compañeros, reconociendo que cada persona tiene su propio camino de aprendizaje.

#### **Justificación**

Desde el análisis de esta categoría, se encuentra que el 50% de los estudiantes presenta niveles bajos de motivación, lo que podría indicar que la mayoría del grupo experimenta dificultades para sostener el interés y el compromiso en tareas que carecen de novedad o variación, logrando interferir posiblemente en el desempeño académico y la capacidad de completar procesos de aprendizaje que requieren práctica sistemática.

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 138**

Por otra parte, respecto a la motivación extrínseca, los resultados demuestran que, no existe un patrón claro de dependencia de la motivación extrínseca en el grupo, si esta puede ser útil en ciertas circunstancias, una dependencia excesiva de recompensas externas puede limitar el desarrollo de la motivación intrínseca y la autorregulación del aprendizaje.

Finalmente, la dispersión en la dependencia de motivación extrínseca indica necesidad de equilibrio, que puede lograrse bajo la motivación intrínseca ya que es fundamental para el aprendizaje significativo, la autorregulación y el desarrollo de la curiosidad intelectual, además de brindar herramientas para afrontar la frustración y el abandono ante dificultades académicas.

### **SESIÓN 7: ¿QUÉ ME MUEVE?**

#### **Objetivo general**

Comprender la diferencia entre motivación intrínseca y extrínseca, identificando fuentes personales de motivación.

#### **Objetivos específicos de la sesión**

Diferenciar entre hacer algo porque me gusta/interesa vs. hacerlo solo por una recompensa externa.

Identificar actividades que realizo por motivación intrínseca y actividades que realizo por motivación extrínseca.

Reconocer que ambos tipos de motivación son válidos, pero que la motivación intrínseca genera mayor satisfacción y persistencia.

Desarrollar comprensión empática de que cada persona se motiva por cosas diferentes.

#### **Descripción conceptual**

La teoría de la autodeterminación propuesta por Deci y Ryan (2000) distingue entre motivación intrínseca—aquella que surge del interés inherente, la curiosidad y el disfrute de la actividad misma—y motivación extrínseca—aquella impulsada por recompensas externas o para evitar consecuencias negativas. Esta distinción resulta fundamental para comprender la calidad del compromiso estudiantil con el aprendizaje.

#### **Temáticas de abordaje**

Concepto de motivación como "lo que nos mueve a hacer cosas"

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 139**

Motivación intrínseca: interés, disfrute, curiosidad

Motivación extrínseca: recompensas, premios, evitar consecuencias

Identificación de fuentes personales de motivación

Conexión entre intereses personales y aprendizaje

Validez de ambos tipos de motivación en diferentes contextos

Diversidad en lo que motiva a diferentes personas

**Actividades**

**ACTIVACIÓN (9 minutos): "El motor que me impulsa"**

**Materiales**

Dos carteles grandes (uno con imagen de motor interno, otro con imagen de recompensa externa tipo medalla o estrella), tarjetas con actividades.

**Procedimiento**

Se mostrarán dos carteles y se explicará la metáfora: "Imaginen que dentro de ustedes hay un motor que los impulsa a hacer cosas. A veces ese motor se enciende porque algo les gusta mucho o les da curiosidad (motivación interna). Otras veces el motor se enciende porque van a recibir algo a cambio o porque alguien les pide que lo hagan (motivación externa)". De manera seguida, se les presentarán tarjetas con actividades variadas y se les indicará a los estudiantes que identifiquen hacia qué cartel pertenece cada una:

---

**Actividades descritas en tarjetas**

---

"Jugar mi videojuego favorito"

"Hacer la tarea de matemáticas para que no me regañen"

"Leer un libro sobre dinosaurios porque me fascinan"

"Ordenar mi cuarto porque me prometen helado"

"Dibujar porque me relaja y me gusta"

"Estudiar para sacar buena nota y que mis papás me den un premio"

"Ayudar a un amigo porque me importa"

"Participar en clase para ganar puntos"

---

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 140**

Después de que cada estudiante clasifique las actividades será importante no solo validar sus respuestas, sino explicar porque se considera con dicha motivación. Como reflexión inicial se propone la siguiente pregunta guía: "¿Notaron que algunas actividades pueden tener ambos tipos de motivación? Por ejemplo, puedo estudiar porque me interesa el tema y porque quiero sacar buena nota. Ambas motivaciones son válidas".

Posteriormente a las respuestas, se propone la siguiente pregunta provocadora: "¿Cuál creen que nos hace sentir más satisfechos a largo plazo: hacer cosas porque nos gustan o solo por recibir premios?"

### **DESARROLLO (32 minutos): "Investigando mi propia motivación"**

#### **Materiales**

Hoja de trabajo "Mi Inventario de Motivación", lápices de colores, post-its de dos colores diferentes.

#### **Parte 1: Mi inventario personal (15 minutos)**

Inicialmente se entregará una hoja de trabajo dividida en las siguientes secciones:

##### **MI INVENTARIO DE MOTIVACIÓN**

##### **COSAS QUE HAGO PORQUE ME GUSTAN REALMENTE**

(Motivación Interna):

1. \_\_\_\_\_  
¿Por qué me gusta? \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_  
¿Por qué me gusta? \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_  
¿Por qué me gusta? \_\_\_\_\_

##### **COSAS QUE HAGO PRINCIPALMENTE POR PREMIOS O PORQUE DEBO**

(Motivación Externa):

1. \_\_\_\_\_  
¿Qué premio/consecuencia? \_\_\_\_\_

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 141**

2. \_\_\_\_\_

¿Qué premio/consecuencia? \_\_\_\_\_

**COSAS QUE NO ME GUSTABAN ANTES PERO AHORA SÍ:**

1. \_\_\_\_\_

¿Qué cambió? \_\_\_\_\_

**MIS INTERESES Y PASIONES:**

Las cosas que más me interesan en el mundo son:

\_\_\_\_\_

Para esta actividad, los estudiantes deberán trabajar individualmente durante 10 minutos completando su inventario, mientras los estudiantes la están diligenciando. Se sugiere circular por el salón haciendo preguntas provocadoras que profundicen la reflexión como, por ejemplo: "¿Qué es específicamente lo que te gusta de esa actividad?", "¿Te has preguntado por qué te interesa tanto ese tema?", "¿Hay algo de lo que haces en el colegio que se conecte con tus intereses?".

**Parte 2: Conexiones y descubrimientos (17 minutos)**

Se formarán grupos de 4 estudiantes para compartir una parte de su inventario, cada grupo tendrá una tarea específica: Identificar al menos 3 "conexiones" entre los intereses personales de los integrantes y algo que se aprenda en el colegio como, por ejemplo:

"A María le gustan los dinosaurios → eso se conecta con ciencias naturales y con la historia de la Tierra"

"A Juan le gusta cocinar → eso se conecta con matemáticas (medidas), ciencias (cambios en la materia) y seguir instrucciones"

"A Sofía le encanta dibujar → eso se conecta con arte, pero también con geometría y expresar ideas"

Posteriormente, los grupos compartirán sus descubrimientos más interesantes con toda la clase y se dará paso a la reflexión colectiva con la pregunta "¿Se sorprendieron al descubrir que sus intereses personales tienen conexión con lo que aprenden en el colegio?".

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 142**

### **Componente empático**

Para el desarrollo del componente empático, se propone realizar la actividad denominada "Celebrando Nuestras Diferencias", esta parte de una pregunta inicial la cual puede ser: "¿Notaron que todos se motivan por cosas diferentes?" Seguida de "¿Hay algo que a un compañero le encanta, pero a ustedes no les interesa tanto? ¿Y viceversa?"

De esta manera abordaremos también el concepto clave, en donde reconocemos que todos tenemos motivaciones diferentes, ya que lo que moviliza a una persona puede no mover a otra, y eso está perfectamente bien. No hay intereses correctos o incorrectos.

Como actividad extra se sugiere crear en el tablero un "Mapa de Intereses del Salón" donde se agrupan los intereses diversos del grupo y de esta manera celebrar la diversidad.

### **REFLEXIÓN (7 minutos): "El poder de la motivación interna"**

#### **Procedimiento**

Finalmente, se compartirá con los estudiantes un hallazgo de investigación sobre el tema: "Los científicos que estudian cómo aprendemos descubrieron algo interesante: cuando hacemos cosas porque realmente nos gustan, nuestro cerebro aprende mejor y más profundo. También nos sentimos más felices y seguimos intentando incluso cuando es difícil" para proponer algunas preguntas reflexivas como: "¿Alguna vez han estado tan concentrados en algo que les gusta que perdieron la noción del tiempo?", "¿Qué diferencia hay en cómo se sienten cuando hacen algo que les apasiona vs. cuando hacen algo solo porque 'toca'?".

Se utilizan sus respuestas para hacer énfasis en que la motivación externa no es mala, pues a veces es necesario tener un empujón extra. Sin embargo, lo ideal es tratar de encontrar lo interesante, lo desafiante o lo disfrutable incluso en las cosas que al principio no nos llaman la atención. Eso se llama cultivar nuestra motivación interna y una forma de hacer esto es preguntarnos a nosotros mismos "¿Qué puedo aprender de esto que me sirva para mis intereses?" o "¿Cómo puedo hacer esto más interesante para mí?".

### **CIERRE (2 minutos): "Mi desafío de motivación"**

#### **Procedimiento**

A modo de cierre, se propone a los estudiantes realizar un desafío para la semana, en donde ellos elegirán una actividad escolar que usualmente hacen solo 'porque toca'. Esta semana,

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 143**

intentarán encontrar al menos una cosa interesante o útil sobre esa actividad, de esta manera podrán buscar una conexión con algo que les guste.

Como recordatorio empático a los estudiantes, se les retroalimentará que cada persona encuentra interesantes cosas diferentes, por lo tanto, deberán respetar y celebrar lo que motiva a sus compañeros, incluso si a ellos no les motiva lo mismo.

Como frase para llevar, se resalta la siguiente a continuación: "La motivación más poderosa viene de adentro: de mi curiosidad, mi interés y mi deseo de aprender y crecer".

### **Tarea reflexiva**

Identificar un momento durante la semana donde sintieron motivación interna (hicieron algo porque realmente querían, no por premio ni obligación) y reflexionar sobre cómo se sintieron durante y después de esa actividad.

## **SESIÓN 8: EL CEREBRO QUE CRECE**

### **Objetivo general**

Desarrollar mentalidad de crecimiento mediante la comprensión de que las capacidades se desarrollan con esfuerzo y práctica.

### **Objetivos específicos de la sesión**

Diferenciar entre mentalidad fija ("no puedo", "no soy bueno en esto") y mentalidad de crecimiento ("todavía no puedo, pero puedo aprender").

Reconocer el valor del esfuerzo y la práctica como caminos hacia el desarrollo de competencias.

Transformar la percepción de los errores de "fracasos" a "oportunidades de aprendizaje".

Desarrollar mayor persistencia ante tareas desafiantes.

Practicar lenguaje de crecimiento y validación empática del esfuerzo de compañeros.

### **Descripción conceptual**

La teoría de la mentalidad de crecimiento, desarrollada por Carol Dweck (2006), sostiene que la creencia sobre la naturaleza de la inteligencia y las capacidades influye significativamente en la motivación, el esfuerzo y el desempeño. Individuos con mentalidad fija creen que las capacidades son rasgos estáticos ("o se nace con talento o no"), mientras que aquellos con

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 144**

mentalidad de crecimiento entienden que las capacidades se desarrollan mediante dedicación y esfuerzo.

### **Temáticas de abordaje**

Mentalidad fija vs. mentalidad de crecimiento

Transformación del lenguaje interno ("no puedo" → "todavía no puedo")

Valor del esfuerzo, la práctica deliberada y la persistencia

Errores como oportunidades de aprendizaje

Proceso vs. resultado

Celebración del esfuerzo propio y ajeno

### **Actividades**

#### **ACTIVACIÓN (10 minutos): "Lo que no podías hacer antes"**

##### **Materiales**

Línea de tiempo grande en cartulina, *post-its*, imágenes de bebés y niños pequeños.

##### **Procedimiento**

De manera inicial, se les mostrará a los estudiantes imágenes de bebés y se les preguntará: "¿Qué cosas no podían hacer cuando eran bebés que ahora sí pueden hacer?" (caminar, hablar, leer, escribir, vestirse solos, etc.). Entre todos escriben en el tablero una lista de al menos 10 habilidades que han desarrollado desde que nacieron. Se guiará la actividad haciéndoles preguntas como: "¿Cómo aprendieron a hacer todas estas cosas?", "¿Alguno de ustedes nació sabiendo leer?" "¿O nació sabiendo andar en bicicleta?".

Después de sus respuestas, se les mostrará una imagen de neuronas conectándose para introducir el tema de que cuando aprenden algo nuevo, las células de su cerebro, llamadas neuronas, crean nuevos caminos; entre más practican, más fuertes se vuelven esos caminos.

#### **DESARROLLO (32 minutos): "Entrenando mi cerebro"**

##### **Materiales**

Carteles con frases de mentalidad fija y de crecimiento, hojas de trabajo "Mi Historia de crecimiento", materiales para actividad práctica de persistencia (opcional: rompecabezas, origami simple, juego de coordinación).

#### **Parte 1: Fijo vs. Crecimiento - Transformando el lenguaje (12 minutos)**

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 145**

Para esta primera parte, se darán a conocer las siguientes significaciones y contrastes entre los dos tipos de pensamiento:

<b>Mentalidad fija (cerebro estático)</b>	<b>Mentalidad de crecimiento (cerebro que crece)</b>
"No puedo hacer esto"	"Todavía no puedo hacer esto, pero estoy aprendiendo"
"Soy malo en matemáticas"	"Las matemáticas son desafiantes para mí, pero puedo mejorar con práctica"
"Los demás son más inteligentes que yo"	"Cada persona tiene su propio ritmo de aprendizaje"
"Si no me sale bien a la primera, mejor no lo intento"	"Los primeros intentos son parte del proceso"
"Los errores significan que soy tonto"	"Los errores me muestran qué necesito practicar más"

Una vez explicados los conceptos, proseguiremos a la actividad de transformación, para esta se presentarán 5-6 frases de mentalidad fija y se les pedirá a los estudiantes que las transformen en frases de mentalidad de crecimiento como, por ejemplo:

"Esto es muy difícil" → "Esto es desafiante, pero puedo pedir ayuda y seguir intentando"

"Me rindo" → "Voy a intentar una estrategia diferente"

"Nunca voy a ser bueno en esto" → "Con práctica voy a mejorar"

"Ya lo intenté una vez y no pude" → "Cada intento me acerca más a lograrlo"

Posterior a la realización de la actividad, se dará paso a la introducción de la palabra mágica: "todavía", esta nos permite transformar el lenguaje desde una mentalidad fija a una de crecimiento, por lo cual se los explicará la transformación de estas usando las siguientes expresiones:

"No entiendo esto" → "No entiendo esto todavía"

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 146**

"No puedo hacerlo" → "No puedo hacerlo todavía"

**Parte 2: Mi historia de crecimiento personal (10 minutos)**

Para la siguiente parte de la actividad, a cada estudiante se le brindará la siguiente hoja de trabajo la cual será diligenciada de manera individual:

**MI HISTORIA DE CRECIMIENTO**

Algo que antes no sabía hacer y ahora sí:

---

Al principio era difícil porque:

---

Lo que hice para mejorar (práctica, ayuda, estrategias):

---

Cómo me siento ahora que lo logré:

---

Una cosa que todavía no sé hacer pero quiero aprender:

---

Mi plan para aprenderlo:

---

Posteriormente se brindará un espacio para compartir en parejas las diferentes historias de crecimiento, en donde cada estudiante se permite contar su historia de crecimiento a su compañero, quien valida el esfuerzo y el proceso.

**Parte 3: Experimentando la persistencia (10 minutos)**

En esta sección, se les propondrá a los estudiantes una actividad desafiante, pero logable en el tiempo establecido. Algunas de estas pueden ser: hacer un origami simple con varios pasos,

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 147**

resolver en grupo un rompecabezas de varias piezas, ganar en un juego de coordinación o escribir un texto con la mano no dominante.

Se les dará instrucciones mínimas y no se les ayudará a realizarlo, pero se les validará su proceso mediante frases como: "Noto que siguen intentando incluso cuando es difícil. Eso es mentalidad de crecimiento", "¿Ven cómo cada intento es un poquito mejor que el anterior?", "Los errores les están mostrando qué ajustar". Una vez el tiempo este próximo a terminarse, se les harán preguntas reflexivas para responder: "¿Cómo se sintieron al inicio?", "¿Notaron mejora mientras practicaban?", "¿Qué habrían hecho si tuvieran mentalidad fija? ¿Y con mentalidad de crecimiento?".

### **Componente empático**

Conforme el componente empático, se generarán preguntas orientadoras que permitan registrar pensamientos, percepciones y expresiones por medio de la observación grupal, por lo que se sugieren las siguientes preguntas: "¿Notaron que algunos compañeros lo lograron más rápido y otros necesitaron más intentos? ¿Eso hace que alguien sea 'mejor' o 'peor'?". Finalmente se retroalimentará conforme la diversidad y su influencia en el desarrollo de las actividades.

### **REFLEXIÓN (8 minutos): "El poder del 'todavía'"**

#### **Procedimiento**

En un espacio de reflexión guiada con los estudiantes se ahondará en lo aprendido en la sesión de hoy respecto a las funciones del aprendizaje, el cambio de perspectiva desde una mentalidad fija y de crecimiento y finalmente su importancia en la práctica en su día a día.

Como concepto clave, se resaltarán que el cerebro está diseñado para aprender y crecer, cada vez que se enfrenta a un desafío y se persiste, están reestructurando sus creencias y por ende su cerebro, ya que los errores no son fracasos, sino parte necesaria del crecimiento.

Es esencial generar espacios de validación de procesos diversos, mencionando el hecho de que algunas personas aprenderán más rápido en unas cosas y más lento en otras, eso no hace que alguien sea más o menos inteligente, puesto que todos tenemos nuestro propio ritmo y nuestras propias fortalezas.

Como pregunta reflexiva a los estudiantes se sugiere: "¿Cómo podemos apoyarnos unos a otros para mantener mentalidad de crecimiento?"

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 148**

### **CIERRE (2 minutos): "Mi compromiso de crecimiento"**

Para dar un cierre a la sesión, cada estudiante completará en silencio la siguiente frase: "Esta semana voy a practicar mi mentalidad de crecimiento cuando \_\_\_\_\_ [situación que usualmente les frustra]". Se dará el espacio para que 3 o 4 voluntarios compartan su compromiso con el resto de la clase y se les animará a cumplirlo.

Como frase para llevar, se resalta la siguiente a continuación: "Su cerebro es increíble. Puede crecer y cambiar durante toda su vida. Nunca es demasiado tarde para aprender algo nuevo, y nunca son demasiado 'malos' en algo como para no poder mejorar".

### **Tarea práctica**

Durante la semana, identificar un momento donde quisieron rendirse, pero aplicaron mentalidad de crecimiento y persistieron. Anotar qué frase de crecimiento se dijeron a sí mismos y qué resultado obtuvieron.

## **SESIÓN 9: MIS METAS, MI CAMINO**

### **Objetivo general**

Establecer metas personales significativas, desarrollando estrategias para mantener la motivación durante el proceso y celebrando tanto los esfuerzos como los logros propios y ajenos.

### **Objetivos específicos de la sesión**

Comprender qué hace que una meta sea significativa y alcanzable.

Establecer al menos una meta personal específica y medible en el ámbito socioemocional o académico.

Identificar pasos concretos para alcanzar la meta establecida.

Desarrollar estrategias para mantener la motivación durante el proceso de logro.

Practicar la celebración empática de las metas y esfuerzos de los compañeros.

Reconocer que cada persona tiene metas diferentes y ritmos diferentes de progreso.

### **Descripción conceptual**

El establecimiento de metas constituye un componente fundamental de la autorregulación y la motivación sostenida. Sin embargo, no todas las metas generan el mismo nivel de compromiso y persistencia. La investigación en psicología motivacional distingue entre metas

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 149**

efectivas, aquellas que son específicas, medibles, alcanzables, relevantes y temporalmente definidas y metas vagas o poco realistas que frecuentemente resultan en frustración y desmotivación.

### **Temáticas de abordaje**

- Concepto de meta personal y su importancia
- Características de metas efectivas (específicas, alcanzables, significativas)
- Diferencia entre metas a corto, mediano y largo plazo
- Desglose de metas en pasos manejables
- Estrategias para mantener motivación durante el proceso
- Manejo de obstáculos y ajuste de planes
- Celebración del proceso, no solo del resultado
- Respeto y apoyo a las metas diversas de los compañeros

### **Actividades**

#### **ACTIVACIÓN (9 minutos): "El viaje del héroe"**

#### **Materiales**

Imagen o historia breve de un viaje con inicio, desafíos y meta alcanzada (puede ser un cuento conocido como El mago de Oz).

#### **Procedimiento**

Se inicia la sesión contándoles a los estudiantes brevemente una historia de viaje hacia una meta, resaltando el inicio, los desafíos, las soluciones y la meta alcanzada. Por ejemplo: en el Mago de Oz, Dorothy quiere volver a casa y para lograrlo debe seguir el camino de baldosas amarillas. Al enfrentar obstáculos, encuentra ayuda del hombre de hojalata, el espantapájaros y el león cobarde. Al final, alcanza su meta.

Entre todos, identificarán elementos del viaje realizado mediante preguntas como ¿Qué quería lograr el personaje?, ¿Sabía exactamente cómo llegar?, ¿Fue fácil?, ¿Se rindió?, ¿Tuvo ayuda? Se conectará la historia con su experiencia personal diciéndoles que todos son como héroes de su propia historia. Tienen metas, cosas que quieren lograr y pueden crear su propio camino para alcanzarlas.

## Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 150

Se presenta la pregunta reflexiva: "¿Cuál es una meta que tienen actualmente? Puede ser algo escolar, algo socioemocional (como aprender a controlar mejor el enojo), algo deportivo, o cualquier cosa importante para ustedes" y se introduce la actividad a realizar: "Hoy vamos a aprender a crear un 'mapa de metas', un plan claro que los ayude a llegar donde quieren ir".

### DESARROLLO (33 minutos): "Creando mi mapa de metas"

#### Materiales

Hoja de trabajo "Mi mapa de metas", carteles con características de metas efectivas, lápices de colores, *post-its*.

#### Parte 1: ¿Qué hace que una meta sea buena? (10 minutos)

Para esta primera parte, se presentará un contraste entre metas vagas y metas claras:

Metas vagas, difíciles de lograr	Metas claras, más fáciles de lograr
"Quiero ser mejor estudiante"	"Quiero ser más feliz"
"Quiero ser bueno en deportes"	"Quiero usar mis herramientas de calma al menos 3 veces esta semana cuando me sienta muy frustrado"
"Quiero ser más feliz"	"Quiero aprender a hacer 10 dominadas seguidas en el parque para fin de bimestre"

Posteriormente al socializar las diferencias entre las metas, se explicará que las características de las metas claras son aquellas que son: *Específicas*, estas nos dicen exactamente qué quiero lograr; *alcanzables*, allí puedo saber si lo logré o no la meta establecida; *significativas*, es importante para mí, no solo para otros; y *medibles*, ya que tiene una fecha aproximada. Para reforzar estos conceptos se realizará una actividad práctica, en donde se presenten 4-5 metas vagas y luego se les pedirá a los estudiantes transformarlas en metas claras.

#### Parte 2: Creando mi meta personal (23 minutos)

Se les entregará a los estudiantes una hoja de trabajo denominada "Mi mapa de metas", esta será diligenciada de manera individual.

#### MI MAPA DE METAS

MI META PERSONAL:

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 151**

¿Qué quiero lograr exactamente?

\_\_\_\_\_

¿Por qué es importante para mí?

\_\_\_\_\_

¿Cómo sabré que lo logré?

\_\_\_\_\_

¿Cuándo quiero lograrlo?

\_\_\_\_\_

**LOS PASOS DE MI CAMINO:**

Paso 1: \_\_\_\_\_

Paso 2: \_\_\_\_\_

Paso 3: \_\_\_\_\_

Paso 4: \_\_\_\_\_

**OBSTÁCULOS QUE PODRÍA ENFRENTAR:**

1. \_\_\_\_\_

Mi plan si esto pasa: \_\_\_\_\_

**PERSONAS QUE PUEDEN AYUDARME:**

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

**MIS ESTRATEGIAS PARA MANTENERME MOTIVADO:**

Recordar por qué es importante para mí

Celebrar cada pequeño progreso

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 152**

- Pedir ayuda cuando la necesite
- Usar lenguaje de crecimiento
- Visualizar cómo me sentiré cuando lo logre
- Otra: \_\_\_\_\_

Mientras los estudiantes diligencian el formato, se propone al psicopedagogo el circular por el salón ofreciendo guía usando las siguientes preguntas "¿Tu meta es específica? ¿Puedes hacerla aún más clara?"; "¿Cómo podrías medir tu meta?".

Cuando los estudiantes hayan diligenciado los formatos, se les pedirá formar grupos de 3, en donde cada estudiante compartirá su meta y su mapa, mientras los compañeros escuchan, validan su meta y ofrecen una sugerencia constructiva de ser pertinente.

### **Componente empático**

Después de compartir sus aportes y como reflexión grupal, se hará énfasis en que todos tenemos metas diferentes, interesantes y válidas. Finalmente, se sugerirá como pregunta a los estudiantes el: "¿Cómo podemos apoyarnos unos a otros en nuestras metas?" Construir lista colectiva.

### **REFLEXIÓN (7 minutos): "El viaje es tan importante como el destino"**

#### **Procedimiento**

Entendiendo que el viaje es tan importante como el destino, el apartado de reflexión dará inicio con la pregunta: "¿Qué creen que es más importante: lograr la meta o lo que aprenden durante el proceso de intentar lograrla?" Una vez obtenidas las respuestas, se reforzará que lo más valioso no es lograr la meta, sino lo que desafiamos, superamos y aprendemos mientras lo intentamos, puesto que desarrollamos persistencia, aprendemos sobre nosotros mismos mientras descubrimos diferentes estrategias.

Como reflexión guiada se propone indagar en las sensaciones derivadas de la creación del mapa de metas y sus expectativas conforme su trabajo a desarrollar para lograr su nueva meta.

### **CIERRE (2 minutos): "El primer paso"**

#### **Procedimiento**

A modo de cierre, se retroalimentará que la motivación no es algo que simplemente aparece, sino que es algo que cultivamos mediante: (1) elegir metas que realmente nos importan,

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 153**

(2) dividir las en pasos manejables, (3) celebrar el progreso, y (4) ser amables con nosotros mismos cuando es difícil". Se les recordará a los estudiantes el guardar su Mapa de metas en un lugar donde puedan verlo cada semana, revisando su progreso y celebrando cada paso que dan.

### **Tarea práctica**

Como tarea práctica se les pedirá a los estudiantes que, durante la próxima semana, darán al menos los dos primeros pasos hacia su meta, para esto anotarán lo que hicieron y cómo se sintieron después de cada paso, teniendo la oportunidad de compartir posteriormente los progresos.

## **MÓDULO 4: HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES**

Las habilidades socioemocionales son capacidades aprendidas que nos permiten interactuar efectivamente con otros, comprender el impacto de nuestras acciones en el entorno social, comunicarnos asertivamente y construir relaciones positivas. Incluyen la identificación emocional, la autoconciencia, la motivación y la empatía. Estas competencias son fundamentales para el trabajo en equipo, la resolución pacífica de conflictos y el desarrollo de un clima de convivencia respetuoso.

### **Objetivo general**

Promover habilidades de comunicación asertiva y colaboración implementando actividades que fomenten la escucha activa, el diálogo constructivo, la negociación de acuerdos y la conciencia del impacto emocional en otros.

### **Objetivos específicos**

Desarrollar habilidades de comunicación asertiva diferenciando entre estilos pasivo, agresivo y asertivo.

Practicar la escucha activa mediante técnicas concretas de atención, parafraseo y validación.

Aplicar estrategias de negociación cooperativa para llegar a acuerdos que consideren las necesidades de todas las partes.

Reconocer el impacto emocional que las propias palabras y acciones tienen en los demás.

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 154**

Integrar todas las competencias socioemocionales desarrolladas en los módulos anteriores en situaciones interpersonales complejas.

### **Justificación**

En lo analizado, se observa una fortaleza en la expresión emocional que favorece relaciones interpersonales saludables; sin embargo, aún existe un pequeño grupo de estudiantes que no logra experimentar plenamente esta conexión positiva. Asimismo, se identifican limitaciones en el diálogo constructivo y la resolución pacífica de conflictos, lo que evidencia la necesidad de fomentar habilidades como la escucha activa y la argumentación respetuosa. Por otro lado, aunque parte del grupo demuestra disposición para reconocer sus limitaciones y pedir ayuda, aún hay estudiantes que muestran resistencia o desconocen la importancia de hacerlo, lo que puede afectar su bienestar emocional.

Finalmente, se detecta una falta de conciencia sobre el impacto emocional propio en los demás, lo que limita el desarrollo de la empatía y la responsabilidad social. Por ello, se recomienda trabajar en la comprensión de cómo las emociones individuales influyen en el clima grupal y en la convivencia escolar.

## **SESIÓN 10: COMUNICACIÓN QUE CONECTA**

### **Objetivo general**

Desarrollar habilidades de comunicación asertiva y escucha activa, diferenciando entre estilos de comunicación y practicando técnicas concretas.

### **Objetivos específicos de la sesión**

Diferenciar entre comunicación pasiva, agresiva y asertiva mediante ejemplos concretos.

Practicar la formulación de mensajes "Yo" para expresar necesidades sin culpar o atacar.

Aprender y aplicar técnicas de escucha activa: contacto visual, lenguaje corporal receptivo, parafraseo.

Reconocer barreras comunes a la escucha efectiva (interrumpir, juzgar, dar consejos prematuros).

Desarrollar comprensión empática mediante la práctica de "ponerse en los zapatos del otro".

# **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 155**

## **Descripción conceptual**

La comunicación asertiva se define como la capacidad de expresar pensamientos, sentimientos y necesidades de manera clara, directa y respetuosa, sin violar los derechos propios ni los ajenos (Bisquerra, 2009). Este estilo de comunicación se diferencia tanto de la comunicación pasiva—donde la persona sacrifica sus propias necesidades para evitar conflicto—como de la comunicación agresiva—donde se priorizan las propias necesidades sin considerar el impacto en otros.

La escucha activa, por su parte, constituye una habilidad fundamental que va más allá de simplemente oír las palabras del otro. Implica atención plena, suspensión del juicio, esfuerzo genuino por comprender la perspectiva y experiencia emocional del interlocutor, y validación de lo comunicado (Goleman, 2014). Para estudiantes de cuarto grado, estas habilidades pueden enseñarse mediante modelamiento explícito, práctica estructurada y retroalimentación inmediata.

## **Temáticas de abordaje**

Tres estilos de comunicación: pasivo, agresivo, asertivo

Características del lenguaje verbal y no verbal en cada estilo

Técnica de mensajes "Yo" vs. mensajes "Tú" acusatorios

Escucha activa: definición y componentes

Técnicas concretas: contacto visual, parafraseo, preguntas clarificadoras, validación

Barreras comunes a la escucha efectiva

Conexión entre comunicación efectiva y calidad de relaciones

## **Actividades**

**ACTIVACIÓN (10 minutos): "El teléfono roto de las emociones"**

## **Materiales**

Ninguno requerido.

## **Procedimiento**

Para realizar una activación motora y cognitiva, se jugará una versión adaptada del teléfono roto donde en lugar de susurrar una frase, el primer estudiante debe comunicar una emoción o necesidad específica al siguiente usando solo expresión facial y lenguaje corporal, por

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 156**

ejemplo: "Estoy frustrado porque nadie me escucha cuando hablo", este mensaje pasará por 5-6 estudiantes y el último deberá interpretar qué emoción y situación se estaba comunicando.

Posteriormente, se comparará el mensaje original con el mensaje final, que probablemente será muy diferente. A modo de reflexión, se realizará la siguiente pregunta "¿Por qué fue difícil comunicar el mensaje claramente?", para luego introducir el concepto de que la comunicación es una habilidad que podemos aprender y practicar, la cual en la sesión a desarrollar se descubrirá el cómo expresar lo que necesitamos de manera que otros puedan entendernos, y cómo escuchar de verdad cuando otros nos hablan.

**DESARROLLO (32 minutos): "Maestros de la comunicación"**

**Materiales**

Carteles con los tres estilos de comunicación, tarjetas con situaciones para *role-play*, hoja de trabajo "Transformando mi comunicación".

**Parte 1: Conociendo los tres estilos (12 minutos)**

Se presentará una misma situación comunicada en tres estilos diferentes

---

**Situación:** Un compañero te empujó accidentalmente y tu trabajo se cayó al suelo.

---

<b>Estilo PASIVO (Ratón)</b>	Lenguaje verbal	No dice nada, recoge su trabajo en silencio, o dice "No importa" aunque sí le importa
	Lenguaje corporal	cabeza agachada, voz muy baja, evita contacto visual
	Resultado	Se queda con el malestar, el otro no sabe que hubo un problema
	Lenguaje verbal	"¡Eres un torpe! ¡Siempre arruinas todo! ¡Mira lo que hiciste!"

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 157**

<b>Estilo AGRESIVO (León rugiendo):</b>	Lenguaje corporal	Voz alta, puños cerrados, invade espacio personal, contacto visual agresivo
	Resultado	El otro se pone a la defensiva, el conflicto escala
<b>Estilo ASERTIVO (Gente firme y respetuosa):</b>	Lenguaje verbal	"Siento que me empujaste y mi trabajo se cayó. Necesito que tengas más cuidado en el futuro"
	Lenguaje corporal	Postura erguida, voz clara y calmada, contacto visual respetuoso
	Resultado	Expresa la necesidad, el otro entiende el impacto, hay posibilidad de disculpa y solución

Estas situaciones se demostrarán mediante un *role-play* con el docente y un voluntario de cada estilo.

Para identificar las características de cada estilo, se diseñará y mostrará un cartel con las características de cada una de las formas de comunicación:

<b>PASIVO</b>	<b>AGRESIVO</b>	<b>ASERTIVO</b>
Calla sus necesidades	Impone sus necesidades	Expresa sus necesidades claramente
Evita conflicto	Crea conflicto	Busca soluciones
Se siente mal después	El otro se siente mal	Ambos son respetados
"Tú importas, yo no"	"Yo importo, tú no"	"Ambos importamos"

Para reforzar la práctica en la identificación de dichos estilos, se presentarán 4-5 frases breves y se les pedirá a los estudiantes el identificar el estilo de las mismas.

**Parte 2: Mensajes "Yo" vs. Mensajes "Tú" (10 minutos)**

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 158**

En esta parte, se les explicará a los estudiantes la diferencias entre mensajes “tú” y mensajes “yo”, haciendo énfasis en que los primeros tienden a atacar, mientras que los segundos expresan experiencia emocional. Se sugiere utilizar ejemplos como:

"Tú nunca me escuchas" → "Yo me siento ignorado cuando hablas mientras yo hablo"

"Tú siempre me interrumpes" → "Yo necesito terminar mi idea antes de escuchar la tuya"

Se les presentará la siguiente fórmula para que creen sus propios mensajes hablando desde su experiencia propia: "Yo me siento \_\_\_\_\_ cuando \_\_\_\_\_ porque \_\_\_\_\_. Lo que necesito es \_\_\_\_\_", a lo cual deberán realizar 5 mensajes acusatorios y, en parejas, pedir que los transformen en mensajes asertivos.

### **Parte 3: Practicando la escucha activa (10 minutos)**

Conforme la escucha activa, se introducirá el concepto de que la comunicación no es solo hablar claramente, es también escuchar activamente lo que significa poner atención total a la otra persona y tratar genuinamente de entender su punto de vista.

Para desarrollar una comunicación asertiva, será importante comprender los componentes de la misma, como lo es el contacto visual, el lenguaje corporal abierto, el no interrumpir, parafrasear, generar preguntas clarificadoras y, finalmente, y muy importante, el validar las emociones de la otra persona.

Par generar una demostración de escucha activa vs. escucha deficiente, se realizará un *role-play*: mediante la siguiente escena:

---

<b>Escena: Un estudiante le cuenta a otro sobre un problema que tuvo en casa.</b>	
<b>Escucha deficiente</b>	<b>Escucha activa</b>
Mira el celular mientras el otro habla	Mantiene contacto visual
Interrumpe con su propia historia	Asiente y usa expresiones que muestran atención
Minimiza: "Eso no es tan grave"	Parafrasea: "Entonces te sentiste... por..."
Da consejos inmediatamente sin preguntar	Valida: "Entiendo por qué eso te afectó"

---

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 159**

---

Para reforzar el concepto, se realizará una práctica en parejas, en donde un estudiante comparta algo que le haya generado molestia en esta semana, mientras que su compañero practica escucha activa usando al menos 3 de las técnicas aprendidas, posteriormente se realiza un cambio de roles, finalmente el moderador les preguntará a las parejas “¿Cómo se sintieron al ser escuchados activamente?”

### **Componente empático**

El componente empático de esta sesión se trabajará mediante la reflexión experiencial al compartir cómo se sintieron en la actividad cuando alguien realmente los escucha vs. cuando solo esperan su turno para hablar. Después de escucharlos se les validará recordándoles que cuando escuchamos activamente a alguien, le estamos demostrando que nos importa, que valoramos su experiencia y que queremos entenderlo. Eso fortalece las relaciones.

### **REFLEXIÓN (7 minutos): "El poder de ser escuchado"**

#### **Procedimiento**

Se hace la comparación entre la comunicación asertiva y un puente entre dos personas, enfatizando que el puente necesita 2 lados: (1) que cada uno pueda expresar claramente lo que piensa y siente de manera respetuosa, y (2) que puedan escuchar genuinamente lo que el otro piensa y siente. Cuando ambas partes hacen esto, los problemas se resuelven más fácilmente y las relaciones se fortalecen.

De manera seguida, los estudiantes responderán las preguntas propuestas: "¿Qué aprendieron hoy sobre comunicarse efectivamente?", "¿Cuál estilo de comunicación (pasivo, agresivo o asertivo) creen que usan más frecuentemente?", "¿Por qué creen que la escucha activa es importante para las relaciones?", "¿Fue difícil escuchar sin interrumpir? ¿Por qué?", introduciendo, posteriormente, la conexión con módulos anteriores: reconocimiento de nuestras emociones (módulo 1), entendimiento de nuestros pensamientos y necesidades (módulo 2), y mantenimiento de la motivación para practicar incluso cuando es difícil (módulo 3)".

### **CIERRE (2 minutos): "Mi compromiso de comunicación"**

#### **Procedimiento**

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 160**

A modo de cierre, cada estudiante elegirá un compromiso personal, por ejemplo: "Esta semana voy a practicar comunicación asertiva cuando..."; "Esta semana voy a practicar escucha activa con..." Finalmente, se les recordará a los estudiantes que la comunicación es una habilidad, esta se desarrolla de manera paulatina y con práctica.

### **Tarea práctica**

Identificar una conversación donde practicaron comunicación asertiva o escucha activa. Anotar: ¿Qué situación fue? ¿Qué técnica usaron? ¿Cómo resultó? ¿Cómo se sintieron?

## **SESIÓN 11: JUNTOS SOMOS MÁS**

### **Objetivo general**

Aplicar estrategias de negociación cooperativa para llegar a acuerdos que consideren las necesidades de todas las partes.

### **Objetivos específicos de la sesión**

- Comprender la diferencia entre competencia (ganar-perder) y colaboración (ganar-ganar).
- Practicar estrategias de negociación cooperativa para resolver conflictos de intereses.
- Reconocer y valorar las contribuciones diversas de diferentes miembros del grupo.
- Aplicar técnicas de toma de decisiones grupales que consideren todas las perspectivas.
- Desarrollar respuestas prosociales y de apoyo mutuo dentro de contextos colaborativos.

### **Descripción conceptual**

La perspectiva de resolución de conflictos cooperativa, fundamentada en la teoría de interdependencia positiva de Johnson y Johnson (1989), propone que cuando los individuos comprenden que sus metas están positivamente correlacionadas con las metas de otros, desarrollan naturalmente motivación para colaborar, apoyarse mutuamente y celebrar los éxitos colectivos. Esta sesión proporciona experiencias prácticas para desarrollar esta comprensión y las habilidades concretas necesarias.

### **Temáticas de abordaje**

- Competencia vs. colaboración: modelos ganar-perder vs. ganar-ganar
- Estrategias de negociación cooperativa
- Toma de decisiones grupales inclusivas

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 161**

Roles y responsabilidades en trabajo colaborativo

Valoración de contribuciones diversas

Manejo constructivo de desacuerdos en contexto grupal

Celebración de logros colectivos

### **Actividades**

#### **ACTIVACIÓN (10 minutos): "El reto de la torre imposible"**

##### **Materiales**

Palos de paleta o de pincho y plastilina.

##### **Procedimiento**

Inicialmente se dividirá la clase en grupos de 4 estudiantes, cada grupo recibe 20 palos y 1 barra de plastilina grande, luego se les planteará el siguiente desafío: "Tienen 5 minutos para construir la torre más alta posible que pueda sostenerse sola". Sin embargo, inicialmente existe una condición clave, la cual consta en que durante los primeros 3 minutos, no pueden hablar entre ellos, solo pueden comunicarse con gestos, pasados los 3 minutos de construcción, se les permitirá 2 minutos adicionales en donde sí puedan hablar y reorganizar su estrategia, una vez completada la actividad, se procederá a medir las torres.

Luego de realizar la actividad, se dará paso a la reflexión guiada donde se ahonde en las situaciones con las siguientes preguntas: "¿Qué fue más difícil: construir sin hablar o construir hablando? ¿Por qué?"; "¿Pudieron mejorar su torre cuando empezaron a comunicarse?".

Al obtener las respuestas de las preguntas, se introducirá el concepto de la sesión a desarrollar en donde se aprenderán estrategias específicas para trabajar la comunicación y la resolución de conflictos de una forma que considere las necesidades de todas las personas involucradas.

#### **DESARROLLO (31 minutos): "Maestros de la colaboración"**

##### **Materiales**

Carteles con estrategias de negociación, hojas de trabajo "Resolviendo juntos", tarjetas con escenarios de conflicto, materiales para actividad colaborativa final.

##### **Parte 1: Ganar-Perder vs. Ganar-Ganar (10 minutos)**

Se presentarán dos formas de pensar sobre situaciones de conflicto o desacuerdo:

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 162**

<b>Mentalidad Ganar-Perder (competencia)</b>	<b>Mentalidad Ganar-Ganar (Colaboración)</b>
"Si tú ganas, yo pierdo"	"Podemos encontrar una solución que funcione para ambos"
"Solo uno puede tener razón"	"Ambas perspectivas tienen valor"
"Mi idea es la mejor"	"Podemos combinar nuestras ideas"

Será importante explicar que con la mentalidad de ganar-perder, el resultado es un compañero satisfecho y otro frustrado y por ende una relación dañada, por otro lado, si se emplea una mentalidad de ganar-ganar, ambos participantes terminarán al menos parcialmente satisfechos generando una relación fortalecida, para esto se empleará el siguiente ejemplo concreto:

*Situación:* Dos amigos quieren jugar diferentes juegos en el recreo

*Solución Ganar-Perder:* Discuten, uno impone su preferencia, el otro juega molesto o se va.

*Solución Ganar-Ganar:* Negocian jugar un juego hoy y el otro mañana, o combinan elementos de ambos juegos, o buscan un tercer juego que ambos disfruten.

A continuación, se presentarán los 4 pasos esenciales en los acuerdos de ganar-ganar, el primer paso corresponde a la expresión de la necesidad o preferencia, para esto se pueden usar mensajes "Yo siento que..." Como también el escuchar sin interrumpir. El segundo paso corresponde a parafrasear lo escuchado en donde se resaltan retroalimentaciones que empiezan con "Entonces tú necesitas..."; "Entiendo que para ti es importante...". Como tercer paso, se encuentra el generar opciones creativas como: "¿Qué tal si...?"; "Podríamos intentar...". Como paso cuatro, se encuentra el elegir la mejor solución que funcione para ambos, para esto se siguieren las siguientes preguntas: "¿Esta solución funciona para ti?"; "¿Ambos podemos estar de acuerdo con esto?"

Para fortalecer el afianzamiento de los conceptos se generará un *role-play* del docente con un voluntario aplicando los 4 pasos a una situación simple.

**Parte 2: Practicando negociación cooperativa (11 minutos)**

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 163**

Para el desarrollo de la segunda parte, se formarán parejas, cada pareja recibe un escenario de conflicto y deberá aplicar los 4 pasos para llegar a un acuerdo ganar-ganar, a continuación, se presentan los siguientes escenarios:

*Escenario A:* Ustedes son compañeros de mesa. Uno quiere trabajar en completo silencio y el otro quiere escuchar música bajita mientras trabaja.

*Escenario B:* Tienen que hacer un proyecto juntos. Uno quiere hacer un video y el otro quiere hacer una maqueta.

*Escenario C:* En el recreo, uno quiere jugar fútbol y el otro quiere seguir conversando.

*Escenario D:* Están en un grupo de 4 para una tarea. Dos quieren dividir el trabajo individualmente, dos quieren hacerlo todo juntos.

*Escenario E:* Tienen que elegir un tema para su presentación de ciencias. Uno quiere hablar de volcanes y el otro de dinosaurios.

Después de 5 minutos, 3-4 parejas voluntarias compartirán brevemente el motivo de su conflicto, el acuerdo al que llegaron, el paso que percibieron más difícil, finalmente se cuestionará si ambos están satisfechos con la situación.

### **Componente empático y reflexión**

Se ahondará en lo que tuvieron que hacer para poder entender lo que el otro necesitaba, para eso se retroalimentarán conceptos como la escucha con atención y la toma de perspectiva, en donde, en una negociación de ganar-ganar, ambas personas necesitan practicar empatía, es decir, tratar genuinamente de entender por qué algo es importante para el otro, no solo defender lo que yo quiero.

### **Parte 3: Colaboración en equipo - Actividad integradora (10 minutos)**

Para la parte tres, se reorganizarán los equipos de trabajo en grupos de 4 estudiantes diferentes a los de la actividad inicial, posteriormente se presentará el siguiente desafío colaborativo complejo: "Su grupo tiene que crear una historia colectiva. La historia debe tener las siguientes características:

Un personaje principal (decidir quién será)

Un problema que el personaje enfrenta

Al menos 3 intentos de resolver el problema

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 164**

Una solución final

Un título creativo"

Esta dinámica tendrá las siguientes reglas que promueven la colaboración: cada persona debe contribuir con al menos una idea, las decisiones se toman por consenso, es decir, todos deben estar de acuerdo, si hay desacuerdos, se deben usar los 4 pasos para negociar.

De manera seguida, se deben asignar roles como los de facilitador, encargado de coordinar, escriba, es aquel que anota ideas, reloj, persona que maneja el tiempo y animador, este asegura que todos participen, una vez construida la historia, deberá ser compartida y acompañada con una reflexión post-actividad que responda a alguna de las siguientes las preguntas: "¿Qué facilitó el trabajo en equipo en su grupo?"; "¿Qué fue desafiante?"; "¿Cómo se aseguraron de que todos participaran?"; "¿La historia final fue mejor porque todos contribuyeron?"

### **REFLEXIÓN (8 minutos): "Juntos somos más"**

#### **Procedimiento**

Generando espacios de reflexión guiada, se indagarán sobre las ventajas que se tienen de colaborar en vez de competir, sobre las habilidades necesarias para colaborar efectivamente como escuchar, comunicar, negociar, ser flexibles, valorar ideas diferentes, se reforzará la validación de la diversidad, haciendo énfasis en que cuando trabajamos en equipo, cada persona trae ideas, fortalezas y perspectivas diferentes, esa diversidad hace que las soluciones sean más creativas y completas de lo que cualquiera de nosotros podría lograr solo.

Finalizando el apartado de reflexión, se resaltará que, para colaborar bien, es necesaria la empatía, la cual permite entender lo que otros necesitan, valorar sus contribuciones y celebrar los logros colectivos, no solo los individuales, como concepto final se mencionará que los mejores equipos no son aquellos donde todos piensan igual, son aquellos donde las personas diferentes aprenden a comunicarse bien, a negociar con respeto y a construir sobre las ideas de los demás.

### **CIERRE (2 minutos): "Compromiso colaborativo"**

#### **Procedimiento**

Los estudiantes completarán la siguiente afirmación: "Esta semana voy a practicar colaboración cuando \_\_\_\_\_, usando específicamente \_\_\_\_\_ [estrategia aprendida]". Se les recordará que la próxima vez que tengan un desacuerdo con alguien, no

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 165**

tienen que ganar a costa de que el otro pierda. Pueden buscar juntos una solución donde ambos ganen.

Como frase para llevar, se propone: "Juntos somos más fuertes, más creativos y podemos lograr más de lo que cualquiera podría lograr solo".

### **Tarea práctica**

Durante la semana, aplicar los 4 pasos para llegar a un acuerdo ganar-ganar en una situación real (en casa o en el colegio). Anotar: ¿Qué situación fue? ¿Qué acuerdo alcanzaron? ¿Ambas partes quedaron satisfechas?

## **SESIÓN 12: MI IMPACTO EN LOS DEMÁS**

### **Objetivo general**

Integrar todas las competencias socioemocionales desarrolladas en los módulos anteriores en situaciones interpersonales complejas.

### **Objetivos específicos de la sesión**

Reconocer cómo las propias palabras, acciones y presencia afectan el bienestar emocional de otros.

Practicar la reflexión sobre el propio rol en la creación de clima emocional grupal.

Integrar competencias de los cuatro módulos (emociones, autoconocimiento, motivación, habilidades socioemocionales) en situaciones complejas.

Establecer compromisos para continuar desarrollando habilidades socioemocionales.

Celebrar los logros individuales y colectivos del grupo.

### **Descripción conceptual**

La conciencia del impacto interpersonal constituye un componente fundamental de la inteligencia emocional y la competencia social. Implica la comprensión de que nuestras palabras, acciones, expresiones emocionales e incluso nuestra presencia generan efectos—intencionados o no—en el estado emocional y el bienestar de quienes nos rodean (Goleman, 2014). Esta conciencia resulta esencial para el desarrollo de responsabilidad social y la modulación del comportamiento en contextos interpersonales.

# **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 166**

## **Temáticas de abordaje**

Concepto de "impacto interpersonal" o "huella emocional"

Efectos de palabras, acciones y expresiones emocionales en otros

Responsabilidad social y ética interpersonal

Integración de todas las competencias socioemocionales desarrolladas

Establecimiento de compromisos futuros

Celebración de logros individuales y colectivos

Fortalecimiento del sentido de comunidad en el aula

## **Actividades**

### **ACTIVACIÓN (10 minutos): "Las ondas en el agua"**

#### **Materiales**

Recipiente transparente con agua, piedra pequeña, video o animación de efecto dominó.

#### **Procedimiento**

Para iniciar, se les mostrará a los estudiantes el recipiente con agua tranquila y se les preguntará: "¿Qué pasaría si dejo caer esta piedra en el agua?" Después de sus respuestas, se dejará caer la piedra en el recipiente para que observen juntos cómo las ondas se expanden. De manera seguida, se les realizará las siguientes preguntas orientadoras: "¿Las ondas se quedaron solo donde cayó la piedra?", "¿Llegaron a todos los lados del recipiente?", "¿Las ondas afectaron toda el agua, incluso las partes que estaban lejos de donde cayó la piedra?".

Se les explicará mediante una analogía que cada uno en el salón es como una piedra en el agua. Todo lo que hacen, incluyendo sus palabras, sus acciones y sus expresiones emocionales, crean ondas que afectan a las personas a su alrededor. A veces esas ondas son positivas (ayudan, animan, conectan) y a veces son negativas (hieren, desaniman, alejan). Posteriormente, con ayuda de todos, darán ejemplos concretos como:

Cuando sonríen a alguien que está triste → onda positiva

Cuando comparten con alguien que está solo → onda positiva

Cuando se burlan de un error de alguien → onda negativa

Cuando excluyen a alguien del juego → onda negativa

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 167**

De esta manera, se introduce la actividad a realizar sobre las ondas que cada uno crea, y sobre cómo ser mejores versiones de nosotros mismos.

**DESARROLLO (30 minutos): "Mi huella emocional y nuestro crecimiento"**

**Materiales**

Hojas de reflexión "Mi impacto en los demás", tarjetas "Afirmaciones positivas", cartulina grande para "Mural de nuestro crecimiento", *post-its* de colores, marcadores.

**Parte 1: Conciencia de mi impacto (12 minutos)**

Los estudiantes responderán, durante 6 minutos y de manera individual, su formato de impacto en los demás:

**MI IMPACTO EN LOS DEMÁS**

**ONDAS POSITIVAS QUE HE CREADO:**

Una vez que ayudé a alguien a sentirse mejor:

---

Una vez que incluí a alguien:

---

Una vez que mis palabras animaron a alguien:

---

**ONDAS QUE QUIERO MEJORAR:**

Una vez que mis palabras o acciones hirieron a alguien sin querer:

---

¿Qué podría haber hecho diferente? \_\_\_\_\_

Una situación donde pude haber ayudado, pero no lo hice:

---

¿Qué haría diferente ahora? \_\_\_\_\_

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 168**

### **MI COMPROMISO HACIA ADELANTE:**

Una forma específica en que quiero impactar positivamente a mis compañeros es:

---

Una vez hayan completado su hoja, se formarán grupos de 3 estudiantes para que cada uno comparta una onda positiva que ha creado y una forma en la que quiere mejorar su impacto. Los compañeros validan y animan.

### **Componente empático**

A modo de reflexión colectiva, se invitará a 4 o 5 estudiantes a compartir un ejemplo de cuando alguien creó una onda positiva en ellos. Todos responderán preguntas como: "¿Se sorprendieron al pensar en cómo sus acciones afectan a otros?", "¿Alguien quiere compartir un momento en que las palabras o acciones de un compañero los hicieron sentir mejor?".

### **Parte 2: Celebrando nuestro crecimiento (18 minutos)**

En este momento, los estudiantes trabajarán colaborativamente en el "Mural de nuestro crecimiento" dividido en los 4 módulos trabajados: Emociones, Autoconocimiento, Motivación, Habilidades Socioemocionales. Los estudiantes utilizarán los *post-its* para anotar debajo de cada módulo las respuestas de las siguientes preguntas: "¿Qué aprendimos en este módulo?", "¿Cómo hemos cambiado desde que empezamos?", "¿Qué herramientas específicas seguimos usando?".

### **REFLEXIÓN (9 minutos): "¿Hacia dónde vamos?"**

#### **Procedimiento**

Una vez terminen el mural, se les pedirá a los estudiantes que cierren los ojos y piensen en las respuestas a las preguntas a continuación: "¿Qué he cambiado desde la primera sesión hasta ahora?", "¿Cuál ha sido el aprendizaje más importante para ustedes?", "¿Qué herramienta o estrategia siguen usando más frecuentemente?". Continuando con los ojos cerrados, se les recordará a los estudiantes lo aprendido durante todas las sesiones anteriores: "Durante estas 12 sesiones, hemos construido una 'caja de herramientas socioemocionales'. Dentro de esa caja tienen herramientas para reconocer y manejar emociones, conocer sobre ustedes mismos, estrategias para mantenerse motivados y habilidades para relacionarse mejor con los otros"

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 169**

Se les solicitará a los estudiantes que abran los ojos y se les enfatizará que, aunque esta sea la última sesión, su desarrollo socioemocional continúa: “estas habilidades no son algo que terminamos de aprender, sino que son habilidades que seguimos practicando y fortaleciendo toda la vida. También hemos aprendido que todos somos responsables del clima emocional de nuestro salón. Cada uno de ustedes tiene el poder de crear ondas positivas que hagan de este un lugar más amable, más seguro y más conectado”.

Para introducir el cierre de la sesión, se les preguntará: “¿Qué tipo de ondas quieren seguir creando en su salón, en su familia, en su vida?”

### **CIERRE (7 minutos): "Compromisos y celebración"**

#### **Procedimiento**

Cada estudiante decorará una tarjeta en la cual deberá escribir su compromiso a futuro: "Mi compromiso es seguir practicando \_\_\_\_\_" Pueden elegir una habilidad específica o un compromiso más amplio. Estas tarjetas se guardan en un sobre personal para revisar en un mes.

Posteriormente, se hará entrega de los certificados de crecimiento socioemocional que reconozcan la participación y el esfuerzo de cada estudiante. Se sugiere que incluya una frase específica sobre una fortaleza observada en ese estudiante. A modo de celebración grupal, todos repiten el mantra de crecimiento: "reconozco mis emociones, me conozco a mí mismo, persisto ante los desafíos, me comunico con respeto, colaboro con otros, mis acciones importan, juntos somos más fuertes".

Finalmente, los estudiantes, de manera voluntaria, compartirán una palabra sobre cómo se sienten y harán un aplauso colectivo final. El psicopedagogo les dará un mensaje final como, por ejemplo: "Estoy muy orgulloso del crecimiento que cada uno ha demostrado. Recuerden que las habilidades que han desarrollado aquí son para toda la vida. Sigán siendo versiones amables, conscientes y valientes de ustedes mismos. Sigán creando ondas positivas en el mundo". Si los estudiantes están cómodos, pueden dar un abrazo grupal.

#### **Tarea final**

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 170**

Durante el próximo mes, anotar en un "diario de impacto" al menos una vez por semana: una onda positiva que creaste, una habilidad socioemocional que practicaste y un desafío que enfrentaste y cómo lo manejaste.

**Propuesta de intervención psicopedagógica para el fortalecimiento de Habilidades Socioemocionales en estudiantes de cuarto grado de un colegio privado de la ciudad de Bogotá, Colombia 171**

**Referentes bibliográficos**

- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. International Universities Press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. Random House.
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. Lyle Stuart.
- Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (1989). *Cooperation and competition: Theory and research*. Interaction Book Company.
- Kohn, A. (1993). *Punished by rewards: The trouble with gold stars, incentive plans, A's, praise, and other bribes*. Houghton Mifflin.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford University Press.
- Yeager, D. S., & Dweck, C. S. (2012). Mindsets that promote resilience: When students believe that personal characteristics can be developed. *Educational Psychologist*, 47(4), 302-314.
- Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (2011). Self-regulated learning and performance: An introduction and an overview. En B. J. Zimmerman & D. H. Schunk (Eds.), *Handbook of self-regulation of learning and performance* (pp. 1-12).