



**Universidad Nacional Autónoma de México**

---

**Facultad de Psicología**

**Curso en línea para el aprendizaje del autoconocimiento  
dirigido a docentes de educación básica.**

**TESIS**

Que para obtener el título de

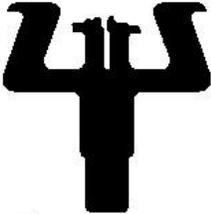
**Licenciada en Psicología**

**Presenta**

Tonancy Lizahaya Marcelo Porcayo

**Directora de Tesis**

Dra. Alejandra Valencia Cruz



**® Facultad  
de Psicología**

Ciudad Universitaria CDMX, 2020.



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## **Dedicatorias & agradecimientos**

<< De todo éxito, por pequeño que sea, surgirá un día un esfuerzo más grande que lo completará.

>> — Walt Whitman

A todas las personas que me acompañaron en el camino, a quienes creyeron en mí y me impulsaron a continuar.

A los que me apoyaron para crecer y superar nuevos retos.

¡Gracias!

## Índice

RESUMEN.....	4
INTRODUCCIÓN.....	5
CAPÍTULO 1 FUNDAMENTACIÓN.....	8
Competencias socioemocionales y autoconocimiento.....	8
Tecnologías de la información y la comunicación en la educación.....	12
Aulas virtuales ( <i>Moodle</i> ).....	15
Formación docente en aulas virtuales.....	17
Planteamiento del problema.....	19
Pregunta.....	22
Objetivo general.....	22
Objetivo del diseño tecno pedagógico.....	22
Hipótesis.....	22
CAPÍTULO 2 FASE 1 FUNDAMENTACIÓN, DISEÑO Y VALIDACIÓN DEL CURSO EN LÍNEA "CONOCIENDO MIS EMOCIONES".....	23
Método de la Fase 1.....	23
Participantes.....	23
Materiales.....	23
Procedimiento de la Fase 1.....	26
Resultados de la Fase 1.....	28
CAPÍTULO 3.....	39
FASE 2 IMPLEMENTACIÓN DEL CURSO.....	39
Método de la Fase 2.....	39
Participantes.....	39
Materiales.....	39
Procedimiento de la Fase 2.....	41
Resultados de la Fase 2.....	41
CAPÍTULO 4 CONCLUSIÓN.....	53
REFERENCIAS.....	58
ANEXOS.....	65

## RESUMEN

El papel del docente en México ha experimentado grandes transformaciones que han llevado a plasmar la educación como un entorno que facilite la adquisición de competencias tanto de conocimiento como socioemocionales. Además, el uso de tecnología para los procesos de formación en línea se ha utilizado cada vez más.

Por lo anterior, la presente investigación tiene como objetivo diseñar, implementar y probar un curso en línea, en la plataforma *Moodle Cloud*, para promover el aprendizaje del autoconocimiento dirigido a docentes de educación básica. El curso fue diseñado a través de un modelo de diseño instruccional, para facilitar la gestión del proceso de enseñanza y garantizar, en mayor medida, la efectividad y cumplimiento de los objetivos de aprendizaje. La investigación se desarrolló en dos fases, en la primera se realizó la fundamentación, diseño y validación del curso en donde participaron dos jueces de validación y dos docentes; se obtuvieron resultados favorables y áreas de mejora en cuestión de instrucciones y acompañamiento a los docentes. Posteriormente, se realizaron las mejoras correspondientes y se llevó a cabo la segunda fase de implementación del curso donde participaron cinco docentes de educación básica.

Los resultados de la segunda fase sugieren que es posible desarrollar el proceso de autoconocimiento a través de una plataforma LMS, ya que se pudieron identificar extractos en el discurso de las actividades realizadas por los docentes, donde refieren el reconocimiento de las propias emociones y la importancia que tienen en su labor; además se identifican adjetivos positivos cuando comparten su experiencia en el curso.

*Palabras clave:* competencias socioemocionales, curso en línea, autoconocimiento, docentes.

## INTRODUCCIÓN

El constante dinamismo del mundo actual demanda una formación continua y diferente a la establecida en épocas anteriores. En la educación, el desarrollo de materiales y procesos de formación, adaptados a las nuevas necesidades del entorno educativo y de los estudiantes de hoy, así como mantenerse a la vanguardia en cuanto a recursos educativos y competencias personales se vuelve fundamental (Agudelo, 2009).

A esta ola de cambios le añadimos la incorporación de la educación emocional al actual modelo educativo. La educación emocional implica el desarrollo de competencias socioemocionales como elemento fundamental para el desarrollo integral de las personas, dada su importancia para el bienestar personal y social (Bisquerra, 2006; Secretaria de Educación Pública, 2017).

La trascendencia del factor afectivo en el campo educativo para el bienestar de los estudiantes, su desempeño académico e incluso su permanencia en la escuela y la conclusión de sus estudios ha llevado a generar propuestas que reconozcan el papel significativo de las emociones en la construcción personal y de conocimiento (Secretaria de Educación Pública, op. cit.).

Aunado a esto, encontramos los cambios educativos producto de la integración de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) que han generado cambios y un creciente interés en las nuevas metodologías de enseñanza. A partir del rápido avance tecnológico, se han creado cada vez más recursos tecno pedagógicos, entre ellos encontramos la Web Quests, infografías, podcasts, cursos en línea, entre muchos otros. Este último, ha demostrado su efectividad en el proceso de enseñanza aprendizaje, a tal grado que en la actualidad es posible estudiar un diplomado, una licenciatura o una maestría en esta modalidad a distancia.

Gracias a la educación en línea, se han cuestionado los paradigmas tradicionales del proceso educativo, y con ello se han generado propuestas para superar las limitaciones de la educación presencial. Así mismo, la educación en línea ha dado lugar a un enorme campo de conocimientos, desde teorías pedagógicas hasta plataformas educativas, desarrolladas a la par de un permanente proceso de investigación sobre las innovaciones y los métodos más efectivos de enseñanza digital (Agudelo, op. cit.).

Los cursos en línea han demostrado ser una herramienta efectiva que permite la adquisición y desarrollo de conocimiento en diferentes áreas (Muñoz, Gómez y Alemán, 2016; Morales, 2007; Rodríguez, 2008); sin embargo, aún hay mucho por hacer en lo que respecta a la formación de profesores para que conozcan las posibilidades y limitaciones que las tecnologías les ofrecen en su quehacer y para que realicen propuestas didácticas dirigidas a que los procesos de formación y sus estudiantes respondan a las exigencias del mundo actual (Agudelo, 2009, p.2).

Para la adecuada implementación de los cambios educativos, en cuestión tecnológica y de competencias, se vuelve indispensable preparar a los docentes. En ese sentido, si bien, la formación continua del cuerpo docente se incorpora en el plan de trabajo de la Secretaría de Educación Pública (2017), al revisar su portal encontramos múltiples cursos dirigidos principalmente al desarrollo de competencias pedagógicas y técnicas de desarrollo de competencias socioemocionales en los alumnos.

Retomando lo anterior, surge la necesidad de producir recursos de formación que involucren el desarrollo de competencias socioemocionales y habilidades tecnológicas en los docentes para que estos posteriormente puedan transmitirlos a sus alumnos. Por ello, el presente trabajo tiene por objetivo diseñar, implementar y probar un curso en línea dirigido al desarrollo del autoconocimiento en docentes de educación básica.

La tesis se divide en 4 capítulos, en el capítulo 1, los temas incluidos son: competencias socioemocionales y autoconocimiento, TIC en la educación, aulas virtuales y formación docente en aulas virtuales; concluye el capítulo con el planteamiento del problema, la justificación, pregunta, objetivos e hipótesis del proyecto. El capítulo 2 presenta el método y resultados obtenidos en la Fase 1 Fundamentación, diseño y validación del curso en línea “Conociendo mis emociones”. En el capítulo 3 se presenta el método y resultados obtenidos en la Fase 2 Implementación del curso. Finalmente, en el capítulo 4 se encuentran las conclusiones del proyecto.

## CAPÍTULO 1 FUNDAMENTACIÓN

### **Competencias socioemocionales y autoconocimiento**

El progreso tecnológico, la globalización y la sociedad del conocimiento han generado cambios importantes; “este nuevo contexto demanda una formación que permita a las personas adaptarse a los entornos cambiantes y diversos, desarrollar pensamientos complejos, críticos, creativos, reflexivos, flexibles y que sean capaces de resolver problemas de manera innovadora” (Secretaría de Educación Pública, 2017, p.58).

En este sentido, la educación, de acuerdo con el Artículo 3° de la Carta Magna, “tiene la finalidad de contribuir a desarrollar las facultades y el potencial de todas las personas, en lo cognitivo, físico, social y afectivo; para que éstas se desarrollen plenamente y participen en las actividades sociales” (Secretaría de Educación Pública, 2017, p.59). De ahí, que sea indispensable identificar los conocimientos, habilidades, actitudes y valores que niñas, niños y jóvenes requieren para alcanzar su pleno potencial.

La gran trascendencia del factor afectivo en el campo educativo ha llevado a generar nuevas prácticas para guiar los aprendizajes, impactando en el bienestar de los estudiantes, su desempeño académico e incluso su permanencia en la escuela y la conclusión de sus estudios. Resulta cada vez más claro que las emociones tienen un papel significativo en la construcción personal y de conocimiento.

Tradicionalmente, la escuela se enfocaba en desarrollar habilidades intelectuales, dejando de lado el factor emocional, sin embargo, en los últimos años se ha visto que las habilidades socioemocionales son fundamentales para el desarrollo personal porque se asocian con trayectorias escolares, personales y laborales más exitosas y con mejor aprendizaje (Secretaría de Educación Pública, op. cit.).

El Modelo Educativo (Secretaría de Educación Pública, op. cit.) incorpora el desarrollo de las habilidades socioemocionales como parte del currículo de la educación básica, a nivel preescolar, primaria y secundaria, dentro del componente curricular “Desarrollo personal y social” y en la educación media superior en el Marco Curricular Común (MCC).

Las competencias socioemocionales han cobrado un creciente interés en el ámbito educativo y existen diversas propuestas que han descrito este constructo, a continuación, algunas de ellas.

Por un lado, encontramos a Salovey y Sluyter (1997, citado en Bisquerra, 2006) quienes identifican cinco dimensiones básicas en las competencias emocionales: cooperación, asertividad, responsabilidad, empatía, autocontrol. Se encuentra también la teoría de inteligencia emocional de Goleman (1995, op. cit.), quien dividió cinco dominios: autoconciencia emocional, manejo de las emociones, automotivación, empatía y habilidades sociales, que a su vez incluían la existencia de veinticinco competencias. En esa misma línea, años más tarde Goleman, Boyatzis y Mckee (2002, op. cit.), proponen cuatro dominios - conciencia de uno mismo, autogestión, conciencia social y gestión de las relaciones- y dieciocho competencias.

Para Saarni (2000, op. cit.) la competencia emocional se relaciona con la demostración de autoeficacia al expresar emociones, es decir, la capacidad y las habilidades que tiene el individuo para lograr los objetivos deseados. Para lograr la autoeficacia se requiere conocimiento de las propias emociones y capacidad para regularlas hacia los resultados deseados.

Al retomar algunas de estas propuestas se da paso a la educación emocional como un “proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, tiene la finalidad de capacitar para la vida y aumentar el bienestar personal y social” (Bisquerra, 2005, p. 96).

De acuerdo con Bisquerra (2005), los objetivos de la educación emocional son:

- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
- Identificar las emociones de los demás.
- Desarrollar la habilidad para regular las propias emociones.
- Prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas.
- Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
- Desarrollar la habilidad de automotivarse.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.
- Aprender a fluir.

Los primeros tres puntos hacen referencia al autoconocimiento o conciencia emocional, como lo llama Bisquerra, es decir, la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado (Bisquerra, 2006).

Los componentes de la conciencia emocional incluyen: *la toma de conciencia de las propias emociones*, es decir, la capacidad para identificar y etiquetar emociones y reconocer la posibilidad de experimentar varias emociones o bien darnos cuenta que no las reconocemos; *dar nombre a las emociones* es el segundo componente y este se logra gracias al uso adecuado del vocabulario emocional; y finalmente se encuentra la *comprensión de las emociones de los demás*, que consiste en percibir las emociones y perspectivas de los demás y relacionarse empáticamente.

Las emociones, como tal, se definen como un estado consecuencia de una excitación o perturbación que predispone a la acción. Las emociones se originan por un acontecimiento externo o interno y se pueden generar distintas emociones ante un mismo objeto o situación (Bisquerra, op. cit.).

Las emociones tienen tres componentes principales (Bisquerra, op. cit.):

- *componente neurofisiológico*: consiste en respuestas físicas como taquicardia, sudoración, cambios en los niveles de ciertos neurotransmisores.
- *componente comportamental*: es decir, la expresión emocional que incluye el lenguaje no verbal como expresiones faciales y tono de voz.
- *componente cognitivo*: se refiere a la experiencia emocional subjetiva de lo que pasa. Permite tomar conciencia de la emoción que se está experimentando y etiquetarla, en función del dominio del lenguaje emocional.

Las emociones suelen impulsar hacia una forma definida de comportamiento; ya sea enfrentándonos o huyendo de las situaciones que las producen (Bisquerra, 2006, p. 19).

Las emociones son fundamentales para la vida humana, ya que todos los días experimentamos emociones. La conciencia emocional (autoconocimiento) es una de las competencias socioemocionales ejes a lo largo de la vida, trabajarla continuamente permite desarrollar otras competencias como la regulación o autonomía emocional, todas estas competencias están incluidas en la formación académica del Modelo Educativo mexicano (Secretaría de Educación Pública, 2017). Bisquerra (2006) menciona que para entender lo que es una emoción y tener conciencia de ella lo mejor es experimentarla, por lo que se vuelve importante que los docentes vivan sus emociones antes de enseñar autoconocimiento a sus alumnos.

El desarrollo de competencias socioemocionales en los docentes se retoma en el plan educativo actual, y una forma de hacerlo es a través de plataformas digitales como el programa Construye-T, que tiene por objetivo mejorar los ambientes escolares y promover el aprendizaje de las habilidades socioemocionales, dirigido a estudiantes, docentes y directivos. En ese sentido, aliarse de las TIC para el desarrollo de competencias socioemocionales se presenta como una vía con amplias posibilidades.

## **Tecnologías de la información y la comunicación en la educación**

Las TIC han generado diversos cambios en la sociedad, están repercutiendo en el cómo conocemos, aprendemos y en los espacios en los cuales nos formamos (Cabero, 2001). En la educación el uso de las tecnologías ha permitido elevar la calidad del proceso educativo, derribando las barreras del espacio y tiempo permitiendo la construcción colectiva de conocimiento, el crecimiento de la interacción y la colaboración entre los miembros (Ferro, et al. 2009).

Este nuevo medio de información y comunicación cambia también la forma en que interactuamos, aprendemos, nos entretenemos y la forma de expresar emociones y sentimientos. Precisamente por ello, se convierte en un nuevo espacio social, que requiere un mayor grado de competencia para actuar eficientemente en el (Echeverría, 2000). Bajo estas circunstancias tanto el dominio de las herramientas tecnológicas como la adaptación de nuestras competencias socioemocionales en estos nuevos entornos se vuelve cada vez más importante, dicha integración se ha ido logrando gracias los modelos de diseño instruccional, puesto que permiten adaptar el proceso de enseñanza en las plataformas digitales.

En el mundo actual es cada vez más evidente la distribución de dispositivos que ayudan al intercambio de información y comunicación entre las personas sin importar la distancia. La facilidad de acceso a internet abre la posibilidad de conectarse con redes de comercio, ciencia, entretenimiento, educación, de manera rápida y en cualquier lugar (Cobo, 2009). La introducción de las TIC en la educación es un elemento innovador y transformador en las prácticas educativas, sin embargo, la introducción en si misma no necesariamente conduce a una mejora educativa; la potencialidad para transformar y mejorar la educación reside en los planteamientos psicoeducativos y didácticos desde los cuales se plantea su utilización (Coll y Monereo, 2008).

En ese sentido, la psicología de la educación, en tanto disciplina que estudia los cambios psicológicos que se producen en las personas como consecuencia de su participación en situaciones y actividades educativas, tiene un reto importante ante la incorporación de las TIC en la educación. Estudiar los cambios que pueden producirse en los actores educativos, las características diferentes en las situaciones y actividades educativas, así como los efectos colaterales para la educación, son algunas de las cuestiones que aún tienen un amplio panorama de análisis.

Haythornthwaite y Nielsen (2007 citado en Coll y Monereo, 2008) resumen las críticas de la incorporación de las TIC en la educación en los siguientes puntos:

- Promueven una comunicación de baja calidad, básicamente apoyada en textos escritos.
- Restringen las comunicaciones emocionales, complejas y expresivas.
- Potencian las relaciones sociales superficiales y en ocasiones favorecen la irresponsabilidad y la falta de compromiso.
- Permiten la agresión verbal, el insulto y los diversos "ismos" (racismo, sexismo).
- Se favorece el abandono de las relaciones locales.
- Se propaga y refuerza un saber más inestable.

Ante este panorama surge la necesidad de trabajar con mayor detalle el uso de las TIC en el contexto escolar, realizando una adecuada adaptación de las actividades y dando el acompañamiento necesario a fin de lograr los aprendizajes esperados y reducir los efectos negativos.

A continuación, se presentan las ventajas que las TIC pueden aportar a la formación y a la educación (Cabero, 2010):

- Ampliación de la oferta informativa.
- Creación de entornos más flexibles para el aprendizaje.
- Eliminación de las barreras espaciotemporales entre el profesor y los estudiantes.
- Incremento de las modalidades comunicativas.
- Potenciación de los escenarios y entornos interactivos.
- Favorecer tanto el aprendizaje independiente y el autoaprendizaje como el colaborativo y en grupo.
- Romper los clásicos escenarios formativos, limitados a las instituciones escolares.
- Ofrecer nuevas posibilidades para la orientación y la tutorización de los estudiantes.
- Y facilitar una formación permanente.

Este último punto resulta importante si consideramos que en la actualidad cada vez más personas están interesadas en continuar su formación a través de plataformas digitales por la flexibilidad y disponibilidad que les ofrece (Asociación Mexicana de Internet, 2018).

La preparación continua de los docentes debe contemplar los desafíos actuales; de acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (2016), una formación de calidad debe permitir al docente enfrentar el desafío de enseñar en una sociedad de la información y el conocimiento.

Las competencias sobre TIC van más allá de la «alfabetización tecnológica»; debe tener en cuenta, además de la adquisición de las habilidades de uso de las herramientas tecnológicas, la adquisición de las competencias y los conocimientos, tanto teóricos como procedimentales, para emplearlas de forma innovadora y creativa en situaciones de enseñanza-aprendizaje (Area, 2008).

### **Aulas virtuales (*Moodle*)**

Una Plataforma Virtual de Aprendizaje es un sistema integral de gestión, distribución, control, seguimiento de contenidos y recursos educativos que permite integrar herramientas para facilitar la comunicación, administración, interacción y creación de comunidades y grupos de aprendizaje (Verdejo, 2016). A través de este tipo de herramientas es posible apoyar la formación educativa desde una modalidad en línea.

Existen diferentes plataformas que permiten diseñar, elaborar e implantar entornos educativos, una de ellas son los Learning Management System (LMS), sistemas en los cuales el aprendizaje se genera mediante la distribución de recursos (materiales de consulta) y actividades (con diversas herramientas interactivas) para el estudiante, un ejemplo de este tipo de plataforma es *Moodle* (acrónimo de la traducción al español de Entorno Modular de Aprendizaje Dinámico Orientado a Objetos) o *Blackboard* (Verdejo, op. cit.).

La *Moodle* fue desarrollada en los años 90s por Martín Douglass con el propósito de utilizar la base pedagógica del internet en la construcción del conocimiento a través de la creación de cursos y sitios web donde se gestionan recursos educativos para la formación de aprendizajes (Rodríguez, 2008).

*Moodle Cloud* es una plataforma LMS que mantiene las mismas funciones que una *Moodle* convencional, solamente que en esta versión el usuario no necesita alojar en un servidor su plataforma, ni es necesario el conocimiento de programación, ya que está en la “nube”; así que el usuario final no interviene en la administración de la plataforma, solamente en la impartición de los cursos (Cano, 2016).

Para la adecuada implementación de estos formatos digitales de enseñanza es necesario incorporar actividades de diagnóstico, objetivos de aprendizaje, materiales educativos, estrategias didácticas, actividades de aprendizaje y mecanismos de evaluación; su desarrollo se logra a través de un diseño instruccional o diseño educativo para el aprendizaje, este se

define como un proceso sistémico, planificado y estructurado que se debe llevar a cabo para producir no sólo materiales educativos sino recursos educativos completos, eficaces y efectivos, que integren guías, contenidos y actividades, cuyo fin es desarrollar las competencias suficientes para el aprendizaje (Agudelo, 2009).

El diseño instruccional permite desarrollar cursos presenciales o en línea, se encuentra fundamentado en teorías del aprendizaje y abarca desde la definición de los objetivos de aprendizaje hasta la evaluación formativa del proceso (Agudelo, op. cit.). El uso de un modelo de diseño instruccional facilita la gestión del proceso de enseñanza, así como la ejecución y aprendizaje de los contenidos; la estructura y fundamento que brinda a los cursos permite garantizar, en mayor medida, la efectividad y cumplimiento de los objetivos de aprendizaje.

El modelo instruccional utilizado para el presente trabajo es el Modelo ADDIE, este modelo genérico se encuentra constituido por cinco fases: Análisis, Diseño, Desarrollo, Implementación y Evaluación. Dada su estructura permite que dichas etapas interactúen de manera flexible.

A continuación, se define cada una de las etapas (Agudelo, op. cit.):

- Durante la fase de **Análisis** se define el problema y se plantea una solución, se analizan las necesidades, el contenido y el entorno donde se va a dar la instrucción.
- El **Diseño** se inicia con el planteamiento de la estrategia para el desarrollo de la instrucción, poniendo énfasis en el aspecto didáctico desde la definición de objetivos, orden de contenido, planeación de actividades hasta la evaluación.
- Los resultados de las etapas de análisis y diseño dan paso a la fase de **Desarrollo** donde se elaboran los contenidos, las actividades y la evaluación.
- En la **Implementación** se realiza la entrega del contenido al estudiante o estudiantes, iniciando con la publicación de los contenidos, aquí se ejecuta todo lo planificado.

- Finalmente, la **Evaluación** se encuentra presente durante todo el proceso de diseño instruccional y puede ser formativa y/o sumativa. La evaluación formativa sucede durante todo el proceso y se realiza para verificar los logros y hacer los ajustes antes de la versión final y la evaluación sumativa al final del proceso, cuando se ha implementado la instrucción y se realiza para verificar si se alcanzó lo que se esperaba.

De esta manera, al utilizar el diseño instruccional ADDIE, el curso obtiene una mayor oportunidad de hacer efectivo el proceso de aprendizaje, ya que orienta la planificación al cumplimiento de objetivos de aprendizaje concretos.

### **Formación docente en aulas virtuales**

Las aulas virtuales o cursos en línea son medios donde se generan actividades que guían el proceso de aprendizaje. Este medio no solo es útil para compartir información, también permite la interacción, la comunicación de los miembros, la aplicación y la evaluación de los conocimientos (Scagnoli, 2000). Los beneficios que aporta la formación en plataformas digitales, como la rapidez de comunicación y la variedad de recursos, ha permitido que se generen varios estudios en donde pone a prueba su efectividad.

Existen investigaciones que muestran que los alumnos aprenden de manera eficiente ciertos contenidos cuando se utilizan aulas virtuales, por ejemplo, Vidrio, Gómez y Zambrano (2015) reportaron que la valoración de los estudiantes sobre la plataforma *Moodle* como apoyo a las clases presenciales en la asignatura de informática a nivel Medio Superior, es favorable.

Otro estudio buscó identificar el beneficio de las estrategias de enseñanza - aprendizaje en la plataforma *Moodle* para la adquisición de vocabulario del idioma inglés en un grupo de 5° semestre de bachillerato, los resultados muestran que el 58% de los alumnos, en sus comentarios de los foros menciona que fue de mucha ayuda la plataforma *Moodle* para conocer nuevas palabras del idioma, encontrar información útil y que las actividades fueron divertidas, aunque

demandaron mucha concentración. Este estudio fue realizado con un grupo de 36 hombres y 36 mujeres; se aplicó una evaluación diagnóstica al inicio y una segunda evaluación al terminar la segunda unidad, los resultados obtenidos permitieron observar un incremento en el vocabulario del idioma tras el uso de la plataforma *Moodle*. El estudio reporta una diferencia significativa en el aprendizaje y manejo de vocabulario del idioma inglés (Valdez et al, 2014).

En cuanto a la formación docente, existen diversas investigaciones que han utilizado la plataforma *Moodle* con diferentes objetivos y finalidades. Por ejemplo, el estudio realizado por Muñoz, Gómez y Alemán (2016) cuyo objetivo fue generar alternativas que mejoraran la capacitación y lograr la mejora docente en las comunidades marginadas, realizaron un modelo a distancia con el uso de la plataforma *Moodle*, para lo cual se aplicó un instrumento para analizar la aceptación de tecnología por parte de los docentes. Los hallazgos muestran que, a pesar del desconocimiento del concepto de la educación en línea y falta de experiencia con el uso de estas herramientas, los docentes reportaron que la innovación puede mejorar sus condiciones de capacitación y su contexto educativo.

Los trabajos de Morales (2007) en Costa Rica y Rodríguez (2008) en México, permitieron conocer que la formación a distancia a partir de un curso en línea favorece la actualización profesional de los docentes, a la vez que posibilita la construcción y el compartir de los aprendizajes a través de un trabajo colaborativo desarrollado de la mano de la reflexión.

En México existe el Servicio Profesional Docente, un conjunto de mecanismos encargados del ingreso, la promoción, el reconocimiento y la permanencia en el servicio público educativo. Este mecanismo impulsa la formación continua, con el objetivo de dotar de conocimientos y capacidades al personal docente, directivo y de supervisión, que participan en el proceso de enseñanza– aprendizaje en todos los niveles de la educación pública (Secretaría de Educación Pública, 2017).

El acompañamiento que se les da a los docentes actúa bajo las necesidades del Modelo educativo para que estos adquieran los conocimientos, habilidades, actitudes y valores necesarios para llevar a cabo un trabajo de calidad. La formación continua aprovecha las Tecnologías de la Información y la Comunicación para cerrar brechas en el acceso a materiales y contenidos de calidad para todos. Pese a esto, en ninguno de los cursos ofertados se pretende desarrollar competencias socioemocionales en los docentes, aun cuando estas se han incorporado al modelo educativo actual y se perfilan como las competencias que permiten una mejor adaptación a este mundo que cambia de manera vertiginosa.

Con esta información se observa que es importante contribuir a la formación de los docentes de una manera que les permita continuar su formación profesional incorporando las tecnologías, ya que estas demuestran ser una herramienta útil para su formación y actualización. Además de considerar desarrollar las competencias necesarias para que los docentes realicen un trabajo de calidad y estén mejor preparados.

### **Planteamiento del problema**

El desarrollo de competencias socioemocionales, incluido en el Nuevo Modelo Educativo (Secretaría de Educación Pública, 2018), especifica que, dentro de todas las competencias, el autoconocimiento se debe formar desde los primeros grados escolares (preescolar), desarrollar dicha competencia permite a los estudiantes conocerse a sí mismos y desarrollar habilidades para generar adecuadas relaciones interpersonales.

Para lograr la preparación óptima de los estudiantes, es importante tener una efectiva formación docente; de acuerdo a la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (2016) los docentes deben desarrollar habilidades para el uso de herramientas tecnológicas, conocimientos tanto teóricos como procedimentales para emplearlas de forma innovadora y creativa en situaciones de enseñanza-aprendizaje; además, complementarla con una formación basada en el desarrollo de competencias socioemocionales que permitan a los estudiantes alcanzar un estado de bienestar.

Resulta indispensable que los docentes mantengan una continua formación y actualización donde puedan adquirir las competencias necesarias para adaptarse a los cambios del mundo actual y para ello es necesario generar programas enfocados a cubrir dichas necesidades. Pensar en una formación continua a través de plataformas digitales que permita desarrollar competencias socioemocionales es una forma de favorecer su formación en los dos aspectos anteriormente mencionados.

Dados los cambios recientes, se vuelve importante incorporar el desarrollo de competencias socioemocionales de forma intencionada en los programas de formación de maestros, hay que considerar que la formación continua de los docentes siempre ha estado presente en los planes curriculares y modelos educativos (Secretaría de Educación Pública, 2017).

Sin embargo, en la práctica real nos encontramos con la baja cobertura que tienen los programas de formación y profesionalización docente; desarrollar cursos o programas disponibles y adaptados a su ritmo de trabajo resulta primordial para obtener una educación de calidad. Dichos cursos deben responder a las necesidades actuales y fomentar el desarrollo de docentes cada vez más preparados.

En este trabajo, se desarrolla la propuesta de generar un curso en línea que permita desarrollar competencias socioemocionales y poner en práctica las habilidades tecnológicas de los docentes, mismo que pretende contribuir a su formación de manera significativa.

## **Justificación**

En México el uso de la tecnología para la educación ha adquirido gran importancia, de acuerdo con la Asociación Mexicana de Internet (2018) el 44% de las personas continúan su preparación profesional en modalidad mixta con el fin de incrementar sus conocimientos; consideran que la flexibilidad de planes y contar con una plataforma disponible las 24 horas les es de gran ayuda.

En esa misma línea, el 45% de las personas encuestadas (Asociación Mexicana de Internet, 2018) están interesadas en seguir su preparación de manera virtual, ya que esta modalidad les permite trabajar, organizar su tiempo, es flexible y de fácil disponibilidad.

Dentro de la formación docente, el fortalecimiento de competencias digitales es fundamental, las TIC son herramientas que permiten el desarrollo profesional mediante el intercambio de información y de experiencias, así como la innovación en las estrategias didácticas. De manera general, las TIC pueden ser de amplia utilidad para apoyar la gestión de los procesos de mejora y facilitar la colaboración en las escuelas y planteles (Secretaría de Educación Pública, 2017, p.121).

Es por ello que la creación de cursos en línea dirigidos a docentes permite abonar de manera importante en su formación y más aún si dichos cursos les permiten desarrollar competencias indispensables para su labor como son las competencias socioemocionales; además de que los pocos referentes apuntan que la formación del docente en cursos en línea ha tenido resultados favorables.

Por lo anterior, el diseño de un curso en línea en el cual ellos puedan aprender competencias socioemocionales como el autoconocimiento (conciencia emocional) les brindará herramientas que benefician su formación y les permite ser parte activa de la educación por competencias que se plantea.

## **Pregunta**

¿Un curso en línea, en la plataforma *Moodle Cloud*, promueve el aprendizaje del autoconocimiento en docentes de educación básica?

## **Objetivo general**

Diseñar, implementar y probar un curso en línea en la plataforma *Moodle Cloud* para promover el aprendizaje del autoconocimiento dirigido a docentes de educación básica.

## **Objetivo del diseño tecno pedagógico**

Que los docentes implementen formas de autoconocimiento en término de competencias para identificar y etiquetar lo que sienten.

## **Hipótesis**

Un curso en línea promueve el aprendizaje del autoconocimiento para identificar y etiquetar lo que sienten, en docentes de educación básica.

El proyecto se desarrolló en dos fases, en los siguientes dos capítulos se presenta la información de cada una. En el capítulo dos se encuentra el método y resultados de la primera fase que comprende la fundamentación, diseño y validación del curso. En el capítulo 3 se presenta, de igual manera, el método y resultados de la segunda fase de implementación del curso.

## **CAPÍTULO 2 FASE 1 FUNDAMENTACIÓN, DISEÑO Y VALIDACIÓN DEL CURSO EN LÍNEA "CONOCIENDO MIS EMOCIONES"**

La primera fase de la presente investigación tiene por objetivo realizar la búsqueda de información para fundamentar el curso, realizar el diseño y su validación en línea. A continuación, se presenta el método y resultados obtenidos en esta primera fase.

### **Método de la Fase 1**

#### **Participantes**

Jueces para validación del contenido del diseño:

Juez 1: Licenciada en Psicología por la Facultad de Psicología, UNAM; experta en diseño instruccional y sobre calidad de la educación en línea. Tiene una formación en la práctica en instituciones educativas y cuenta con un perfil de psicóloga educativa.

Juez 2: Maestra en Psicología escolar por la Facultad de Psicología, UNAM; es diseñadora instruccional de cursos en línea, además ha trabajado talleres con alumnos de secundaria para el desarrollo de competencias emocionales (autoconocimiento) y cuenta con experiencia para la evaluación de cursos en línea.

#### **Docentes**

Dos docentes de educación básica de la Ciudad de México, interesados en formarse en un curso en línea sobre autoconocimiento

#### **Materiales**

Recursos usados en el curso:

- Videos recuperados de YouTube
- Documentos en Word
- Imágenes
- Documentos en PDF

#### **Hardware**

- Computadora portátil Procesador Intel® Core™ i3-4005U 1.70GHz 4.00GB de RAM Sistema operativo de 64 bits

## Software

- Aula virtual *Moodle Cloud* versión 3.5.2 Gratis. El curso “Conociendo mis emociones”, estuvo a disposición en la página siguiente:  
[https://compesocioemocionales.moodlecloud.com/login/?lang=es\\_mx](https://compesocioemocionales.moodlecloud.com/login/?lang=es_mx)

Las técnicas utilizadas para la recolección de información, así como los instrumentos para la validación del curso, se encuentran descritos a continuación.

## Técnicas

- Panel de expertos: es una técnica empleada para dar respuesta de manera ágil, informal e imparcial; consiste en la reunión de un grupo de especialistas en una determinada temática con el fin de obtener información de forma rápida y económica (Carmona, 2014). Para el panel de expertos se realizó una entrevista semi estructurada, el mismo se efectuó a través de una video conferencia en la plataforma *Moodle* por medio de *collaborate* (Anexo 1).

## Instrumentos

- Invitaciones:
  - Invitación para ser panelista experto en diseño instruccional y cursos en línea: es un formato realizado con el fin de invitar a los expertos a participar en un panel a través de la plataforma *Moodle* llamada *collabotare* y compartir su perspectiva sobre competencias socioemocionales y diseño instruccional, además se incluye el link de acceso a la plataforma, así como el guion de entrevista con los temas a abordar en el panel (Anexo 7).
  - Invitación para ser jueces de validación de un curso en línea: en este formato se les hace la cordial invitación a participar como jueces de

validación del curso en línea, se les menciona el objetivo y sobre que versa el curso, además se anexa el formato de evaluación a utilizar (Anexo 8).

- Invitación para participar en el curso en línea "Conociendo mis emociones" dirigido a docentes de educación básica cuya finalidad es aprender a nombrar e identificar sus emociones.
- Lista de cotejo para evaluar cursos en línea: este material fue desarrollado por Calero (2013) y evalúa, a partir de una escala, los requisitos básicos que debe contener un curso en línea. La escala va desde 4- Bueno a 0- No lo tiene, además incluye un apartado para recomendaciones y comentarios. Dicha evaluación fue realizada por 2 jueces expertos en el desarrollo de cursos en plataformas digitales (Anexo 5).
- Cuestionarios: son herramientas compuestas por una serie de preguntas utilizadas para recolectar datos o información necesaria para el proyecto de investigación (Fernández, 2007). La evaluación de los docentes participantes consistió en cuatro preguntas abiertas al finalizar cada unidad con el objetivo de conocer los aspectos que facilitaron o dificultaron su aprendizaje. Las preguntas fueron las siguientes: 1. ¿Qué aprendí en el módulo?; 2. ¿Qué aspectos del módulo facilitaron mi aprendizaje?; 3. ¿Qué aspectos del módulo dificultaron mi aprendizaje?; 4. Comentarios o recomendaciones.

## **Procedimiento de la Fase 1**

El diseño del curso se basó en el modelo de diseño instruccional ADDIE, a partir de ahí, se ejecutaron una serie de pasos para la construcción del curso; los pasos del procedimiento son los siguientes:

### **1. Búsqueda documental.**

Se realizó una búsqueda de información en la biblioteca digital UNAM y las bases de datos, considerando artículos y tesis principalmente. En esta investigación se buscó recabar información acerca de las competencias socioemocionales, el autoconocimiento, la formación docente en plataformas LMS, el uso de las TIC en la educación, así como el diseño instruccional. Considerado dicha información, y para conocer las necesidades de los participantes, se realizó una revisión documental del nuevo modelo educativo para identificar el tema del autoconocimiento y su definición. Posteriormente se procedió a realizar un panel de expertos a través de una videoconferencia en la plataforma *Moodle* versión 3.5.2 llamada *collaborate*, para conocer su opinión acerca de la viabilidad de emplear un curso en línea dirigido a docentes en donde pudieran aprender formas de autoconocimiento.

### **2. Organización de información.**

Toda la información recabada fue analizada y organizada, lo que permitió definir el objetivo del curso en línea para los docentes; la siguiente actividad consistió en buscar información acerca de las actividades, realizadas en trabajos anteriores, para el aprendizaje del autoconocimiento en tesis; a partir de dicha información se eligieron las actividades que se podrían utilizar en el curso con los docentes y posteriormente se inició con el proceso creativo de estructuración del curso.

### 3. Diseño y desarrollo del curso.

En esta parte se desarrollaron los objetivos de las unidades del curso en línea con base en la revisión documental, se definieron los temas a abordar en el curso y se plantearon diferentes actividades. A la par, se fueron creando o adaptando los materiales a utilizar y se buscaron materiales audiovisuales en YouTube.

Para el desarrollo del curso en línea se creó una carta descriptiva donde se plantearon 4 unidades. Para cada unidad se desarrollaron materiales, se plantearon actividades y se desarrollaron foros que beneficiará el autoconocimiento de los docentes.

Los materiales para las actividades incluyen presentaciones en Power Point, PDF, videos, documentos en Word y audios; cada uno está realizando de acuerdo a los propósitos de cada módulo (Anexo 3). Los recursos educativos que integran el diseño educativo son: Videos recuperados de YouTube

- Las emociones del docente dentro del aula de clases (Benavides y Llano, 2017).
- Indisciplina (Vaquero, s.f.).
- Respiración diafragmática (Pérez, 2017).

Vocabulario emocional.

- Medidor de humor
- Lista de emociones más frecuentes

Actividades y hojas de ejercicio

- “Reconociendo mis emociones”
- “Guiones de asertividad”
- “Exposición a emociones”
- “Exposición a emociones”

#### 4. Diseño del curso en línea.

Con los materiales realizados y la carta descriptiva hecha, el siguiente paso fue crear una cuenta en la plataforma Moodle Cloud, se realizó una revisión de la plataforma ubicando el tipo de materiales permitidos y las posibles actividades a realizar la plataforma. Después se procedió a crear el curso en línea dentro de la plataforma, se colocó la información solicitada y se realizaron las unidades con las actividades y materiales correspondientes, en otras palabras, se estructuró la secuencia didáctica dentro de la plataforma.

#### 5. Validación del curso

Para la validación del curso primero se identificaron a los jueces, la evaluación del curso se realizó a partir de la lista de cotejo para evaluación de cursos en línea de Calero (2013). Los jueces que aceptaron evaluar el curso fueron inscritos en la plataforma para que pudieran acceder. Los resultados de la evaluación fueron enviados por correo, dicha información se encuentra en la parte de resultados.

### **Resultados de la Fase 1**

A continuación, se presentan los resultados cuantitativos y cualitativos obtenidos en esta primera fase.

### **Validación del curso en línea**

Los resultados obtenidos por los jueces en la evaluación de curso con base en la lista de cotejo para la evaluación del curso en Línea de Calero (2013) se presentan a continuación.

Tabla 1. Resultados de la lista de cotejo para evaluación de cursos en línea de Calero (2013).

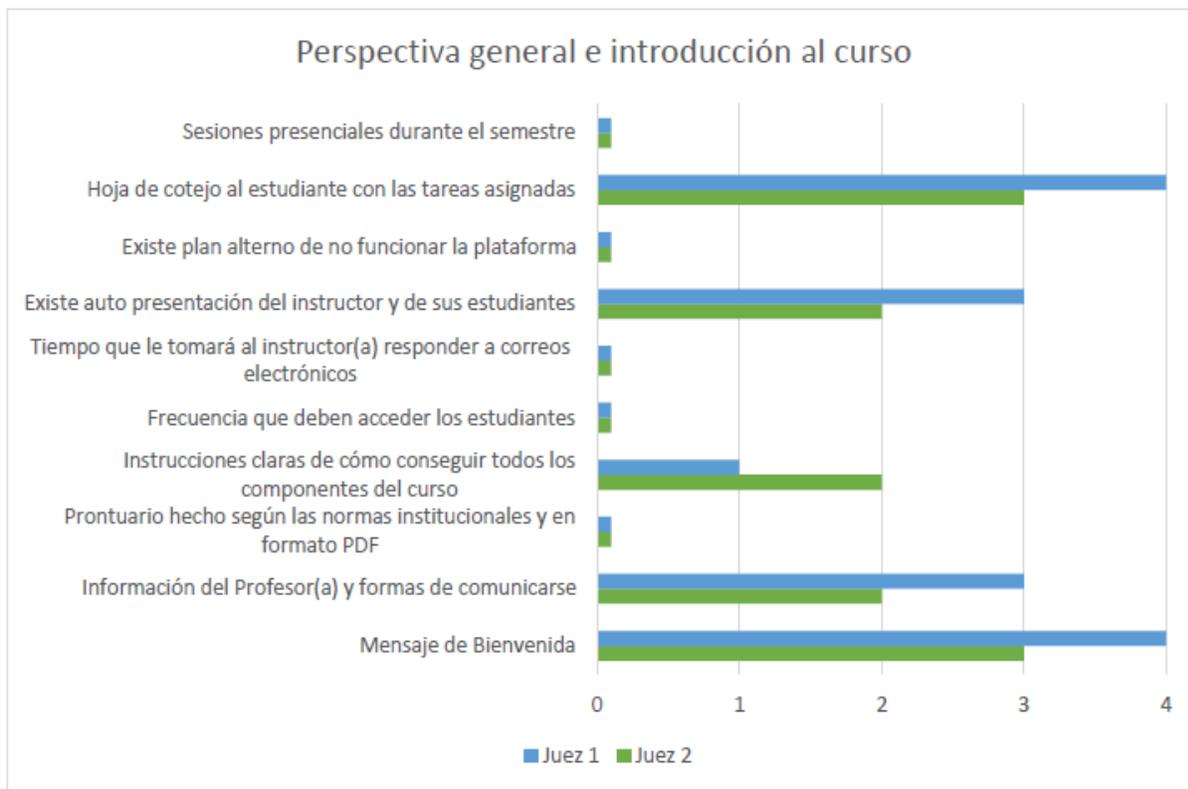
<b>Criterio a evaluar</b>	<b>Juez 1</b>	<b>Juez 2</b>	<b>Promedio</b>	<b>Máximo posible</b>	<b>Mínimo posible</b>
	<b>J1</b>	<b>J2</b>			
<b>Perspectiva general introducción al curso</b>	15.0	12.0	13.5	40.0	0.0
<b>Evaluación del estudiante</b>	0.0	4.0	2.0	16.0	0.0
<b>Evaluación del curso</b>	0.0	3.0	1.5	8.0	0.0
<b>Recursos y Materiales</b>	12.0	16.0	14.0	16.0	0.0
<b>Diseño de instrucción</b>	37.0	28.0	32.5	40.0	0.0
<b>Uso efectivo de la tecnología</b>	14.0	20.0	17.0	20.0	0.0

Nota: La tabla presenta las puntuaciones más altas situadas en los criterios de recursos y materiales, diseño instruccional, uso efectivo de la tecnología; mientras que el criterio de perspectiva general e introducción al curso, así como evaluación del estudiante posee los puntajes más bajos.

De acuerdo con los puntajes otorgados por los jueces en la evaluación del curso se observa que el criterio de Diseño de instrucción y Uso efectivo de la tecnología cuenta con altos puntajes, es decir, que los jueces consideran que las instrucciones dentro del curso son adecuadas y que se realizó un uso efectivo de los recursos tecnológicos. Por otro lado, los puntajes de los criterios Evaluación del estudiante y Evaluación del curso, fueron los más bajos; lo que refiere que dentro del curso falta especificar los criterios de evaluación para las actividades y dar la oportunidad de que los estudiantes evalúen el curso.

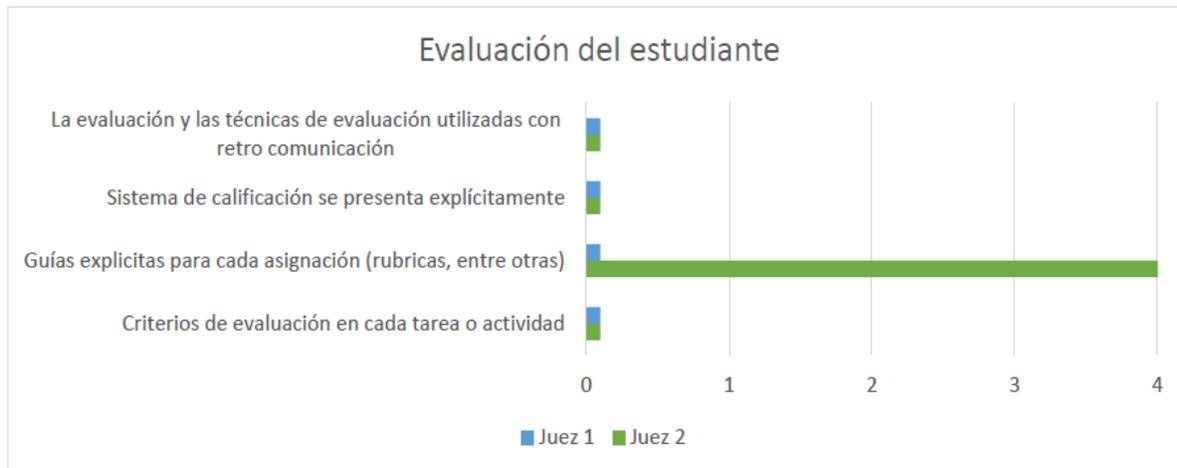
A continuación, se presentan los gráficos con las puntuaciones obtenidas por cada uno de los jueces en los criterios de evaluación, cada línea de color representa la puntuación otorgada por cada juez, con un mínimo de 0 y un máximo de 4. En análisis de resultados se describe cada lo de los criterios con mayor detalle.

Grafica 1. Criterio a evaluar: Perspectiva general e introducción al curso.



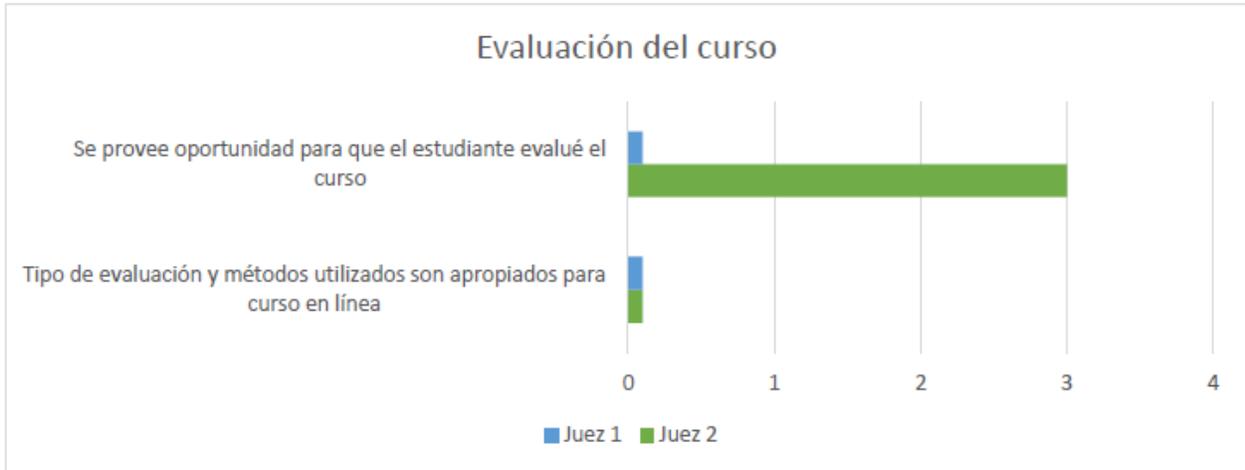
Nota: La grafica muestra los puntajes del criterio de Perspectiva general e introducción al curso. Siendo Tiempo que tomará en responder a correos electrónicos y Frecuencia que deben de acceder los estudiantes los criterios más bajos puntuados con 0 por ambos jueces. Mientras Sesiones presenciales y Mensaje de bienvenida los únicos criterios puntuados con 4 por el juez 1.

Grafica 2. Criterio a evaluar: Evaluación del estudiante



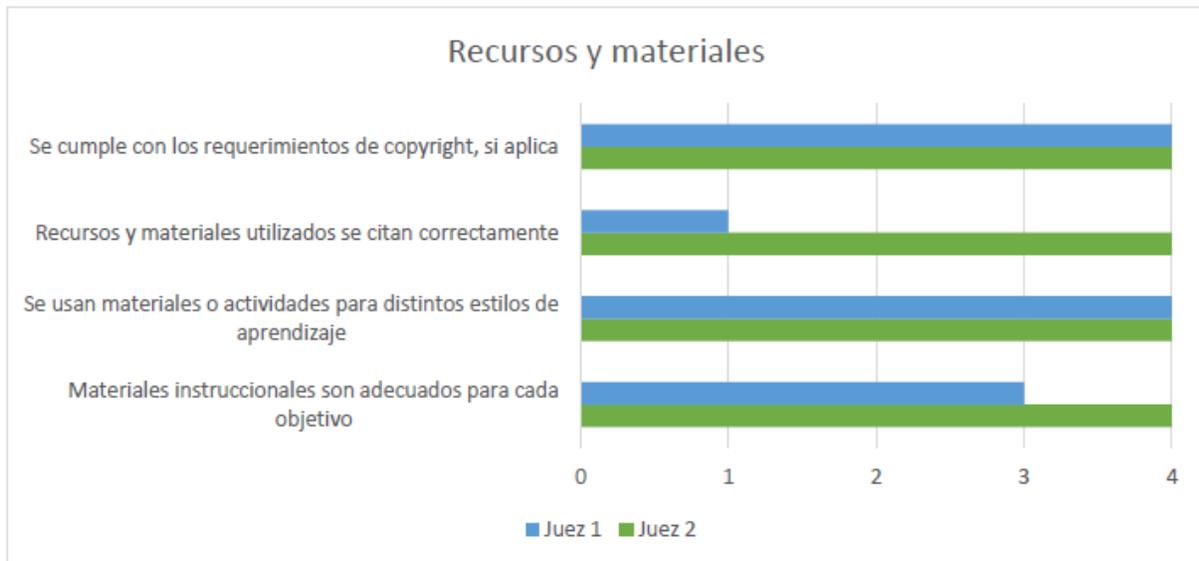
Nota: La grafica muestra los resultados del criterio Evaluación del estudiante. Solo es aspecto de Guías explícitas para cada asignación fue puntuado con 4 por el juez 2, mientras todos los demás obtuvieron una calificación de 0.

Grafica 3. Criterio a evaluar: Evaluación del curso.



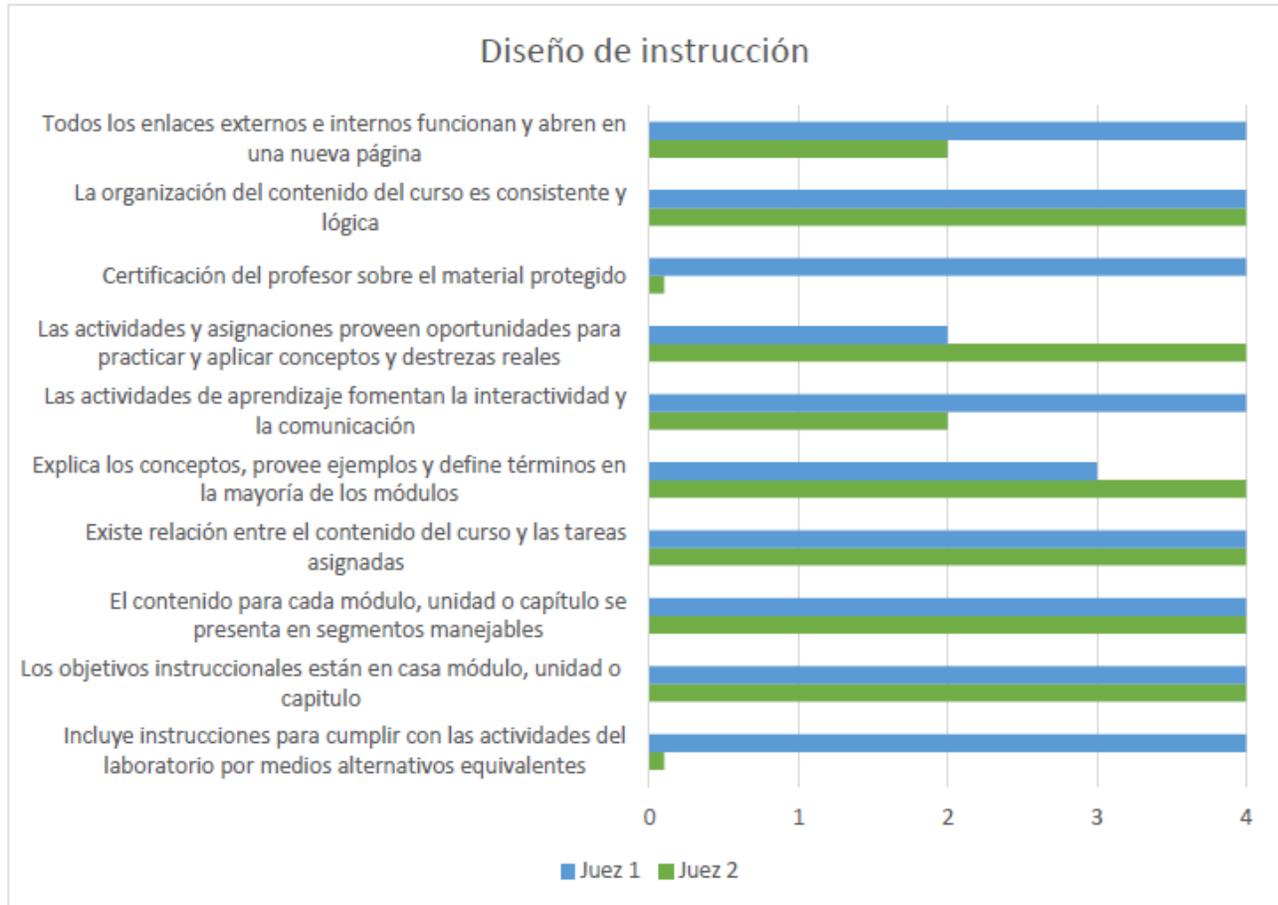
Nota: La grafica muestra los resultados del criterio Evaluación del curso. Se provee la oportunidad para que el estudiante evalúe el curso fue el único aspecto puntuado con una calificación superior a 0.

Grafica 4. Criterio a evaluar: Recursos y materiales.



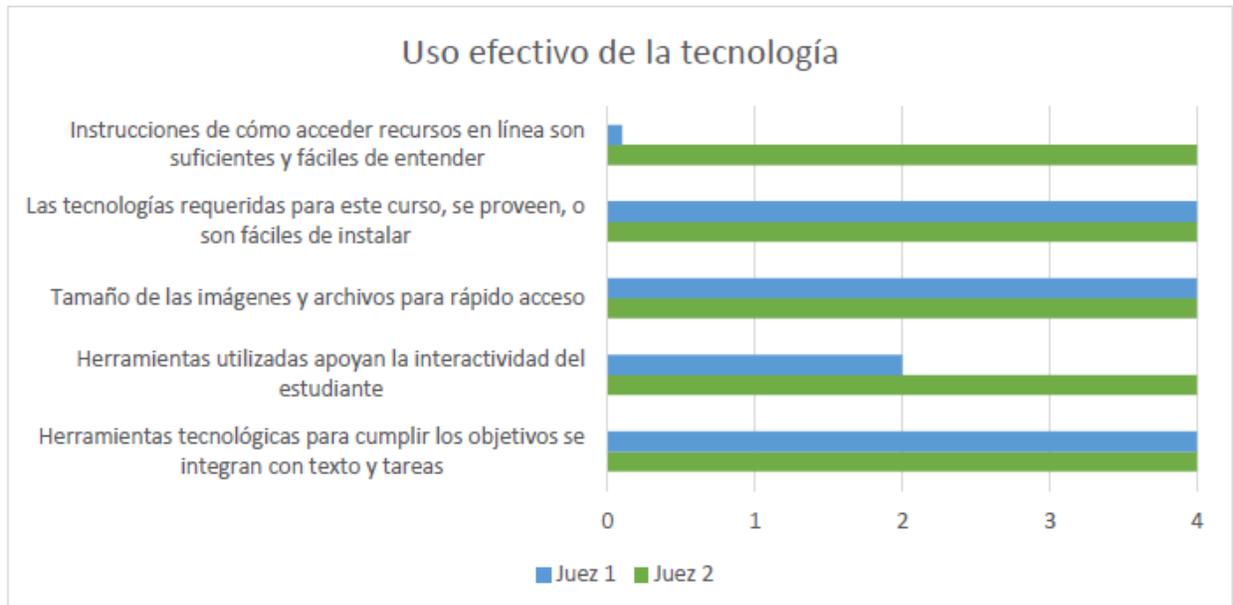
Nota: La grafica muestra los puntajes del criterio de Recursos y materiales. El juez 2 puntuó con 4 todos los aspectos; mientras el juez 1 valoro con la puntuación más baja el criterio de Recursos y materiales citados correctamente.

Grafica 5. Criterio a evaluar: Diseño de instrucción.



Nota: La grafica muestra los puntajes del criterio de Diseño de instrucción. Siendo Certificación del profesor sobre el material protegido e Instrucciones para cumplir con las actividades los aspectos puntuados más bajos.

Grafica 6. Criterio a evaluar: Uso efectivo de la tecnología



Nota: La grafica muestra los puntajes del criterio de Uso efectivo de la Tecnología. El juez 2 puntuó con la calificación máxima todos los criterios, mientras el juez 1 puntuó las Instrucciones de cómo acceder a los recursos en línea con la calificación más baja.

### **Análisis de resultados de la validación del curso en línea.**

De acuerdo a los resultados obtenidos por los jueces de validación del curso en línea, se encontró que respecto al primer criterio de evaluación *Perspectiva general e introducción al curso* se obtuvo una puntuación promedio de 13.5 de 40 puntos posibles, esto ya que ambos jueces puntuaron con 0, es decir, no lo tiene, tanto el punto del Prontuario hecho según las normas institucionales y en formato PDF, consideran que no se especifica la frecuencia con que deben acceder los estudiantes al curso, ni tampoco, el tiempo que le tomará al instructor(a) responder a correos; además, refieren que no existe plan alterno de no funcionar la plataforma y no aplica las sesiones presenciales durante el semestre. Por otro lado, mencionan que hace falta incluir una guía de cada uno de los componentes de la Moodle, añadir ejemplos en los mensajes del foro; es necesario incluir la frecuencia con la que deben acceder los estudiantes, hojas de cotejo para las actividades y mencionar el tiempo aproximado que tomará en responder los mensajes o correos.

En el segundo criterio *Evaluación del estudiante* se obtuvo una puntuación promedio de 2 de 16 puntos posibles debido a que el juez número 1 puntuó con 0 todos los puntos de este criterio y el juez 2 solo califico con 4, es decir como bueno, el punto de hacer explícitas las guías para cada asignación. En otras palabras, los jueces consideran que no se aclara a los estudiantes los criterios de evaluación de cada actividad que realizarán, no se explicita un sistema de calificación o una técnica de evaluación para cada una de las actividades.

El tercer criterio *Evaluación del curso* obtuvo una puntuación promedio de 1.5 de 8 puntos posibles dado que el juez número 1 calificó con 0 todos los puntos del criterio y el juez número dos solo asignó la calificación de 3, es decir adecuado, el punto de proveer oportunidad para que los estudiantes evalúen el curso. Además, explicaron que, si bien las actividades recibirán retroalimentación, no queda claro en el curso, además es importante pedirles a los estudiantes opciones de mejora para el diseño

instruccional y es recomendable añadir un formulario de Google para que los estudiantes puedan evaluar el curso.

En lo que respecta al cuarto criterio *Recursos y materiales* se obtuvo una puntuación promedio de 14 de 16 puntos posibles, ya que el juez número 2 considera como bueno, es decir asigna calificación de 4 a todos los puntos de este criterio, mientras el juez número 1 considera que los Recursos y materiales utilizados se citan de manera inadecuada, por lo que asigna una calificación de 1 (inadecuado). De manera general la validación indica que se implementan materiales adecuados para cada módulo, se utilizan materiales y actividades de distintos estilos de aprendizaje, sin embargo, es necesario referenciar los materiales dentro de la plataforma *Moodle Cloud* y no solo en los documentos del sitio.

El quinto criterio *Diseño de instrucción* obtuvo una puntuación promedio de 32.5 de 40 puntos posibles, en este criterio los jueces puntuaron en general con 4, sin embargo, el juez número 2 puntuó con 0, es decir como no lo tiene, el punto de instrucciones adecuadas para realizar cada actividad. Dada las puntuaciones promedio de este criterio los jueces valoran que se explicitan los objetivos, los segmentos de los módulos son manejables, las actividades proveen oportunidades para practicar y aplicar conceptos.

Finalmente el sexto criterio *Uso efectivo de la tecnología* obtuvo una puntuación promedio de 17 de 20 puntos posibles, todos los puntos de este criterio fueron puntuados con 4 por el segundo juez, mientras que el juez número 1 puntuó con 0, el punto de Instrucciones de cómo acceder recursos en línea son suficientes y fáciles de entender, es decir, considera que el curso no tiene instrucciones de cómo acceder suficientes y fáciles de entender. Por otro lado, el promedio obtenido indica que los jueces consideran que las herramientas tecnológicas empleadas permiten cumplir los objetivos planteados, las tecnologías requeridas son de

fácil acceso, se utilizan diversas herramientas tecnológicas como videos, chats, registros de notas, además las herramientas que apoyan la interactividad de los estudiantes.

Con base en los resultados obtenidos en la validación se realizaron las mejoras pertinentes en cuanto a las instrucciones, presentación e inclusive se modificó el nombre del curso y posteriormente se realizó una implementación piloto con dos docentes de educación básica interesados en el curso.

Las respuestas obtenidas por los docentes en los cuestionarios finales de cada módulo se analizaron según el modelo de Bardín (2002) que propone organizar las respuestas según los temas de interés referidos por los participantes.

Figura 1. Respuestas de los docentes a la pregunta ¿Qué aprendí en el módulo?

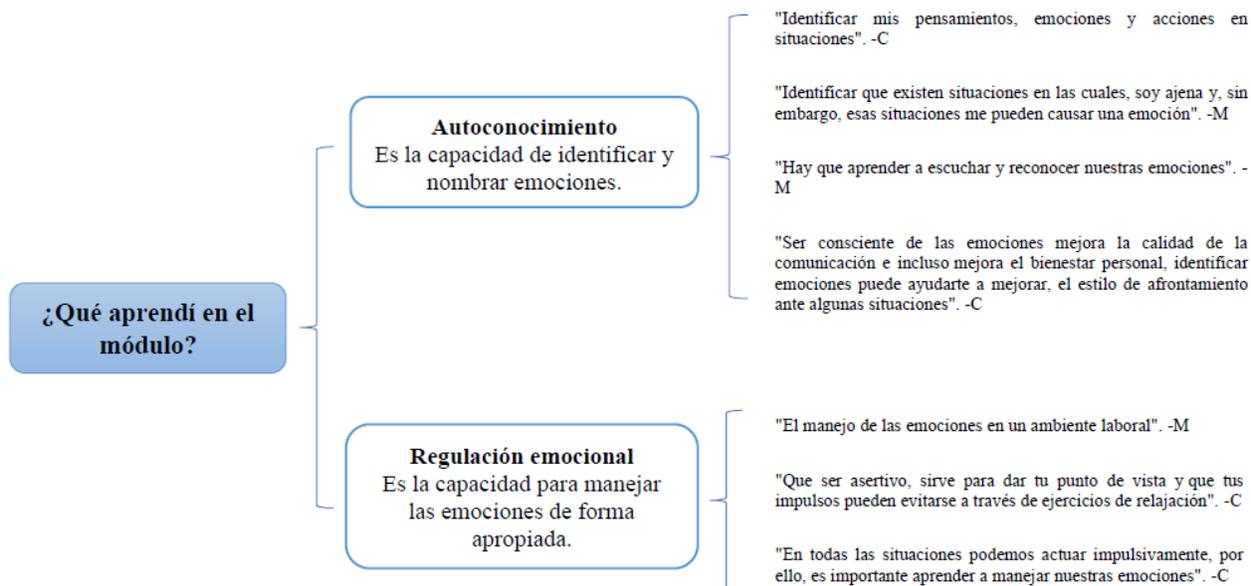


Figura 1. Muestra los temas más recurrentes a la pregunta ¿Qué aprendí en el módulo?, siendo estos 1. Autoconocimiento y 2. Regulación emocional.

Figura 2. Respuestas de los docentes a la pregunta ¿Qué aspectos del módulo facilitaron mi aprendizaje?

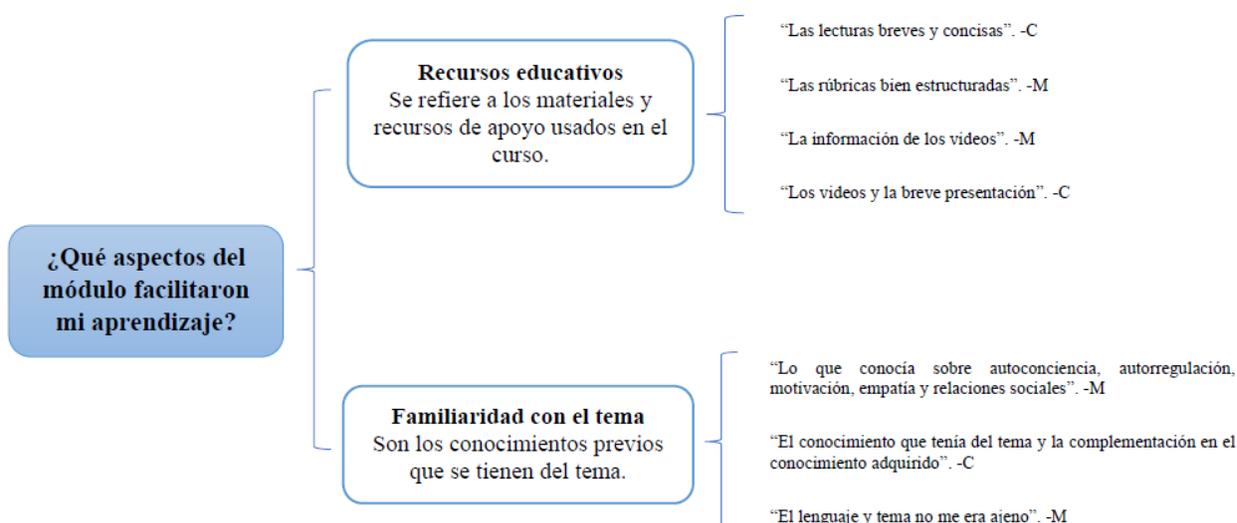


Figura 2. Muestra los temas que los docentes refieren a la pregunta ¿Qué aspectos del módulo facilitaron mi aprendizaje?, estos son: 1. Recursos educativos y 2. Familiaridad con el tema.

Figura 3. Respuestas de los docentes a la pregunta ¿Qué aspectos dificultaron mi aprendizaje?

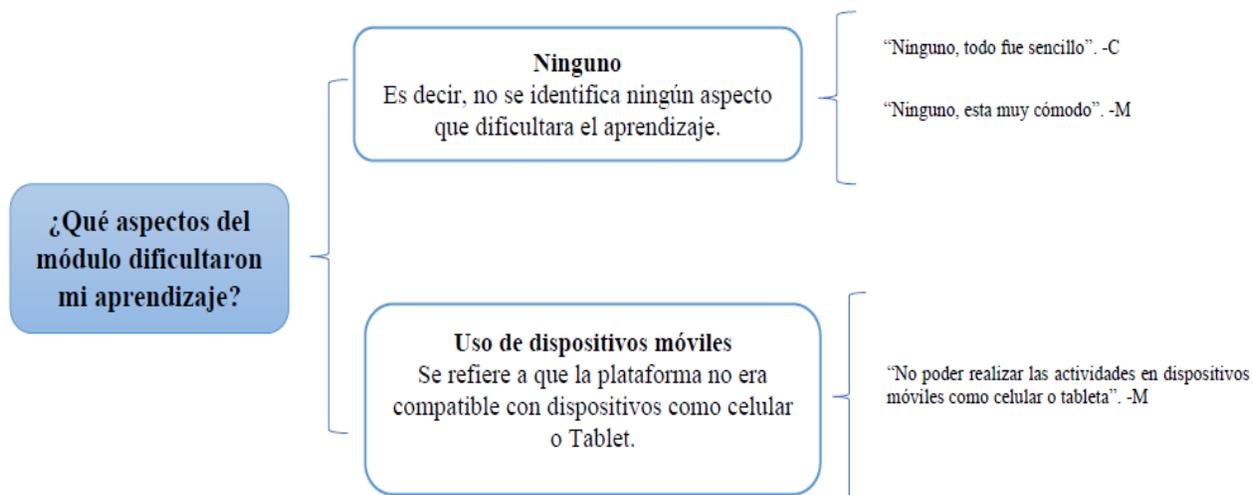


Figura 3. Muestra los temas referidos por los docentes a la pregunta ¿Qué aspectos dificultaron mi aprendizaje?, siendo estos: 1. Ninguno y 2. Uso de dispositivos móviles.

Las respuestas de los docentes indican que en el curso aprendieron sobre el autoconocimiento de sus propias emociones, así como, estrategias para regular sus emociones. Por otro lado, la familiaridad con el tema y los recursos educativos del curso facilitaron su aprendizaje. No obstante, un aspecto de mejora del curso es la compatibilidad de la plataforma en diferentes dispositivos como celular o Tablet.

Finalmente, con todo el análisis realizado en esta primera Fase del proyecto, se realizaron las mejoras pertinentes antes de realizar la implementación. En el siguiente capítulo se encuentra el método y resultados obtenidos en la Fase 2.

## CAPÍTULO 3 FASE 2 IMPLEMENTACIÓN DEL CURSO

En este capítulo se presenta el método y resultados obtenidos en la segunda fase de la investigación, la fase de implementación del curso.

Es importante mencionar que con base en los comentarios realizados por los docentes que participaron en el piloto del curso y los resultados de la validación de los jueces se realizaron las modificaciones pertinentes para llevar a cabo la fase de 2 de implementación; además, se mantienen algunos materiales e instrumentos en esta segunda fase. A continuación, se describe el método y resultados obtenidos.

### Método de la Fase 2

#### Participantes

Docentes

Cinco docentes de educación básica de la Ciudad de México, interesados en formarse en un curso en línea sobre autoconocimiento

#### Materiales

Recursos:

- Videos recuperados de YouTube
- Documentos en Word
- Imágenes
- Documentos en PDF

Hardware

- Computadora portátil

Procesador Intel® Core™ i3-4005U 1.70GHz 4.00GB de RAM

Sistema operativo de 64 bits.

Software

- Aula virtual *Moodle Cloud versión 3.5.2* Gratis.

Invitaciones

- Invitación para participar en el curso en línea "Conociendo mis emociones" dirigido a docentes de educación básica cuya finalidad es aprender a nombrar e identificar sus emociones.

#### Instrumentos

- Rúbricas para evaluar el registro emocional: las rúbricas son guías de puntuación que permiten evaluar características específicas de un producto, proyecto o tarea en varios niveles de rendimiento (Andrade, 2005; Mertler, 2001 citado en Fernández, 2010). Para valorar el auto conocimiento de los docentes en el registro emocional se desarrolló una rúbrica que permite evaluar el registro emocional con la finalidad de conocer si los docentes identifican las emociones que sienten ante determinadas situaciones y reconocen como actúan ante ello, se implementaron tres niveles de rendimiento (elemental, medio y alto) que valoraban los siguientes criterios:
  - Nombra la emoción
  - Descripción de la situación
  - Sensaciones físicas
  - Pensamientos
  - Reacciones propias
  - Reacciones de los demás
- Cuestionarios: los cuestionarios utilizados fueron los mismos que la fase anterior. La evaluación de los docentes participantes consistió en cuatro preguntas abiertas al finalizar cada unidad con el objetivo de conocer los aspectos que facilitaron o dificultaron su aprendizaje. Las preguntas fueron las siguientes: 1. ¿Qué aprendí en el módulo?; 2. ¿Qué aspectos del módulo facilitaron mi aprendizaje?; 3. ¿Qué aspectos del módulo dificultaron mi aprendizaje?; 4. Comentarios o recomendaciones.

## **Procedimiento de la Fase 2**

El primer paso para la implementación del curso en línea fue invitar a docentes de educación básicas a través de correo electrónico, en él se les pidió que mandaran dos horarios disponibles para una sesión presencial en dónde se les mostró el curso, el procedimiento de entrada y las actividades a realizar.

Posteriormente, se les hizo llegar a su correo el nombre de usuario y contraseña para que pudieran ingresar al curso.

El curso consta de 4 unidades, la primera unidad de bienvenida cuyo objetivo es que los docentes se familiaricen con la plataforma y se presenten con sus compañeros. Cada módulo tiene una duración de 3 horas, en total el curso tiene una duración de 12 horas.

El 15 de julio del 2019 inicio el curso y culminó el 2 de agosto, la plataforma estuvo disponible las 24 horas por lo que los docentes tenían la posibilidad de organizar sus horarios y realizar las actividades en tiempo y forma. Cada actividad realizada recibía retroalimentación en un plazo no mayor a dos días hábiles. Al finalizar el curso, incluyendo las actividades, tareas y evaluaciones, los docentes recibieron un reconocimiento por su participación.

## **Resultados de la Fase 2**

A continuación, se presentan los resultados cuantitativos y cualitativos obtenidos en esta fase.

Para conocer si hay diferencias significativas en el autoconocimiento de los docentes, se realizó un análisis los resultados obtenidos en el registro emocional a través de la prueba no paramétrica T Wilcoxon.

Tabla 2. Comparación entre la evaluación inicial y final con la T de Wilcoxon.

	<b>Evaluación</b>		
	<b>Inicial</b>	<b>Final</b>	<b>Z</b>
<b>Total</b>	15.20	15.80	-0.73
<b>Nombrar la emoción</b>	3.00	3.00	0.00
<b>Describir la emoción</b>	2.80	2.60	-1.00
<b>Identificar sensaciones físicas</b>	2.80	2.80	0.00
<b>Identificar pensamientos asociados a la emoción</b>	3.00	2.40	-1.41
<b>Identificar reacciones propias</b>	2.40	2.20	-0.44
<b>Identificar reacciones de los demás</b>	2.20	2.80	-0.23

Nota: No se encontraron diferencias significativas en las puntuaciones de las evaluaciones.

De acuerdo con los resultados obtenidos, no se encuentran diferencias significativas respecto a la evaluación inicial y final. Se observa que algunos de los puntajes se mantienen, como es el caso del criterio de Nombrar la emoción. Esta situación se relaciona con el hecho de que los docentes poseían conocimientos previos con el tema; y por otro lado, la corta duración del curso no permite reflejar un avance significativo en el desarrollo de la competencia de autoconocimiento.

Posteriormente se realizó un análisis cualitativo de los comentarios de las actividades realizadas por los docentes a través del modelo de Bardín (2002), en primer lugar, se muestra el análisis de los cuestionarios realizados al finalizar los módulos y posteriormente, los resultados individuales de cada docente en las actividades del curso.

Figura 4. Respuestas de los docentes a la pregunta ¿Qué aprendí en el módulo?

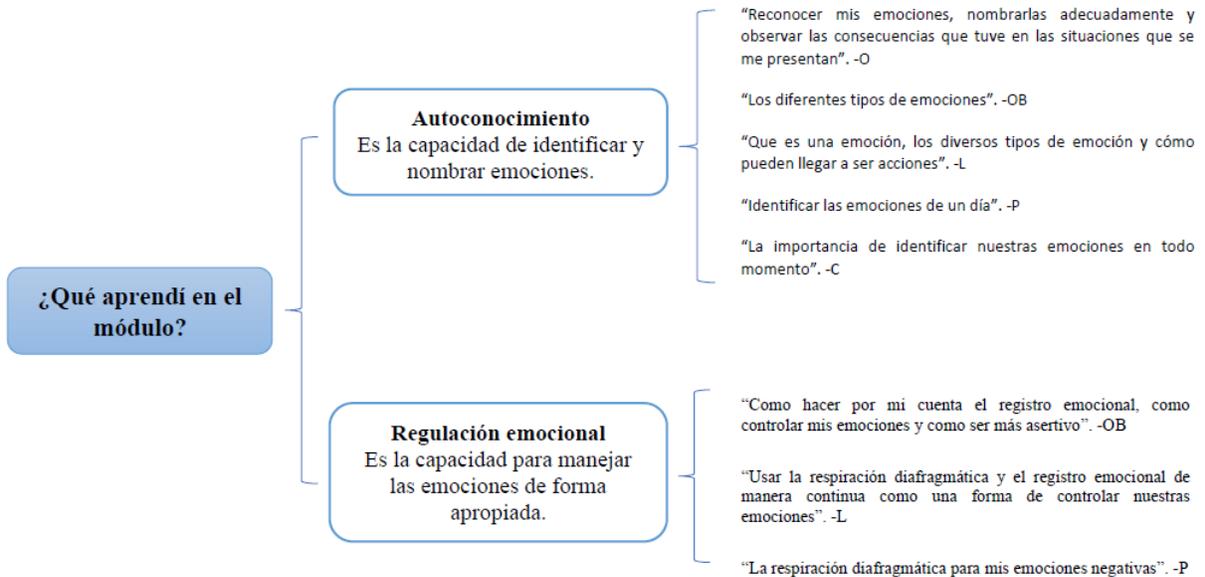


Figura 4. Muestra los temas más recurrentes a la pregunta ¿Qué aprendí en el módulo?, estos son: 1.Autoconocimiento y 2. Regulación emocional.

Figura 5. Respuestas de los docentes a la pregunta ¿Qué aspectos facilitaron mi aprendizaje?

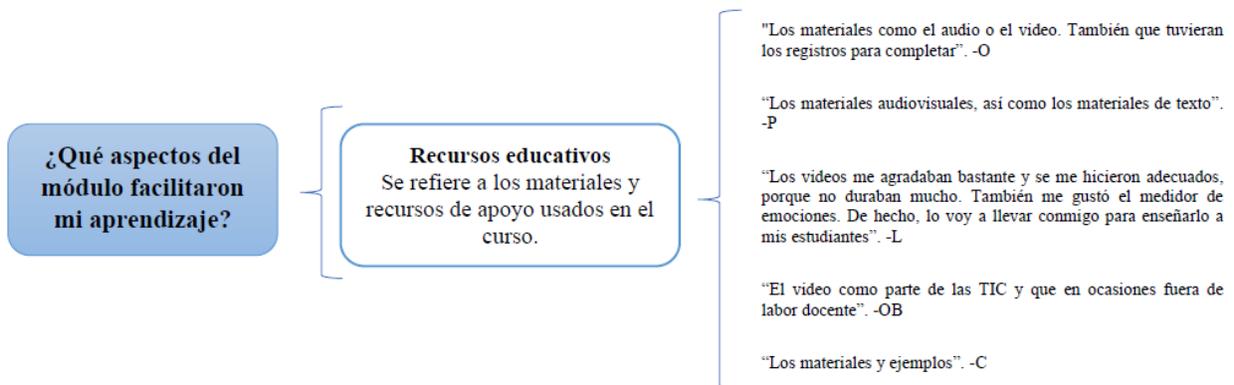


Figura 5. Muestra los temas recurrentes a la pregunta ¿Qué aspectos facilitaron mi aprendizaje?, siendo estos: 1. Recursos educativos.

Figura 6. Respuestas de los docentes a la pregunta ¿Qué aspectos dificultaron mi aprendizaje?

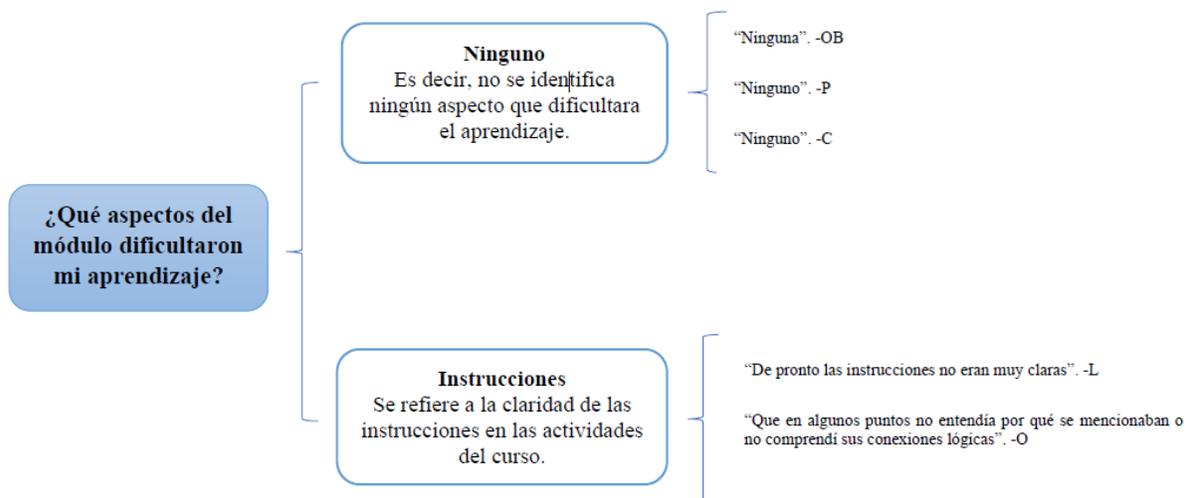


Figura 6. Muestra las respuestas a la pregunta ¿Qué aspectos dificultaron mi aprendizaje?, estos son: 1. Ninguno y 2. Instrucciones.

En las respuestas de los cuestionarios los docentes refieren que aprendieron en el curso el autoconocimiento de sus propias emociones, estrategias para regular sus emociones. Además, los recursos educativos fueron un factor importante que facilitó su aprendizaje, sin embargo, las instrucciones son un aspecto de mejora en el curso.

A continuación, se presentan los resultados individuales de cada docente, de acuerdo a las actividades realizadas en el curso.

## Docente C

Toma conciencia de las propias emociones, de acuerdo con esta capacidad de identificar y etiquetar emociones, además de reconocer la posibilidad de experimentar varias emociones. Encontramos que el docente C al inicio logra identificar y nombrar una emoción y posteriormente reconoce diversas emociones ante una misma situación; por otro lado, el docente es capaz de identificar más de una sensación física producto de sus emociones.

<b>Ejercicio: Primer registro emocional</b>	
¿Qué emoción (es) sentí durante el día?	R= Alegría
¿Qué fue lo que sentí en mi cuerpo?	R= Nudos en la garganta. Presión en el pecho. Pesadez en el cuerpo.

<b>Ejercicio: Reconociendo mis emociones</b>	
¿Cómo hizo que te sintieran esa situación, tanto emocional como físicamente?	R= Muy apenado, avergonzado, y con una gran molestia. Me dolió el estómago y me sonroje.

Además, el docente fue capaz de identificar sus impulsos y las consecuencias de sus acciones.

<b>Ejercicio: Reconociendo mis emociones</b>	
¿Qué querías hacer como resultado de lo que sentías? (¿Cuáles eran tus impulsos?)	R= Enfrentarla y exhibirla a la clase por ese tipo de conductas. O decirle que se esperara después de clases.
¿De qué manera te afectaron más tarde tus emociones y acciones? (¿Cuáles fueron las consecuencias a corto y largo plazo como resultado de tus acciones?)	R= Al no ser el titular de la clase, me sentí apenado con la titular y le tuve que contar lo que había pasado, la verdad me sentí mal. A largo plazo creo que fue la mejor solución, sin embargo, ahora esta experiencia me servirá para resolver algunos conflictos.

## Docente OB

En el caso del docente OB, durante las actividades fue capaz de identificar una o más emociones, así como las sensaciones físicas.

<b>Ejercicio: Primer registro emocional</b>	
¿Qué emoción (es) sentí durante el día?	R= Tranquilidad y entusiasmo.
¿Qué fue lo que sentí en mi cuerpo?	R= Relajación y descanso.

Sin embargo, no ubicó claramente las situaciones que generaban dichas emociones.

<b>Ejercicio: Primer registro emocional</b>	
¿En qué situación?	R= En clase y en casa, espacios en los cuales las emociones, como en cualquier otro lugar, deben de ser manejadas algunas y otras disfrutadas.
<b>Ejercicio: Segundo registro emocional</b>	
¿En qué situación?	R= Estoy de vacaciones.

Por otro lado, el docente reconoció la importancia que tienen las emociones en su labor docente.

<b>Ejercicio: Primer registro emocional</b>	
¿Cómo reaccionaron los demás?	R= En mi caso, como maestro, sé que tengo mucha inferencia en el movimiento conductual del espacio e intento que sea agradable para que, tanto mis alumnos como yo, más que aprender experimentemos el conocimiento de una manera agradable. Y así sucedió.

## Docente O

A lo largo de las actividades el docente reconoció una emoción en cada situación y más de una sensación física.

<b>Ejercicio: Primer registro emocional</b>	
¿Qué emoción (es) sentiste durante el día?	R= Ansiedad
<b>Ejercicio: Segundo registro emocional</b>	
¿Qué emoción (es) sentiste durante el día?	R= Relajado
¿Qué fue lo que sentiste en tu cuerpo?	R= Calor agradable, como tibieza. Cómo latía mi corazón y el sonido era agradable.
<b>Ejercicio: Reconociendo mis emociones</b>	
¿Cómo hizo que te sintieras esa situación, tanto emocional como físicamente?	R= Emocional: me enojó porque no siguió el consenso acordado. Físico: aumenta mi temperatura corporal.

Además, identificó sus impulsos, actuó de manera sensata por lo que las consecuencias de sus acciones fueron favorables.

<b>Ejercicio: Reconociendo mis emociones</b>	
¿Qué querías hacer como resultado de lo que sentías? (¿Cuáles eran tus impulsos?)	R= Callarlo y manejar la situación, recordándole lo acordado: que los demás hablaran, teniendo cada uno su tiempo, de manera equitativa.
¿Qué hiciste y dijiste? (¿Qué acciones o comportamientos llevaste a cabo como resultado de lo que sentías?)	R= Me puse de pie, busqué contacto visual con el ponente, le sonreí y le hice un gesto para pedir la palabra, retomando el tema que estaba explicando. Después realicé una pregunta dónde las personas participaran, tanto ponentes como alumnos. Al final de la sesión le comenté en privado al colega de esta situación para evitar que volviera a suceder.

<p>¿De qué manera te afectaron más tarde tus emociones y acciones? (¿Cuáles fueron las consecuencias a corto y largo plazo como resultado de tus acciones?)</p>	<p>R= El colega comprendió la situación y me agradeció los comentarios, además de justificar lo que hizo. Le escuché y negociamos posibles alternativas, llegando a un acuerdo que se mantuvo el resto de las sesiones.  Con ello, el grupo se volvió más participativo y hubo una mejor dinámica entre los ponentes.</p>
---	---

### Docente L

Durante las actividades, el docente identifica más de una emoción ante la situación y reconoce los pensamientos asociados a dicha emoción.

<p><b>Ejercicio: Primer registro emocional</b></p>	
<p>¿Qué emoción (es) sentiste durante el día?</p>	<p>R= Preocupación, ansiedad y enojo.</p>
<p>Ejercicio: Reconociendo mis emociones</p>	
<p>¿Cómo hizo que te sintieras esa situación, tanto emocional como físicamente?</p>	<p>R= Enojada y frustrada (...). Me sentí desmotivada.</p>
<p><b>Ejercicio: Primer registro emocional</b></p>	
<p>¿Qué fue lo que pensé?</p>	<p>R=En que sería un gran problema y seguramente implicaría una demanda para la escuela y responder a cuestiones legales es desgastante, además de que yo tenía duda con respecto al discurso de la alumna. Además de que me dejaron prácticamente sola enfrentar la situación ya que solo yo hablaba con las partes involucradas.</p>

**Ejercicio: Segundo registro emocional**

¿Qué fue lo que  
pensé?

R=Que no les importa el mensaje a diferencia mía que siempre  
estoy pendiente para que las actividades salgan como estaban  
planeadas.

Por otro lado, reconoció sus impulsos, acciones y consecuencias de sus acciones.

**Ejercicio: Reconociendo mis emociones**

¿Qué querías hacer como resultado  
de lo que sentías?

(¿Cuáles eran tus impulsos?)

R= Hablar con mi jefa de la situación. Reclamar por  
las actitudes que tomaron para conmigo.

¿Qué hiciste y dijiste?

(¿Qué acciones o comportamientos  
llevaste a cabo como resultado de lo  
que sentías?)

R=Hablé con mi jefa le dije que estaba en la  
disposición de dejar mi lugar a quien estuviera  
capacitado para realizar correctamente las  
actividades. Estaba molesta y casi no hablaba con  
mis compañeros.

¿De qué manera te afectaron más  
tarde tus emociones y acciones?

(¿Cuáles fueron las consecuencias a  
corto y a largo plazo como resultado  
de tus acciones?)

R= Después de hablar me sentí mal y avergonzada  
ya que creo actúe de manera inmadura al menos así  
me sentí.

Mi jefa me dijo que en ningún momento ella  
dudaba de mi capacidad por lo que no debía pensar  
en lo que le había dicho eso me hizo recobrar la  
confianza y continúe como siempre.

## Docente P

En las actividades realizadas, la docente identificó y nombró sus emociones, además describió los pensamientos asociados a las mismas.

<b>Ejercicio: Primer registro emocional</b>	
¿Qué emoción (es) sentiste durante el día?	R= Emoción, Impotencia, Alegría, Tranquilidad
¿Qué fue lo que sentiste en tu cuerpo?	R= Emoción: Hormigueo Impotencia: tensión en mandíbula Alegría: Hormigueo Tranquilidad: todo mi cuerpo relajado
¿Qué fue lo que pensé?	R=Emoción: que son muy pocas las cosas que la causan. Impotencia: Que estoy atada de manos y no lo puedo ayudar. Alegría: Que mi sobrino es mi mayor tesoro en este momento de mi vida. Tranquilidad: Que cualquier libro puede crear ese efecto en mí.

Al reconocer las situaciones y emociones describió cómo estas impactan en su desempeño.

<b>Ejercicio: Reconociendo mis emociones</b>	
¿Cómo hizo que te sintieras esa situación, tanto emocional como físicamente?	R= Antes del comentario de mi directora me sentía yo desilusionada porque nada había salido como debía, físicamente estaba débil por mi situación médica. (...) Estuve con el enojo todo el día y las actividades que hice las hacía de mala gana pues no estaba con humor. Cuando llegué a casa me sentí frustrada (...).

Finalmente, se presentan algunos de los comentarios realizados por los docentes a manera de recomendación al final del curso.

Los docentes reportaron adquirir los siguientes aprendizajes:

*“Manejo de mis emociones”*. - C

*“Amplíe el horizonte de conocimiento relacionado con la educación y las emociones”*.  
-OB

*“Qué son las emociones, cuáles son, cómo puedo controlarlas y ubicar qué consecuencias traen si soy consciente o me dejó llevar por ellas”*. - O

*“La importancia de identificar y regular las emociones para mejorar nuestras relaciones interpersonales”*. -L

*“Que como docente el aprender a regular tus emociones harán que tus alumnos y la clase sean fáciles de asimilar y que puedo aplicar diferentes métodos para regular mis emociones y que pueden ser transmitidas a mis alumnos e incluso a mis compañeros de trabajo”*. -P

Del mismo modo, comentan lo que les hubiera gustado aprender en el curso:

*“Más técnicas de relajación”*. -C

*“Algunas técnicas para aprender a convivir con las emociones”*. -OB

*“Más herramientas para practicar el autocontrol emocional”*. -L

*“Algunas otras dinámicas que estén dirigidas a los alumnos”. -P*

De igual manera, los docentes comentan que recomendarían el curso dado que:

*“Es muy bueno, claro y se puede hacer en poco tiempo”. -C*

*“Porque contiene datos y estrategias que muchas personas no conocen, y lo principal, ofrecer un conocimiento sobre uno mismo”. -OB*

*“La actualidad lo demanda, además de que es una plataforma amigable para mí. Espero sea tan amable al programarla. Pero es muy interesante el tema que manejan, ya que a veces se nos puede olvidar el papel de nuestras emociones como docente, siendo algo vital en la formación de nuestros alumnos”. -O*

*“Es interesante y práctico”. -L*

*“Es claro y te permite conocer otras herramientas útiles para ti como profesor”. P*

## CAPÍTULO 4 CONCLUSIÓN

El papel del docente en México ha experimentado transformaciones importantes desde la llegada de las TIC a las aulas; ha cambiado desde el proceso enseñanza- aprendizaje hasta la forma del qué, cómo y dónde aprender. A esta situación, le añadimos la perspectiva del desarrollo de competencias que permitan adaptarnos a los cambios rápidos, constantes y revolucionarios. Preparar para afrontar la situación actual forma parte del propósito de la educación, de acuerdo con las Secretaria de Educación Pública (2017), para obtener el pleno potencial que permita hacer frente a los constantes cambios es necesario identificar los conocimientos y habilidades indispensables para lograr dicha adaptación.

Estas transformaciones han llevado a plasmar la educación como un entorno que facilita la adquisición de competencias tanto de conocimiento como socioemocionales, dado que estas últimas se ha visto, son fundamentales para el desarrollo integral de los estudiantes, impactando en sus relaciones sociales, la adquisición de conocimiento, la permanencia educativa y la culminación de los estudios.

El desarrollo de competencias socioemocionales, incluido en el Nuevo Modelo Educativo (Secretaria de Educación Pública, 2018), especifica que, dentro de todas las competencias, el autoconocimiento se debe formar desde los primeros grados escolares (preescolar), desarrollar dicha competencia permite a los estudiantes conocerse a sí mismos y desarrollar habilidades para generar adecuadas relaciones interpersonales.

Cuando hablamos de competencias, y como se mencionó anteriormente, hay que considerar también, el desarrollo de habilidades tecnológicas; en la actualidad los docentes deben ser capaces de utilizar estas herramientas e incluirlas en sus programas, lo que resulta indispensable si pensamos en la importancia que tienen las tecnologías en nuestra vida y de la infinidad de herramientas que podemos utilizar para el proceso enseñanza - aprendizaje.

Considerando lo anterior, resulta evidente que los docentes deben desarrollar habilidades que les permitan trabajar bajo las nuevas perspectivas que se plantean y brindar una educación de calidad a sus estudiantes. En ese sentido, se debe cuidar también los cambios que surgen al incorporar herramientas que modifican la forma de trabajo en el contexto escolar. Considerando que los nuevos escenarios educativos que se abren con la incorporación de las TIC, modifican los discursos, representaciones, prácticas, procesos y resultados, así como la interacción entre los actores educativos, resulta necesario un abordaje desde la psicología educativa (Coll y Monereo, 2008), y partir de ahí, identificar cuál es el sentido de los cambios y si son generalizables y transferibles a otros contextos y situaciones de enseñanza y aprendizaje.

Por ello, en el presente trabajo se desarrolla un curso en línea en el cual los docentes de educación básica puedan aprender formas de autoconocimiento en términos de identificar y nombrar sus emociones, haciendo uso de sus habilidades tecnológicas, todo ello con el propósito de apoyar en su formación atendiendo las necesidades actuales.

El uso de medios digitales en la formación y la práctica educativa ha ido ampliando cada vez más su nivel de alcance; de acuerdo a lo obtenido en el panel de expertos y atendiendo el ritmo de las actividades docente a lo largo del ciclo escolar, se consideró utilizar las TIC, específicamente la plataforma *Moodle*, para complementar su formación en relación al desarrollo de competencias socioemocionales, dado que esta plataforma permite adaptarse al ritmo de trabajo y permite incorporar una gran variedad de contenidos.

En ese sentido, se generaron actividades puntuales, breves y con dinámicas diferentes adaptadas al ritmo de los docentes, además se consideró incluir material de apoyo como videos, los cuales, de acuerdo con los comentarios de los docentes, facilitaron el aprendizaje.

Dada la amplitud que tiene las competencias socioemocionales, focalizar su desarrollo paso a paso lleva a situarnos en la competencia transversal y eje, el autoconocimiento. El presente curso tiene el objetivo de que los docentes al finalizar logren identificar y nombrar sus

emociones, como un primer paso en el desarrollo de competencias socioemocionales, ya que las emociones están presentes a lo largo de la vida, pero para trabajar con ellas primero hay que vivirlas y reconocerlas.

Como se mencionó anteriormente, las emociones generan sensaciones físicas, pensamientos, estos pueden voluntarios o no, y generalmente se van formando a partir de las experiencias. El poder identificar los pensamientos asociados a la emoción permite regular las emociones y por ende responder de manera adaptativa a las circunstancias.

En la labor docente esto es significativo, ya que generalmente en sus actividades se originan múltiples emociones y reacciones, durante el curso los docentes refieren que las emociones juegan un papel importante en su desempeño tanto para la actividad de enseñanza - aprendizaje como en sus relaciones interpersonales; además mencionan que resulta importante fomentar y desarrollar estas competencias en sus alumnos dado que puede apoyarlos en sus actividades escolares y personales.

La relación entre la educación y las emociones es relativamente nueva, sin embargo, en la psicología el manejo de emociones es un área que se ha ido desarrollando a lo largo de los años, aunado a esto, los conocimientos sobre el proceso de aprendizaje nos dan pie a realizar un abordaje que permita atender las necesidades presentes en materia educativa. De esta manera, desde la mirada psicológica, se contribuye al desarrollo adecuado de competencias socioemocionales en el contexto escolar a partir del uso de las TIC.

Resulta importante mencionar que, aunque estadísticamente el curso no obtuvo resultados significativos, de manera cualitativa se observa que a través de las actividades, los docentes lograron identificar sus emociones, reconocer que una misma situación genera en ellos diferentes y múltiples emociones, pero que a su vez estas provocan sensaciones físicas perceptibles, agradables o desagradables, como son el calor corporal, movimientos estereotipados, tensión muscular, solo por mencionar algunas.

Reconocer la relación que existe entre las emociones y reacciones, les permitió identificar las consecuencias y el impacto que tiene en sus relaciones interpersonales. De esta manera, reflexionaron sobre la importancia de trabajar el autoconocimiento para evitar actuar de manera impulsiva. Otro punto a destacar es la reflexión que realizaron sobre ellos mismos, ya que, si bien parte de su labor es fomentar el desarrollo de estas competencias en los alumnos, en sus reflexiones reconocieron la importancia de conocerse a uno mismo y fomentar en ellos mismos estas competencias.

Lograr el proceso de autoconocimiento a través de una plataforma LMS, fue posible gracias al uso del modelo instruccional que permitió identificar las necesidades de los docentes, generar un entorno de aprendizaje progresivo y adaptar las actividades a un formato digital. El acompañamiento tecno-pedagógico fue sumamente impórtate ya que permitió apoyar a los docentes en la reflexión más profunda de sus emociones, se observó que en ocasiones solo identificaban una única emoción o bien no expresaban claramente las situaciones que se las generaba, recibir retroalimentación les permitió reflexionar y mejorar su desempeño en los ejercicios posteriores. Además, hay que recordar que no todos los docentes tienen experiencia en la plataforma *Moodle*, por lo que el acompañamiento continuo y proporcionarles guías de uso les permitió realizar el curso con menos complicaciones.

Pese a los resultados favorables que obtuvo el curso, existen también aspectos a mejorar en él. Por un lado, resulta importante profundizar en los aprendizajes adquiridos y en la experiencia al realizar el curso, una vía para recolectar esta información es a través de entrevistas. Además, de acuerdo a los comentarios, los docentes refieren que les hubiera gustado aprender técnicas de regulación emocional, por lo que se recomienda incorporar actividades que permitan practicarla. De esta manera, se da un seguimiento y se fortalece el desarrollo de competencias socioemocionales de manera continua.

Finalmente, en cuanto a la formación de los docentes resulta cada vez más necesario dotarlos de habilidades tecnológicas y competencias socioemocionales (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, 2016; Bisquerra, 2005; Secretaría de Educación Pública, 2017), a través del curso presentado en este trabajo se muestra que realizar un proceso personal en plataformas LMS es posible si se realiza un adecuado procedimiento fundamentado en diseños instruccionales, pero que además les da la oportunidad de poner en práctica sus habilidades digitales al hacer uso de varios recursos digitales. De esta manera, se les brinda otra opción para su formación, adecuada a su ritmo de trabajo, que les permite ser más competentes y adaptarse de mejor manera a los constantes cambios.

En conclusión, aprender y desarrollar competencias socioemocionales a través de plataformas digitales es posible, solo se requiere de un acompañamiento continuo, una adecuada secuencia didáctica y los fundamentos psicológicos necesarios para abordar el desarrollo competencias socioemocionales y cuidar los cambios que surgen en los actores educativos ante un nuevo ambiente de enseñanza-aprendizaje. La facilidad y dinamismo que nos ofrecen las plataformas digitales en el campo educativo puede aprovecharse aún más. El presente trabajo permite plantear la posibilidad de adecuar y ampliar el uso de tecnología para el desarrollo de competencias socioemocionales.

## REFERENCIAS

- Agudelo, M. (2009). Importancia del diseño instruccional en ambientes virtuales de aprendizaje. *Revista Nuevas Ideas en Informática Educativa*, 5, 118-127. Recuperado de [http://www.tise.cl/2009/tise\\_2009/pdf/14.pdf](http://www.tise.cl/2009/tise_2009/pdf/14.pdf)
- Area, M. (2008). La innovación pedagógica con TIC y el desarrollo de las competencias informacionales y digitales. *Revista de la Universidad de la Laguna*, 1(1), 5-17. Recuperado de [https://idus.us.es/xmlui/bitstream/handle/11441/60859/R64\\_1.pdf?sequence=1](https://idus.us.es/xmlui/bitstream/handle/11441/60859/R64_1.pdf?sequence=1)
- Asociación Mexicana de Internet. (2016). *Asociación de internet MX: 1º Estudio de Educación en Línea en México*. México. Recuperado de [https://www.asociaciondeinternet.mx/images/Estudio\\_de\\_Educacion\\_en\\_Linea\\_2016.pdf](https://www.asociaciondeinternet.mx/images/Estudio_de_Educacion_en_Linea_2016.pdf)
- Asociación Mexicana de Internet. (2018). *Asociación de Internet MX: Educación en línea en México 2018*. México. Recuperado de <https://www.asociaciondeinternet.mx/es/component/remository/Educacion-en-Linea-en-Mexico/Estudio-de-Educacion-en-Linea-AIMX-2019/lang,es-es/?Itemid=>
- Bardín, L. (2002). *Análisis de contenido*. España: Editoriales Akal, S.A.
- Benavides, K. y Llano, L (Productor). (2017). *Las emociones del docente dentro del aula de clases*. [DVD]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=6BzNntQtPdI>
- Bisquerra, R. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19 (3), 95-114. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2126758.pdf>
- Bisquerra, R. (2006). Las competencias emocionales. *Revistas científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*, 12 (10), 61-182. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70601005>

- Bosco, A. (2008). Las tecnologías de la información y la comunicación en la formación del profesorado: lineamientos, actualidad y prospectiva. *Revista Razón y palabra*, 63. Recuperado de: <http://www.razonypalabra.org.mx/n63/abosco.html>
- Burón, I., Fernández, S., Barbudo, A., Núñez, N., Reyes, J., Martínez, J., Domenech, V. y Ayuso, J. (2018). Acciones tuteladas para la formación de profesorado novel: Diseño e implementación de actividades y recursos de aprendizaje en soporte LMS. *Revista de innovación y buenas prácticas docentes*, 6, 16-22. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10396/17161>
- Cabero, J. (2001). *Tecnología Educativa. Diseño y utilización de medios en la enseñanza*. España: Paidós.
- Cabero, J. (2010). Los retos de la investigación de las TICs en los procesos educativos. Límites y posibilidades. *Revista Perspectiva educacional formación de profesores*, 49(1), 32-61. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3579891.pdf>
- Cano, L. (2016). *Internet Archive: Bueno, bonito y barato. El uso de Moodle cloud en la actualización docente*. Recuperado de <https://archive.org/details/BBBbta/page/n0>
- Carmona, L. (2014). *Panel de expertos*. (Tesis de Licenciatura). Pontificia Universidad Javeriana. Recuperado de <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/15815/CarmonaAlvarez Laura 2014.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Castillo-Calero, S. (2013). *Guía para crear y evaluar cursos en línea*. Puerto Rico: Aguadilla. Recuperado de [http://www.cetem.upr.edu/cetem/download/cursos\\_online/guiadeevaluaciondecursos en l%C3%ADnea.pdf](http://www.cetem.upr.edu/cetem/download/cursos_online/guiadeevaluaciondecursos en l%C3%ADnea.pdf)
- Cobo, J. (2009). El concepto de tecnologías de la información. Benchmarking sobre las definiciones de las TIC en la sociedad del conocimiento. *Revista de la Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales*, 14(27), 295-318. Recuperado de <http://www.ehu.es/ojs/index.php/Zer/article/view/2636>

- Coll, C. y Monereo, C. (2008). *Psicología de la educación virtual*. España: Morata.
- Correa, J. (2005). La integración de plataformas e-learning en docencia universitaria: Enseñanza, aprendizaje e investigación con Moodle en la formación inicial del profesorado. *Revista Latinoamericana de Tecnología Educativa*, 4 (1), 37-48.  
Recuperado de [http://dehesa.unex.es/bitstream/handle/10662/1471/1695-288X\\_4\\_1\\_37.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://dehesa.unex.es/bitstream/handle/10662/1471/1695-288X_4_1_37.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Díaz-Barriga, F. (2006). Principios de diseño instruccional de entornos de aprendizaje apoyados en TIC: un marco de referencia sociocultural y situado. *Revista Tecnología y Comunicación Educativa*, 41. Recuperado de <http://investigacion.ilce.edu.mx/tyce/41/art1.pdf>
- Echeverría, J. (2000). Tic en la educación. *Revista Iberoamericana de educación*, 24, 1-28.  
Recuperado de [http://reddigital.cnice.mec.es/6/Documentos/docs/articulo03\\_material.pdf](http://reddigital.cnice.mec.es/6/Documentos/docs/articulo03_material.pdf)
- Fernández, A. (2010). La evaluación orientada al aprendizaje en un modelo de formación por competencias en la educación universitaria. *Revista de Docencia Universitaria*, 8(1), 11-33. Recuperado de [http://red-u.net/redu/documentos/vol8\\_n1\\_completo.pdf](http://red-u.net/redu/documentos/vol8_n1_completo.pdf)
- Fernández, L. (2007). *Butlletí LaRecerca: ¿Cómo elaborar un cuestionario?* Recuperado de <http://148.202.167.116:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/1222/C%C3%B3mo%20se%20elabora%20un%20cuestionario.pdf?sequence=1>
- Ferro, C., Martínez, A. y Otero, M. (2009). Ventajas del uso de las TICs en el proceso de aprendizaje desde la óptica de los universitarios españoles. *Revista electrónica de Tecnología educativa*, 29, 1-12. Recuperado de <http://www.edutec.es/revista/index.php/edutec-e/article/view/451/185>
- Góngora, Y. y Martínez, O. (2012). Del diseño instruccional al diseño de aprendizaje con la aplicación de tecnologías. *Red de revistas científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*, 13 (3), 342-360. Recuperado de

<http://www.redalyc.org/pdf/2010/201024652016.pdf>

Hernández, L. (2017). *La narrativa como estrategia didáctica para desarrollar conciencia y regulación emocional en estudiantes de nivel medio superior*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado de <http://132.248.9.195/ptd2017/enero/0755146/Index.html>

INEE. (2009). *El derecho a la educación en México. Informe 2009*. México: INEE.

Morales, R. (2007). Nuevas miradas y aprendizajes virtuales en la docencia universitaria: UNED de Costa Rica. *Revista Electrónica publicada por el Instituto de Investigación en Educación*, 7(3), 1-33. Recuperado de <http://132.248.9.34/hevila/Actualidadesinvestigativaseneducacion/2007/vol7/no3/8.pdf>

Muñoz, T., Gómez, M. y Alemán, L. (2016). Uso de la plataforma educativa Moodle en los procesos de capacitación de maestros de Educación Indígena en Jalisco, México. *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*, 24, 28-42. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/853/85346806004.pdf>

Pérez, D (Productor). (2017). *Respiración diafragmática*. [DVD]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=9g39IBiMHMA>

Rodríguez, E. (2008). *Propuesta para el fortalecimiento y la actualización de la formación del pedagogo a través de una plataforma LMS de tipo Moodle*. (Tesina de Licenciatura). Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado de <http://132.248.9.195/ptd2008/diciembre/0637611/Index.html>

Salinas, J. (2004) Innovación docente y uso de las TIC en la enseñanza universitaria. *Revista Universidad y Sociedad del Conocimiento*, 1(1), 1-16. ISSN 1658-580X

Sanabria, L. y Chávez, S. (2017). *Herramientas para elaborar un curriculum*. México: Universidad Nacional Autónoma de México.

Scagnoli, N. (2000). *Ideals Illinois: El aula virtual: usos y elementos que la componen*. España. Recuperado de

<https://www.ideals.illinois.edu/bitstream/handle/2142/2326/?sequence=2><https://dialnet.unirioja.es/servlet/autor?codigo=185777>

Secretaría de Educación Pública. (2017). *Gobierno de México: Modelo Educativo para la educación obligatoria*. México. Recuperado de [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/207252/Modelo\\_Educativo\\_OK.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/207252/Modelo_Educativo_OK.pdf)

Secretaría de Educación Pública. (2018). *Gobierno de México: Encuesta de detección de necesidades*. México. Recuperado de <http://dgfc.basica.sep.gob.mx/multimedia/RSC/BASICA/Documento/201904/201904-RSC-KCDJBUxMyZ-3PRESENTACINDETECCINDENECESIDADES2018.pdf>

Secretaría de Educación Pública. (2018). *Gobierno de México: Estrategia local de formación continua 2018*. México. Recuperado de [http://dgfc.basica.sep.gob.mx/multimedia/RSC/BASICA/Documento/201810/201810-RSC-zWKRHvJT9K-CDMX\\_151018.pdf](http://dgfc.basica.sep.gob.mx/multimedia/RSC/BASICA/Documento/201810/201810-RSC-zWKRHvJT9K-CDMX_151018.pdf)

Secretaría de Educación Pública. (2018). *Gobierno de México: Información del programa para el desarrollo profesional docente 2018, Nacional*. México. Recuperado de <http://dgfc.basica.sep.gob.mx/multimedia/RSC/BASICA/Documento/201904/201904-RSC-hMEwjC2MWP-TOTALESRESULTADOSDEFORMACINCONTINUA2018.pdf>

Secretaría de Educación Pública. (2019). *Gobierno de México: Dirección general de formación continua, actualización y desarrollo profesional de maestros de educación básica*. México. Recuperado de <http://dgfc.basica.sep.gob.mx/>

Sociología Necesaria. (2014). *Sociología necesaria: ¿Qué es el panel de expertos?*. México. Recuperado de <http://sociologianecesaria.blogspot.com/2014/10/panel-deexpertos.html>

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2016). *Competencias y estándares TIC desde la dimensión pedagógica: Una perspectiva desde los niveles de apropiación de las TIC en la práctica educativa docente*. Santiago: UNESCO. Recuperado de

<http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/FIELD/Santiago/pdf/Competencias-estandares-TIC.pdf>

- Pérez-Escoda, N. (2017). *TDX: Formación del profesorado en educación emocional: Diseño, aplicación y evaluación*. Recuperado de <https://www.tdx.cat/handle/10803/454728#page=2>
- Pineda, C., Franco, O., Mauriz, M. y Sánchez, Y. (2017). Formación de los docentes de la ELAM en los entornos virtuales de enseñanza y aprendizaje, reto impostergable. *Revista Panorama Cuba y salud*, 12(1), 30-32. Recuperado de [http://www.revpanorama.sld.cu/index.php/panorama/article/view/730/pdf\\_92](http://www.revpanorama.sld.cu/index.php/panorama/article/view/730/pdf_92)
- Valdez, S., Ávila, J. y Olivares, S. (2014). La plataforma Moodle como estrategia de enseñanza-aprendizaje en la adquisición de vocabulario inglés con alumnos de 5° semestre de bachillerato. *Revista de la escuela de Graduados en la Educación*, 9, 7.13. Recuperado de <https://pdfs.semanticscholar.org/36a0/68f29fa945e844ed29c65316e81e99411f51.pdf>
- Vaquero, M (Productor). (s.f.). *Indisciplina*. [DVD] Recuperado de: [https://www.youtube.com/watch?v=Qq0BBx-\\_CPI](https://www.youtube.com/watch?v=Qq0BBx-_CPI)
- Vélaz De Medrano C. Y Vaillant D. (2015). *Fundación Santillana: Aprendizaje y desarrollo profesional docente. Colección Metas educativas 2021*. Recuperado de <http://www.ub.edu/obipd/PDF%20docs/Formaci%C3%B3%20Permanent/Educaci%C3%B3%20Primaria/Publicacions/Pol%C3%ADticas%20para%20un%20desarrollo%20profesional%20docente%20efectivo.%20Vaillant,D.pdf>
- Verdejo, M. (2016). *Diseño instruccional del curso: Manejo, Organización e Introducción al análisis de datos con IBM SPSS Statistics en la Facultad de Psicología de la U.N.A.M.* (Tesis de maestría). Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo.
- Vidrio, P., Gómez, M. y Zambrano, D. (2015). Valoración didáctica del uso de Moodle en la educación media superior. *Revista Apertura*, 7(1), 1-14. Recuperado de <http://www.udgvirtual.udg.mx/apertura/index.php/apertura/article/view/667>

Zorrilla, M., García, O. y Castillo, M. (2013). Formación docente en línea a partir de una estrategia de producción de contenidos para ambientes virtuales de aprendizaje.

*Revista Apertura*, 5(2), 44-57. Recuperado de

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68830444005>

## ANEXOS

### Anexo 1. Guía de entrevista para el panel de expertos.

#### Entrevista semiestructurada sobre Diseño Instruccional y Competencias Socioemocionales.

Nombre: \_\_\_\_\_

Institución: \_\_\_\_\_

Ocupación: \_\_\_\_\_

1. ¿Qué es un diseño instruccional?
2. ¿Cuáles son los beneficios de utilizar un diseño instruccional?
3. ¿Cuáles son los retos de utilizar un diseño instruccional?
4. ¿Cómo definiría las competencias socioemocionales?
5. ¿Cuáles serían las competencias socioemocionales más importantes?
6. ¿Qué competencias socioemocionales se pueden desarrollar en el ambiente educativo?
7. ¿Cómo se podrá utilizar el diseño instruccional en el desarrollo de competencias socioemocionales?
8. ¿Qué recomendaciones daría para un diseño instruccional enfocado en el desarrollo de competencias socioemocionales?

## Anexo 2. Resultados del panel de expertos

### Resultados del Panel de expertos

	Experto 1	Experto 2
<b>Nombre</b>	Juez 1	Juez 2
<b>Institución</b>	Facultad de Psicología	Facultad de Psicología
<b>Ocupación</b>	Licenciada	maestra
Panelistas	Experto 1	Experto 2
1. ¿Cómo definirían diseño instruccional DI?	<p><b>Conjunto de actividades y procedimientos con objetivos, estrategias, propuestas de aprendizaje y evaluación.</b></p> <p>Considerar a la población, cómo se puede realizar el trabajo, el tipo de materiales y la capacidad de responder a los procesos de aprendizaje.</p>	<p><b>Proceso estructurado operativo</b> en el que se puede regresar durante el proceso educativo. Se seleccionan actividades, estrategias de enseñanza aprendizaje, se toma en cuenta la evaluación. Está <b>basado en estrategias instruccionales y de aprendizaje.</b></p>
2. ¿Por qué podríamos beneficiarnos del DI?	<p>Brinda la oportunidad de <b>practicar</b> y no memorizar. El docente puede hacer las <b>modificaciones</b> de acuerdo a sus particularidades.</p>	<p>Porque nos da la posibilidad de lograr y <b>aprendizaje de calidad.</b> Además, considera aspectos como las características de los participantes, la organización, la comprensión de los temas y del aprendizaje.</p>
3. ¿Cuáles considera los 2 retos más importantes al elaborar un diseño instruccional?	<p>Es <b>laborioso</b> dado que el método al ser sistemático te demanda <b>revisión</b> y <b>retroalimentación</b> continua. Pero esto también es positivo ya que brinda más herramientas al facilitador.</p>	<p>Las <b>habilidades</b> que demanda para el facilitador en cuanto al manejo de la expresión, la atención personalizada a la población, el cuidado de los tiempos, actividades y lenguaje.</p>

<p>4. ¿Cómo definiría las competencias socioemocionales?</p>	<p>Son <b>comportamientos y habilidades</b> que permiten <b>enfrentar problemas de forma adaptativa sin perjudicar las relaciones, nuestra percepción</b>. Involucra <b>identificar emociones, comportamientos y aceptar los de las otras personas. Se trabajan las interpretaciones, la forma de responder de manera ética</b>.</p> <p>Está en <b>constante movimiento y se valora de diferentes maneras de acuerdo con la ocasión o la persona</b>.</p>	<p>Se practican en la <b>vida en general</b>. Y se puede abordar como el aprendizaje socioemocional que habla de la <b>autoconciencia emocional</b> que es <b>reconocer quien soy. Autoeficacia</b> que va de la mano con la anterior ya que en los docentes permite una mejor transmisión de aprendizajes y mejora la relación con los alumnos a partir de la <b>autogestión</b>.</p>
<p>5. ¿Cuáles serían las competencias socioemocionales más importantes o que deberían desarrollar los docentes?</p>	<p>El <b>autoconcepto</b> ya que permite <b>conocer</b> y saber <b>cómo responder</b> a las diferentes situaciones. Para los docentes ayuda a apoyar a los alumnos, resolver problemas. También es importante la <b>comunicación</b> para generar confianza y hacer explícitos los objetivos curriculares.</p>	<p>La <b>autogestión o regulación emocional, la toma de decisiones responsables</b>. La <b>autoconciencia y el autoconcepto</b> son fundamentales pues ayudan a fortalecer los puntos débiles.</p>
<p>6. ¿Qué competencias socioemocionales considera pueden promoverse a distancia con los docentes?</p>	<p>La <b>autoconciencia y autorregulación</b> a partir de la <b>reflexión, debates, compartir experiencias en foros o paneles</b>. Hacer <b>revisiones de estudios de caso</b> en grupo y generar propuestas de solución de forma ética.</p>	<p>La <b>autoconciencia</b> bajo un <b>proceso de reflexión</b>. La <b>autorregulación</b> dejando <b>tareas y aplicaciones</b> relacionadas a su vida. <b>Identificar</b> situaciones con alguna emoción y <b>describirla</b>.</p>
<p>7. ¿Qué recomendaciones daría para un diseño instruccional enfocado en el desarrollo de competencias socioemocionales de docentes de educación básica?</p>	<p>Que se realicen <b>foros y debates</b> donde se comparta <b>experiencias</b> y se identifiquen categorías de solución al problema o se generen propuestas de solución.</p>	<p>Realizar <b>actividades situadas</b> en la realidad del aprendiz. Buscar situaciones prácticas, aprovechar la reflexión, interacción y retroalimentación.</p>

<p>8. ¿De qué forma se podría incluir recursos tecnológicos para promover competencias socioemocionales o cómo consideraría que pudiera ser un curso en línea?</p>		
<p>9. ¿Conocen alguna experiencia al respecto, es decir algún curso en línea que promueva el desarrollo de esas competencias para los docentes en especial de educación básica?</p>	<p>No</p>	<p>No</p>

### **Recomendaciones adicionales**

- Considerar los conocimientos previos
- Cuidar la congruencia del objetivo con las actividades
- Prever y evaluar las características de la plataforma
- Utilizar ejemplos
- No es moda y no es obligación (resaltar la utilidad)

### Anexo 3. Carta descriptiva del curso



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA



#### Carta descriptiva de la Secuencia Didáctica

**Nombre completo del curso:** Curso en línea para el aprendizaje del autoconocimiento dirigido a docentes de educación básica.

**Nombre corto del curso:** “Conociendo mis emociones”

**Fecha de inicio del curso:** 20 julio 2019

**Fecha de terminación del curso:** 2 agosto del 2019

**Duración:** 4 sesiones de 2 horas

#### **Descripción/ Resumen del curso:**

La educación emocional se propone fomentar un desarrollo integral, es un proceso continuo y permanente donde se generan habilidades para la vida. Por ejemplo, en la labor docente, la capacidad emocional, de expresar emociones, puede propiciar el logro de objetivos y permite responder de manera ética y responsable, lo que favorece el desarrollo de su labor en el aula y sus relaciones interpersonales.

En este curso se trabajará el autoconocimiento a partir de la conciencia emocional con el objetivo de que los docentes conozcan las propias emociones a través de la auto observación y así logren identificar y etiquetar lo que sienten.

**Objetivo:** Que los docentes aprendan formas de autoconocimiento para que logren identificar lo que sienten y lo puedan etiquetar.

## **Unidad 1 Bienvenida**

**Objetivo:** Dar la bienvenida al curso, presentar el temario y realizar actividades que ayuden a la familiarización con el sitio.

### **Descripción:**

Bienvenid@ al curso “Conociendo mis emociones “

Hola, mi nombre es Tonancy y estaré acompañándote en este curso, donde trabajaremos la conciencia emocional, con el objetivo de que logres nombrar e identificar lo que sientes.

Para ello trabajaremos 4 unidades en un periodo de dos semanas, por lo que deberás ingresar al sitio cada dos días para realizar las actividades correspondientes a cada unidad.

Las actividades de cada unidad estarán disponibles las 24 horas.

El curso se cierra el miércoles 2 de agosto a las 11:59 pm., tienes hasta esa fecha para realizar las actividades.

En ese tiempo revisaremos recursos como lecturas, vídeos, imágenes y realizaremos reflexiones que permitirán conocernos y compartir experiencias.

Para ir mejorando nuestra conciencia emocional realizaremos actividades para reconocer y etiquetar nuestras emociones en diversas situaciones, todas las actividades que realicemos serán auto evaluadas y recibirán retroalimentaciones. También contaremos con un espacio de diálogo a fin de compartir experiencias, opiniones, puntos vista, dudas o recomendaciones.

Durante este periodo te podrás comunicar conmigo cuando lo requieras vía correo (li.mapt8@gmail.com) o por teléfono (55- 2917- 5385), todas tus dudas o preguntas serán respondidas en un lapso no mayor a un día hábil.

La plataforma estará abierta las 24 horas, sin embargo, existe tiempo límite para realizar las actividades, por ello es indispensable que entres de manera continua. El tiempo estimado por unidad es de 2 horas; organiza tus tiempos y cumple con tus actividades.

Si tienes problemas para subir tu tarea, realizar un comentario en el foro o realizar las evaluaciones de cada unidad, envía un correo a [li.mapt8@gmail.com](mailto:li.mapt8@gmail.com)

Recuerda que ya eres parte del curso y tu compromiso y dedicación serán muy importantes para lograr las metas. Durante el curso, el apoyo que brindes será primordial, así que no dejes de participar, realiza las actividades y disfruta la experiencia.

**¡Bienvenid@!**

Las **primeras actividades** que realizarás tienen el **objetivo de que te familiares con la plataforma. Lo que realizarás en la primera unidad es:**

- 1. Subir una foto de perfil.**
- 2. Presentarte con tus compañeros en el foro.**
- 3. Realizar y compartir como tarea tu primer Registro emocional.**
- 4. Evaluación del Módulo.**

**Para realizar cada actividad, en la carpeta de materiales, tienes una guía que te dirá todos los pasos a realizar.**

Cualquier duda, puedes contactarme vía correo [li.mapt8@gmail.com](mailto:li.mapt8@gmail.com)

**¡Comencemos!**

## **Materiales:**

- Temario
- Guía\_ Editando mi perfil
- Guía\_ Cómo mandar una tarea
- Guía\_ Comenta en el foro
- Registro emocional
- Formulario de evaluación

## **Actividades**

### **1. Subir foto de perfil**

Objetivo: Que el docente sea capaz de editar su perfil de *Moodle*.

### **2. Comentar en el foro**

Objetivo: Que el docente se presente ante sus compañeros del curso.

### **3. Registro emocional**

Objetivo: Que el docente conteste el registro emocional para realizar una evaluación inicial.

### **4. Evaluación del modulo**

Objetivo: Conocer la valoración de los docentes del módulo.

## **Evaluación:**

- Registro emocional
- Evaluación del modulo

## **Unidad 2 ¿Qué son las emociones?**

**Objetivo:** Que el docente identifique y nombre las diferentes emociones que puede experimentar ante distintas situaciones.

### **Descripción:**

La capacidad para percibir las propias emociones, identificarlas y etiquetarlas forma parte del reconocimiento emocional. Esto también implica reconocer la incapacidad de tomar consciencia de las propias emociones debido a una falta de atención. Para poder nombrar las emociones es necesario el uso del vocabulario emocional adecuado, así como su reconocimiento antes diversas situaciones en la vida diaria y en la labor docente. El objetivo de esta unidad es que conozcas que son las emociones y practiques nombrarlas a partir del vocabulario emocional.

Para esta unidad las actividades que realizarás son:

1. Ver los vídeos: Aprendiendo sobre mis emociones y Las emociones del docente dentro del aula.
2. Revisar el documento ¿Qué es una emoción?
3. Revisar los materiales de la carpeta “Vocabulario emocional”
4. Ver el vídeo “Indisciplina”
5. Comentar en el foro las emociones que identificaste al ver el vídeo “Indisciplina” y compartir tu propia definición de emoción.
6. Evaluación del Módulo 2.

### **Material**

- Videos
  - Las emociones del docente dentro del aula de clases (Benavides y Llano, 2017).
  - Indisciplina (Vaquero, s.f)
- Presentación ¿Qué es una emoción?
- Medidor de humor

- Lista de emociones más frecuentes
- Formulario de evaluación

## **Actividades**

### **1. Videos aprendiendo sobre mis emociones y las emociones del docente dentro del aula.**

Objetivo: Sensibilizar al docente sobre la importancia de las emociones en su labor.

### **2. Revisar documento ¿Qué es una emoción?**

Objetivo: Mostrar al docente qué son las emociones.

### **3. Revisar materiales de Vocabulario emocional**

Objetivo: Proporcionar al docente materiales que le permitan nombrar sus emociones.

### **4. Vídeo Indisciplina**

Objetivo: Mostrar una situación en el aula para que el docente comience a identificar sus emociones.

### **5. Comentario en el foro**

Objetivo: Compartir la experiencia con los participantes del curso.

### **6. Evaluación del modulo**

Objetivo: Conocer la valoración de los docentes del módulo.

## **Evaluación**

- Evaluación del modulo

## **Unidad 3 Reconociendo mis emociones**

**Objetivo:** Que el docente reconozca sus emociones y las consecuencias de actuar de manera impulsiva.

### **Descripción:**

El primer paso para trabajar tus emociones es reconocerlas e identificar las consecuencias que tiene actuar de manera impulsiva. Para ello es importante examinar detenidamente tus pensamientos, las situaciones, las sensaciones físicas y las posibles afectaciones. El objetivo de esta unidad es que reconozcas tus emociones y las consecuencias de actuar de manera impulsiva a través de un ejercicio de reflexión.

Lo que realizarás en esta unidad es:

1. Leer el archivo Reconociendo mis emociones
2. Tarea: realizar la Hoja de ejercicio: Reconociendo mis emociones y lo enviarás como tarea.
3. Evaluación del Módulo 3.

### **Materiales**

- Lectura Reconociendo mis emociones
- Hoja de ejercicio Reconociendo mis emociones
- Formulario de evaluación

### **Actividades 1. Leer el archivo Reconociendo mis emociones**

Objetivo: Que el docente practique reconocer sus emociones e identificar las situaciones y acciones que tiene ante ellas.

### **2. Tarea: Hoja de ejercicio Reconociendo mis emociones**

Objetivo: describir qué emociones estabas sintiendo, y luego, imaginarte cómo esas emociones afectaron, más tarde, a tus acciones y sentimientos.

### **3. Evaluación del modulo**

Objetivo: Conocer la valoración de los docentes del módulo.

## **Evaluación**

- Reconociendo mis emociones
- Evaluación del modulo

## **Unidad 4 ¿Cómo puedo trabajar mis emociones?**

**Objetivo:** Presentar al docente diversas herramientas para trabajar sus emociones.

### **Descripción:**

Como lo hemos estado viendo, las emociones pueden ser causadas por muchos acontecimientos. Y es probable que te llegues a sentir desbordad@ por tus emociones cuando solo prestas atenciones a una parte de lo que ésta ocurriendo.

Una vez que logramos reconocerlas quizá te preguntes: y ahora, ¿qué puedo hacer? Para tratar de responder a esa pregunta en esta unidad te comparto algunas herramientas que te permitan trabajar tus emociones.

Como parte final del curso, las actividades que realizaras son:

1. Revisar el material- Guiones de asertividad.
2. Revisar el material- Exposición a emociones.
3. Ver el vídeo de Respiración diafragmática.
4. Realizar la actividad “Registro emocional” y subirla como tarea final.
5. Evaluación del Módulo 4.
6. Responder el formulario de Evaluación final del curso.

Nota: Las actividades que se presentan a continuación son ejercicios que te ayudarán a trabajar tus emociones, revisarlos y realiza los que prefieras.

Te agradezco enormemente que hayas formado parte de este equipo. Espero que tu participación haya sido satisfactoria y útil.

Muchas gracias por acompañarnos.

“El día que entiendas que soltar no siempre significa perder; que hay batallas que se ganan demostrando integridad y no fuerza y que hay personas que por más que les des cien oportunidades jamás van a cambiar... ese día habrás alcanzado la mayoría de edad emocional”

-M. Fonseca

## **Materiales**

- Guiones de asertividad
- Exposición a emociones ○ Lectura ○ Audio
- Video
  - Respiración diafragmática (Pérez, 2017).
- Registro emocional
- Evaluación del modulo
- Evaluación final del curso

## **Actividades 1. Revisar el material**

Objetivo: proporcionar a los docentes herramientas para trabajar sus emociones.

### **2. Registro emocional**

Objetivo: Que el docente conteste el registro emocional para realizar una evaluación inicial

### **3. Evaluación del modulo**

Objetivo: Conocer la valoración de los docentes del módulo.

### **4. Evaluación final del curso**

Objetivo: Conocer la valoración del curso.

## **Evaluación**

- Registro emocional
- Evaluación del modulo
- Evaluación final del curso

## Anexo 4. Evaluaciones

### Anexo 4.1. Rúbrica del registro emocional



Universidad Nacional Autónoma de México  
Facultad de Psicología



### Rúbrica del Registro emocional

#### Introducción:

El registro de emociones es una herramienta que te permite conocer lo que estás sintiendo, en qué situaciones y cuáles son tus respuestas ante ello, a partir de un registro continuo.

Objetivo de este instrumento: evaluar el registro emocional con la finalidad de conocer si los docentes identifican las emociones que sienten ante determinadas situaciones y reconocen como actúan ante ello.

#### Instrucciones:

1. Lee la rúbrica.
2. Identifica los seis apartados a evaluar.
3. Coloca los datos generales del autor y evaluador.
4. Lee e identifica las diferencias en cada uno de los niveles: inexperto, intermedio y experto.
5. Evalúa las respuestas del autor de acuerdo a los criterios y marca el rectángulo correspondiente con una "X".
6. Coloca el puntaje obtenido al final de la tabla. (Los puntajes se encuentran en la parte superior de la tabla a un costado del nombre del nivel).
7. De ser necesario, al final, coloca las observaciones que consideres pertinentes.

Nombre: \_\_\_\_\_ Registro No. \_\_\_\_\_

Evaluador: \_\_\_\_\_

<b>Elemento a evaluar</b>	<b>Elemental</b> Valor 1 punto.	<b>Medio</b> Valor 2 puntos.	<b>Alto</b> Valor 3 puntos.
<b>Nombra la emoción</b>	No logra nombrar la emoción.	Describe la emoción.	Nombra una o más emociones.
<b>Descripción de la situación</b>	No reconoce la situación.	Menciona algunos aspectos de la situación.	Describe la situación, explicando claramente las causas que dieron lugar.
<b>Sensaciones físicas</b>	No logra identificar sensaciones físicas.	Nombra una sensación física.	Describe una o más sensaciones físicas que sintió.
<b>Pensamientos</b>	No logra identificar sus pensamientos.	Expresa los pensamientos o ideas que tuvo ante la situación.	Describe los pensamientos o ideas que tuvo ante la situación y expresa cómo se relacionan con la emoción.

<b>Reacciones propias</b>	No logra identificar sus reacciones.	Describe sus reacciones.	Describe sus reacciones y explica porque reaccionó de esa manera.
<b>Reacciones de los demás (en caso de que hubiera otras personas involucradas)</b>	No logra identificar las reacciones de los demás.	Describe las reacciones de los demás.	Describe las reacciones de los demás e identifica las consecuencias positivas o negativas.

Puntos totales: \_\_\_\_\_

**Observaciones:**

---

## Anexo 4.2. Rubrica de Reconociendo mis emociones



Universidad Nacional Autónoma de México  
Facultad de Psicología



### Rúbrica de Reconociendo mis emociones

#### Introducción:

Aprender a reconocer tus emociones y su efecto en tu vida es el primer paso para controlar tus reacciones emocionales de alta intensidad. Para llegar a manejar tus emociones es necesario que realices un proceso emocional que te permita examinarlo.

Objetivo de este instrumento: identificar si los elementos que se describen en la Rúbrica se encuentran presentes en el ejercicio Reconociendo mis emociones.

#### Instrucciones:

1. Lee la Rúbrica.
2. Identifica los apartados a evaluar.
3. Coloca los datos generales del autor y evaluador.
4. Lee e identifica las diferencias en cada uno de los niveles: presente y ausente.
5. Evalúa las respuestas del autor de acuerdo con los criterios y marca el rectángulo correspondiente con una "X".
6. Coloca el puntaje obtenido al final de la tabla. (Los puntajes se encuentran en la parte superior de la tabla a un costado del nombre del nivel).
7. De ser necesario, al final, coloca las observaciones que consideres pertinentes.

Nombre: \_\_\_\_\_

Evaluador: \_\_\_\_\_

	<b>Elemental Valor 1 punto.</b>	<b>Medio Valor 2 punto</b>	<b>Alto Valor 3 puntos.</b>
<b>Describe claramente la situación.</b>	No describe claramente la situación.	Informa acerca de la situación, pero no la describe por completo.	Describe claramente la situación.
<b>Identifica las causas que cree dieron lugar a la situación.</b>	No identifica las causas de la emoción.	Identifica las posibles causas que dieron lugar a su emoción.	Identifica las causas que dieron lugar a su emoción y menciona el significado que le dio al acontecimiento.
<b>Nombrar la emoción.</b>	No logra nombrar la emoción.	Describe la emoción.	Nombra una o más emociones.
<b>Describe las sensaciones físicas.</b>	No identifica las sensaciones físicas que le generó la emoción.	Menciona de manera parcial las sensaciones físicas que le provocan las emociones.	Describe las sensaciones físicas que le generan sus emociones.

<b>Pensamientos o deseos ante la situación.</b>	No identifica ningún pensamiento o deseo que ante la situación.	No describe de forma clara algún pensamiento o deseo que experimento ante la situación.	Identifica los impulsos, pensamientos o deseos que tuvo ante la situación.
<b>Identifica las consecuencias de sus acciones.</b>	No identifica ninguna consecuencia.	Identifica parcialmente las consecuencias a sus acciones.	Identifica y describe las consecuencias que obtuvo con sus reacciones ante la emoción que sintió.

Puntos totales: \_\_\_\_\_

**Observaciones:**

---

## Anexo 4.3. Evaluación del módulo

### Evaluación del Módulo

La autoevaluación del módulo te permitirá identificar los aprendizajes que obtuviste . Para ello, se presentan 3 preguntas abiertas. Recuerda que no hay respuestas buenas ni malas.

**\*Obligatorio**

**Dirección de correo electrónico \***

Tu dirección de correo electrónico

**¿Qué aprendí en el módulo? \***

Tu respuesta

**¿Qué aspectos del módulo facilitaron mi aprendizaje? \***

Tu respuesta

**¿Qué aspectos del módulo dificultaron mi aprendizaje? \***

Tu respuesta

**Comentario o recomendación.**

Tu respuesta

**ENVIAR**

Nunca envíes contraseñas a través de Formularios de Google.

## Anexo 4.4. Evaluación final del curso

### Evaluación final del curso

La evaluación final del curso tiene como objetivo conocer la opinión de los integrantes del curso a lo largo de su participación.

Instrucciones: Utilizando la escala que se presenta a continuación, evalúa cada criterio del curso de acuerdo a su experiencia. Se presentarán secciones que evalúan aspectos específicos del curso. Recuerda que no hay respuestas buenas ni malas. Las respuestas que proporciones permitirán seguir mejorando el curso y ofrecer una agradable experiencia.

Gracias por su participación.

\*Obligatorio

Dirección de correo electrónico \*

Tu respuesta

SIGUIENTE

Nunca envíes contraseñas a través de Formularios de Google.

## Evaluación final del curso

\*Obligatorio

### Perspectiva general e introducción al curso

El mensaje de Bienvenida que se presenta es... \*

- Bueno
- Adecuado
- Debe mejorarse
- Inadecuado
- No lo tiene

La presentación de información y la forma de comunicarse es... \*

- Bueno
- Adecuado
- Debe mejorarse
- Inadecuado
- No lo tiene

Las instrucciones del curso son... \*

- Bueno
- Adecuado
- Debe mejorarse
- Inadecuado
- No lo tiene

La frecuencia en la que se debe acceder al curso es... \*

- Bueno
- Adecuado
- Debe mejorarse
- Inadecuado
- No lo tiene

La presentación del instructor es... \*

- Bueno
- Adecuado
- Debe mejorarse
- Inadecuado
- No lo tiene

ATRÁS

SIGUIENTE

¡nunca envíes contraseñas a través de Formularios de Google!

## Evaluación final del curso

\*Obligatorio

### Recursos y materiales

Los materiales o actividades son... \*

- Bueno
- Adecuado
- Debe mejorarse
- Inadecuado
- No lo tiene

ATRÁS

SIGUIENTE

Nunca envíes contraseñas o través de Formularios de Google.

## Evaluación final del curso

\*Obligatorio

### Evaluación de actividades

Los criterios de evaluación de cada tarea o actividad son... \*

- Bueno
- Adecuado
- Debe mejorarse
- Inadecuado
- No lo tiene

Las retroalimentaciones de las actividades fueron... \*

- Bueno
- Adecuado
- Debe mejorarse
- Inadecuado
- No lo tiene

ATRÁS

SIGUIENTE

Nunca envíes contraseñas o través de Formularios de Google.

## Evaluación final del curso

\*Obligatorio

### Diseño de instrucción

Las instrucciones para cumplir con las actividades son... \*

- Bueno
- Adecuado
- Debe mejorarse
- Inadecuado
- No lo tiene

Los objetivos de cada módulo o unidad son... \*

- Bueno
- Adecuado
- Debe mejorarse
- Inadecuado
- No lo tiene

La relación entre los contenidos y las tareas es... \*

- Bueno
- Adecuado
- Debe mejorarse
- Inadecuado
- No lo tiene

Las actividades promueven la oportunidad de practicar y aplicar conceptos \*

- Bueno
- Adecuado
- Debe mejorarse
- Inadecuado
- No lo tiene

Todos los enlaces externos e internos funcionan y abren \*

- Bueno
- Adecuado
- Debe mejorarse
- Inadecuado
- No lo tiene

ATRÁS

SIGUIENTE

Nunca envíes contraseñas o breves de Formularios de Google.

## Evaluación final del curso

\*Obligatorio

### Uso efectivo de la tecnología

Las herramientas de apoyo al estudiante para la realización de actividades son... \*

- Bueno
- Adecuado
- Debe mejorarse
- Inadecuado
- No lo tiene

Las instrucciones de cómo acceder a los recursos son \*

- Bueno
- Adecuado
- Debe mejorarse
- Inadecuado
- No lo tiene

ATRÁS

SIGUIENTE

## Evaluación final del curso

\*Obligatorio

### Aprendizajes

¿Qué aprendiste a lo largo del curso? \*

Tu respuesta

¿Qué otras cosas te hubiera gustado aprender? \*

Tu respuesta

Recomendarías el curso. \*

- Sí
- No
- Tal vez

¿Porqué? \*

Tu respuesta

Comentarios o recomendaciones finales. \*

Tu respuesta

ATRÁS

ENVIAR

Nunca envías contraseñas o datos de Formularios de Google.

## Anexo 5. Lista de cotejo para la evaluación del curso en línea de Calero (2013)

Nombre del evaluador: \_\_\_\_\_

Nombre del curso: \_\_\_\_\_

### Lista de cotejo para la evaluación del curso en línea

Instrucciones: Utilizando la escala que se presenta a continuación, evalúe cada criterio, agregue sus recomendaciones, de ser necesario, en la columna correspondiente.

Escala:

- Bueno 4
- Adecuado 3
- Debe mejorarse 2
- Inadecuado 1
- No lo tiene 0
- No aplica N/A

Criterios a evaluar	4	3	2	1	0	N/A	Recomendaciones y comentarios
<b>1. Perspectiva general e introducción al curso</b>							
1.1 Mensaje de Bienvenida							
1.2 Información del Profesor(a) y formas de comunicarse							
1.3 Prontuario hecho según las normas institucionales y en formato PDF							
1.4 Instrucciones claras de cómo conseguir todos los componentes del curso							

1.5 Frecuencia que deben acceder los estudiantes							
1.6 Tiempo que le tomará al instructor(a) responder a correos electrónicos							
1.7 Existe auto presentación del instructor y de sus estudiantes							
1.8 Existe plan alternativo de no funcionar la plataforma							
1.9 Hoja de cotejo al estudiante con las tareas asignadas							
1.10 Sesiones presenciales durante el semestre							

## 2. Evaluación del estudiante

2.1 Criterios de evaluación en cada tarea o actividad.							
2.2 Guías explícitas para cada asignación (rubricas, entre otras)							
2.3 Sistema de calificación se presenta explícitamente							

2.4 La evaluación y las técnicas de evaluación utilizadas con retro							
---	--	--	--	--	--	--	--

### 3. Evaluación del curso

3.1 Tipo de evaluación y métodos utilizados son apropiados para curso en línea							
3.2 Se provee oportunidad para que el estudiante evalúe el curso							

### 4. Recursos y materiales

4.1 Materiales instruccionales son adecuados para cada objetivo							
4.2 Se usan materiales o actividades para distintos estilos de aprendizaje							
4.3 Recursos y materiales utilizados se citan correctamente							
4.4 Se cumple con los requerimientos de copyright, si aplica							

### 5. Diseño de instrucción

5.1 Incluye instrucciones para cumplir con las actividades del laboratorio por medios alternativos equivalentes							
5.2 Los objetivos instruccionales están en casa módulo, unidad o capítulo							
5.3 El contenido para cada módulo, unidad o capítulo se presenta en segmentos manejables							
5.4 Existe relación entre el contenido del curso y las tareas asignadas							
5.5 Explica los conceptos, provee ejemplos y define términos en la mayoría de los módulos							
5.6 Las actividades de aprendizaje fomentan la interactividad y la comunicación							

5.7 Las actividades y asignaciones proveen oportunidades para practicar y aplicar conceptos y destrezas reales							
5.8 Certificación del profesor sobre el material protegido							
5.9 La organización del contenido del curso es consistente y lógica							
5.10 Todos los enlaces externos e internos funcionan y abren en una nueva página							

**6. Uso efectivo de la tecnología**

6.1 Herramientas tecnológicas para cumplir los objetivos se integran con texto y tareas							
6.2 Herramientas utilizadas apoyan la interactividad del estudiante							
6.3 Tamaño de las imágenes y archivos para rápido acceso							

6.4 Las tecnologías requeridas para este curso, se proveen, o son fáciles de instalar							
6.5 Instrucciones de cómo acceder recursos en línea son suficientes y fáciles de entender							
6.6 Hace uso de varias tecnologías en el curso Foro electrónico:  <input type="checkbox"/> Herramientas de pruebas (cuestionarios)  <input type="checkbox"/> Chat  <input type="checkbox"/> Registro electrónico de notas  <input type="checkbox"/> Glosario Páginas Web  <input type="checkbox"/> Audio  <input type="checkbox"/> Video  <input type="checkbox"/> Otras tecnologías							

## **Anexo 6. Preguntas para que los docentes evalúen el curso en línea.**

Preguntas abiertas para que los docentes evalúen el curso

1. Con las actividades del curso, ¿pudiste nombrar tus emociones?, ejemplifica de qué manera lo lograste.
2. ¿Lograste identificar los pensamientos que tienes al sentir alguna emoción particular?
3. ¿Las actividades que realizaste, permitieron que reconocieras las acciones que realizas cuando sientes alguna emoción?

## **Anexo 7. Invitación para ser parte del panel de expertos.**



17 de septiembre\_del 2018

A través de la presente se le hace una cordial invitación a participar en la investigación que se lleva a cabo sobre las competencias socioemocionales y un curso en línea para promoverlas, el cual es un proyecto académico desarrollado en el marco de Nuevas tecnologías en educación impartido por la Dra. Yunuen Ixchel Guzmán Cedillo en este ciclo (2019-1).

La idea es que usted participe en una entrevista tipo panel de expertos para recabar información acerca de su perspectiva sobre competencias socioemocionales y diseño instruccional, debido a que el trabajo busca desarrollar un curso en línea para promover competencias socioemocionales.

Su participación beneficiara la preparación y elaboración de este proyecto tecnológico en educación. La información recabada será confidencial y usada únicamente para fines académicos.

El formato de la entrevista será tipo panel de expertos, donde 3 profesionales relacionados al tema serán invitados a un aula de videoconferencia alojada en Moodle llamada collaborate. La entrevistadora (yo) realizará una pregunta y se le pedirá a cada experto nos dé su respuesta o perspectiva a manera de diálogo.

De aceptar la entrevista le pedimos revise las preguntas que se anexan para que tenga una idea de cómo responder en ese momento.

Así mismo le hago una propuesta de horarios disponibles para su realización, lo mejor sería que todos los expertos puedan participar en el mismo momento.

Horarios:

martes de 5:00 a 7:00 pm jueves de 5:00 a 7:00 pm

<https://ca.bbcollab.com/guest/FC3F93441089B15C97854ACDE99D4901> (vínculo collaborate dónde se realizaría el panel de expertos)

ENTREVISTA:

1. ¿Qué es un diseño instruccional?
2. ¿Cuáles son los beneficios de utilizar un diseño instruccional?
3. ¿Cuáles son los retos de utilizar un diseño instruccional?
4. ¿Cómo definiría las competencias socioemocionales?
5. ¿Cuáles serían las competencias socioemocionales más importantes o que beneficiaría desarrollar?

6. ¿Qué competencias socioemocionales se pueden desarrollar en el ambiente educativo?
7. ¿Cómo se podrá utilizar el diseño instruccional en el desarrollo de competencias socioemocionales?
8. ¿Qué recomendaciones daría para un diseño instruccional enfocado en el desarrollo de competencias socioemocionales?
9. ¿De qué forma se podría incluir los recursos tecnológicos en este tipo de diseños instruccionales enfocados en el desarrollo de competencias?
10. ¿Conocen alguna herramienta de ese tipo?

Agradeciendo de antemano la atención, y esperando contar con una respuesta favorable de su parte, se le solicita atentamente responder este correo con su respuesta e indicando los horarios que tendría disponible para realizar la entrevista.

Sin más por el momento, reciba un cordial saludo.

Atentamente  
Tonancy L. Marcelo P.

## **Anexo 8. Invitación para ser jueces de validación.**

Estimadas

Por medio de este mensaje me presento, yo soy Tonancy Marcelo mi profesora es Yunuen Ixchel Guzmán-Cedillo colega de ustedes, me encuentro realizando un proyecto en la asignatura de Nuevas tecnologías en educación, el cual versa sobre el aprendizaje del autoconocimiento a partir de un diseño instruccional en línea alojados en LMS (Moodle cloud) su objetivo es que docentes aprendan a nombrar e identificar sus emociones y la población meta son docentes de educación básica.

Entiendo que las dos tienen amplia experiencia en el campo, por ello hemos pensado en ustedes como expertas en la revisión y sugerencias de mejora del curso en línea.

La actividad que espero pueda realizar es el llenado de la lista de cotejo que adjunto en un archivo en Word. A partir de la revisión del curso, el link al curso y sus contraseñas les llegarán a sus respectivos correos en un plazo no mayor a 2 días hábiles a partir del momento en que confirmen su participación. De no ser así pueden contactarme.

Si aceptan ser evaluadoras del curso, les pediría por favor respondieran este correo con su aceptación para hacerles llegar el link y la contraseña de acceso a curso.

Cualquier duda siga al pendiente. De antemano muchas gracias.

Saludos

Buen día

## **Anexo 9. Invitación a docentes para participar en el curso.**

Estiad@s docentes

Por medio de este mensaje me presento, yo soy la Psic. Tonancy Marcelo y por este medio les hago la cordial invitación a participar de un curso en línea que tiene por objetivo que docentes aprendan a nombrar e identificar sus emociones.

La actividad que espero pueda realizar consiste en participar de un curso en línea que tiene una duración de 2 semanas comenzando hoy 20 de julio al 2 de agosto del 2019 en la plataforma Moodle Cloud que se encuentra disponible las 24 horas.

Al aceptar participar en el curso, les llegará el link y la contraseña de acceso, misma que les llegaran a sus respectivos correos en un plazo no mayor a 1 día hábil a partir del momento en que reciban este correo. De no ser así pueden contactarme por correo o vía teléfono, mis datos se los agrego al final.

De igual manera les anexo al correo el instructivo para ingresar a la plataforma e iniciar sesión, con la cual podrán ustedes acceder y comenzar a realizar las actividades correspondientes.

Cualquier duda sigo al pendiente. De antemano muchas gracias.

Saludos cordiales.