



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE  
MÉXICO**

---

---

**FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS  
SISTEMA UNIVERSIDAD ABIERTA Y  
EDUCACIÓN A DISTANCIA**



**EDUCACIÓN EMOCIONAL. SU PERCEPCIÓN  
EN ADOLESCENTES DE LA SECUNDARIA  
ELISA ACUÑA ROSSETTI**

**T E S I S**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:**

**LICENCIADA EN PEDAGOGÍA**

**P R E S E N T A :**

**CYNTHIA TAMARA DELGADO JIMENO**

**ASESORA:**

**DRA. HATSUKO YALÍ NAKAMURA MATUS**



**CIUDAD UNIVERSITARIA, CD.MX., MARZO 2021.**



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.

## AGRADECIMIENTOS

*A la vida, por poner en mi camino a personas que hoy, con cariño, amor, respeto y sinceridad agradezco:*

*A mis padres por cimentar en mi la humildad, el esfuerzo y la perseverancia, por su amor y cariño, por alentarme siempre a continuar y a seguir superándome, por todo el apoyo inagotable, gracias Catalina y Gerardo.*

*A mi esposo, por tu amor, por estar siempre pendiente de mí, por tomarme de la mano, por hacerme reír, por tus consejos y por ser un gran compañero de vida, gracias Roberto.*

*A mis hijos por su amor incondicional, por su paciencia, por estar conmigo en todo momento y por ser mi principal motivación, gracias Alejandro y Rodrigo.*

*A mi hermana, porque con tu ayuda comencé este camino, por tus enseñanzas, consejos, por tu compañía, porque siempre estás ahí ayudándome a resolver la vida, gracias Daniella.*

*A mi hermana, por tu gran corazón, por tus risas, porque siempre me contagias con tu buen humor, porque siempre estás para mí y por ser una gran hermana, Gracias Brenda.*

*A mis abuelos por su cariño, sus cuidados, por el aprendizaje a través de su experiencia y por su constante interés sobre mi carrera como pedagoga, gracias Esperanza, Román y Francisca.*

*A ustedes por sus consejos siempre sabios, por su apoyo invariable, por el cariño brindado gracias Consuelo, Alfonso, Claudia y Carolina.*

*A quienes ya no están físicamente conmigo, pero que siguen en mis recuerdos constantes y de quienes también aprendí, gracias abuelos Luis Felipe† y Alfonso†.*

*A mi querida asesora por todas sus enseñanzas, no sólo académicas también de vida, por su profesionalismo y disciplina, por su guía, que me llevó de la mano hasta lograr concluir este gran sueño, pero sobre todo por ser un gran ser humano que hoy se ha convertido en un modelo a seguir, gracias Dra. Hatsuko.*

*Al Lic. Fernando Méndez por tomarse el tiempo de leer y sugerir este trabajo para su mejora, gracias por todos sus comentarios.*

*A las profesoras Giselle Gómez, Norma Vilchis, Lourdes Palacios y Karla Arteaga, por formar parte de mi sínodo, por revisar y sugerir cambios pertinentes que enriquecieron mi trabajo, por su profesionalismo y amabilidad, gracias por ser parte del camino.*

*A la Facultad de Filosofía y Letras, sobre todo a quienes se desempeñan en el SUAyED, porque sin este sistema no hubiera sido posible alcanzar esta gran meta de haber concluido una licenciatura.*

*A la UNAM porque pertenecer a sus filas me llena de inmenso orgullo, porque ahora un ¡Goya! tiene más significado y sentimiento, porque hoy con gran entusiasmo, felicidad y agradecimiento puedo decir que esta máxima casa de estudios, es mi alma mater.*

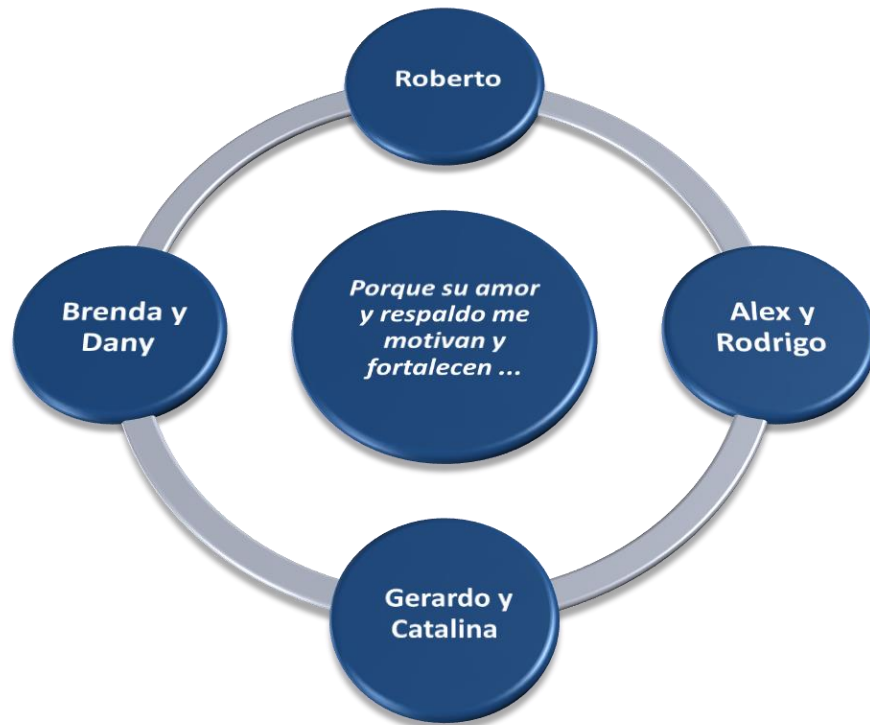
*A la escuela “Elisa Acuña Rossetti” por contribuir con el estudio de la investigación, al maestro Oscar Martínez por la facilidad para la aplicación del instrumento TMMS-24.*

*A ti, por tu esfuerzo y motivación, porque el camino no fue fácil, pero tu entusiasmo de aprender y progresar te mantuvo de pie, por siempre seguir adelante y no desistir, por comprometerte a comenzar y terminar; ¡y lo lograste! Gracias Cynthia.*



## DEDICATORIA

*Para ustedes, porque cada paso que doy, lleva implícito su nombre:*



## CONTENIDO

<b>Introducción</b> .....	1
<b>Capítulo 1. Presentación y diseño de la investigación</b> .....	6
1.1 Revisión de literatura .....	6
1.2 Planteamiento.....	9
1.3 Justificación .....	12
1.4 Objetivos .....	13
1.5 Hipótesis .....	14
1.6 Preguntas de investigación.....	14
1.7 Tipo de estudio.....	14
1.8 Población.....	15
1.9 Marco teórico, autores que abordan el tema .....	15
1.10 Marco teórico, enfoque desde el que se aborda el tema .....	17
1.11 Estrategias metodológicas de revisión documental .....	18
1.12 Estrategias metodológicas de análisis estadístico .....	20
1.13 Estrategias metodológicas de trabajo de campo .....	20
1.14 Estrategias metodológicas para sistematización e integración de hallazgos .....	21
1.15 Instrumento de recolección de datos. Rumbo al conocimiento de la percepción .....	21
1.16 Procesamiento de análisis de resultados .....	22
1.17 Variables .....	24
1.18 Validación del instrumento (validación de datos) .....	24
<b>Capítulo 2. Educación Emocional: constructo y fundamentos teóricos</b> .....	27
2.1 Aproximación conceptual del término Educación Emocional (EE).....	27
2.1.1 Constructo.....	27
2.2 Historia y desarrollo de la EE.....	28
2.3 Propósitos.....	33
2.4 Justificación de la EE.....	36
2.5 EE en México.....	41
2.6 Fundamentos teórico conceptuales de la EE.....	48
2.6.1 Rafael Bisquerra. Educación Emocional .....	49
2.6.2 Carl Rogers. La Educación centrada en la persona y la importancia de la percepción ...	54

<b>Capítulo 3. Un acercamiento a los problemas de la EE en adolescentes de secundaria.....</b>	<b>59</b>
3.1 Problemáticas de atención para la EE en la población adolescente .....	60
3.1.1 Ejemplo de algunas problemáticas.....	61
3.2 Diane Papalia. La etapa de la adolescencia .....	63
3.2.1 Características físicas, cognoscitivas y psicosociales.....	64
3.3 Patricia Ducoing. La educación en la secundaria .....	68
3.4 Diagnóstico pedagógico: definición, funciones y fases.....	72
3.4.1 Un caso de Diagnóstico pedagógico de problemas en la educación secundaria.....	76
3.5 Marco institucional de la investigación .....	77
<b>Capítulo 4. Estudio de campo. ....</b>	<b>81</b>
4.1 ¿Qué nos dicen las gráficas?.....	82
4.2 Medidas de tendencia central sobre las edades de la población de estudio .....	82
4.3 Resultados de la variable: Atención emocional .....	83
4.4 Resultados de la variable: Claridad de sentimientos.....	86
4.5 Resultados de la variable: Reparación Emocional.....	88
4.6 Propuesta.....	91
Conclusiones .....	100
Referencias.....	107
Anexo 1 .....	114
Anexo 2.....	115

## Lista de Figuras

Figura 1. Marco teórico de la investigación.....	16
Figura 2. Formato de ficha para revisión documental .....	19
Figura 3. Ejemplo de la separación de ítems de la escala TMMS-24 para su evaluación .....	23
Figura 4. Educación Emocional.....	28
Figura 5. Interrelación de los ámbitos de la EE y los planos de interacción individual y social. ..	47
Figura 6. Sistema Límbico.....	52
Figura 7. Escuela secundaria "Elisa Acuña Rossetti" .....	78

## Lista de Tablas

Tabla 1. Contenido de aprendizaje de habilidades socioemocionales en secundaria .....	45
Tabla 2. Frecuencias absolutas y acumuladas de las edades de los alumnos .....	82
Tabla 3. Valoraciones y porcentaje en Atención Emocional .....	84
Tabla 4. Valoraciones en la variable Claridad de sentimientos .....	86
Tabla 5. Valoración de la variable Reparación emocional .....	88
Tabla 6. Problemáticas y estrategias de la propuesta.....	92
Tabla 7. Estrategia pedagógica 1. ....	93
Tabla 8. Estrategia pedagógica 2. ....	95

## Lista de Gráficas

Gráfica 1. Porcentaje de la variable Atención Emocional .....	85
Gráfica 2. Porcentaje de la variable Claridad de sentimientos .....	87
Gráfica 3. Porcentaje de la variable Reparación Emocional.....	90



## **Introducción**

Las emociones son parte inherente en la vida humana y por tanto siempre están presentes en los hechos cotidianos de cada individuo. La conducta y pensamientos se encuentran guiados por lo que sentimos, su interés ha sido tal, que en años recientes se comenzó a estudiar de manera científica la importancia que juegan en la vida de los seres humanos y la relación que tienen con el desarrollo personal y social. En el ámbito pedagógico, los estudios han demostrado que las emociones influyen en el rendimiento académico y en el aprendizaje de los estudiantes.

Organismos como la Organización Mundial de la Salud (OMS), Organización de la Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) y la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) afirman que la existencia de algunas problemáticas tanto en el ámbito social como en el educativo principalmente: la violencia, estrés, depresión, adicciones, mala salud, desmotivación, apatía y bajo rendimiento tienen un denominador común que se enmarca en el contexto de las emociones. Y que por tanto la enseñanza de habilidades emocionales y sociales debe estar presente en las escuelas. Es por ello que esta investigación versa sobre la relevancia de la Educación Emocional, tema reciente en el Sistema Educativo Nacional de México (SEN), pero estudiada desde los años noventa y que tiene como fin el desarrollo de habilidades como el autoconocimiento y autorregulación de las emociones, acciones que permiten potenciar el bienestar personal y por consiguiente el entorno social de los seres humanos.

El principal interés sobre el tema de esta investigación es abordar la educación a través de una pedagogía más humana e integral, abarcando así, no solo el ámbito cognitivo como es costumbre en el tema educativo, sino desde una perspectiva que involucre aspectos esenciales

para la formación y bienestar del ser humano. Este estudio propone la práctica de la Educación Emocional como una estrategia educativa y de acción preventiva para cualquier alumno, pero en especial para jóvenes estudiantes en etapa adolescente, los cuales de acuerdo con estudios de Diane Papalia y con la OMS, debido a los múltiples cambios que se presentan en ese periodo, influye a que sean vulnerables a experiencias de riesgo que pueden afectar la capacidad para su pleno desarrollo. Por tal motivo se eligió el nivel secundaria, porque se trata de estudiantes adolescentes, por quienes se tiene el interés de comprender su percepción emocional, la cual llega a afectar su comportamiento y su rendimiento escolar. Por ello, es necesario conocer una alternativa que pueda orientarlos y prevenirlos, y qué mejor que a través del conocimiento de sí mismos y de su propia regulación emocional, cuyo fin primordial es potenciar el bienestar presente y futuro tanto en el ámbito personal, social y educativo.

Para esta investigación se trabajó con un enfoque cuantitativo ya que se presentan resultados numéricos a través de tablas de frecuencia y de gráficas porcentuales, para la recolección de datos se implementó una metodología transeccional-descriptiva, mediante la escala de autoinforme TMMS-24 más la revisión, análisis y recopilación de información en documentos impresos y en revistas digitales indexadas. En relación a la estructuración, este trabajo se presenta bajo las normativas de APA 6ª edición y se organiza en cuatro capítulos, mostrados de lo general a lo particular, desarrollándose: 1° el diseño metodológico, 2° el teórico, 3° el contextual y 4° la parte práctica.

En el primer capítulo y como carta de presentación se inicia exponiendo el estado del arte conformado gracias a la revisión de literatura y que trazó el rumbo del trabajo. Después, se describe el planteamiento del problema donde se identifica la principal preocupación que se establece sobre la temática abordada, enseguida, en la justificación se mencionan las razones que

llevaron a analizar la pertinencia de esta investigación. También se presentan los objetivos, la hipótesis, las preguntas, y el diseño metodológico que dieron guía para el desarrollo de este trabajo a través de diversas estrategias.

En el segundo capítulo como parte medular y de sustento teórico para esta investigación, se expone desde la perspectiva general, el tema de la Educación Emocional, donde se revisa la construcción del término, su historia, desarrollo, objetivos y su situación en México y en el mundo. Enseguida y como eje principal se presentan los estudios sobre Educación Emocional de Rafael Bisquerra, los cuales son relevantes para comprender de qué trata, cómo surge, qué implica, cómo debe aplicarse, por qué es importante y cómo influye para un desarrollo integral y para el bienestar de las personas, destacándose a través de cinco competencias básicas: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía personal, competencia social y habilidades de vida, así como el tema del procesamiento de las emociones en el cerebro a través del sistema límbico que ayudará a entender las diversas reacciones que puede tener un ser humano causadas por una estimulación emocional. También en este mismo capítulo y como un fundamento teórico más, se aborda el tema de la Educación Centrada en la Persona de Carl Rogers, la relevancia de este tema radica en que las ideas de este psicólogo tuvieron el interés de revalorar al individuo como ser humano, dando al ámbito educativo la preocupación por desarrollar procesos de enseñanza aprendizaje de una manera más responsable centrándose en la comprensión de la persona, pero al mismo tiempo concientizando sobre la responsabilidad de su propio aprendizaje y sobre la importancia de percibir su entorno, ya que esto le permitirá identificar sus necesidades, desarrollar su atención y autoconocimiento provocando con ello aprendizajes significativos. Pero también dirigiéndose al docente para que mantenga a través del respeto, la empatía y una adecuada relación interpersonal, la motivación de sus alumnos.

En el tercer capítulo para dar mayor contextualización a la problemática identificada, se aborda con mayor amplitud los retos a los que se enfrenta la práctica de la Educación Emocional, en este apartado se exponen algunas dificultades como problemáticas de salud, violencia interpersonal, desmotivación y problemas de aprendizaje, pero sobre todo, de la importancia de romper con el paradigma de que las emociones y el aprendizaje no tienen relación. Para dar mayor claridad sobre el interés de centrar este estudio hacia la población adolescente, se presentan las características de la adolescencia mediante los estudios de Diane Papalia descritos a través de los ámbitos: físicos, cognitivos y psicosociales, con los cuales se comprende mejor algunas situaciones relevantes, propias de esta etapa, como los desequilibrios emocionales y la tendencia para involucrarse en conductas de riesgo. Para dar continuidad al tema de la adolescencia, se presenta el apartado de la educación secundaria, nivel educativo al que pertenecen los adolescentes, con base en investigaciones de Patricia Ducoing donde se comprenden características como: modelos, cobertura y objetivos de este nivel educativo. Como parte final del capítulo se presentan los aspectos más importantes sobre el diagnóstico pedagógico, tema interesante que hace reflexionar sobre el papel que puede tener la detección oportuna y los instrumentos de inteligencia emocional como agentes de prevención, predicción y de atención dentro del marco educativo.

En el cuarto capítulo, para vincular la teoría y metodología en su caso práctico, se muestra el estudio de campo realizado a 101 alumnos de la escuela secundaria “Elisa Acuña Rossetti” ubicada en el municipio de Tizayuca en el estado de Hidalgo, donde a través de la escala de autoinforme TMMS-24 se evaluó la percepción emocional de los estudiantes adolescentes, con el fin de conocer el nivel de atención, claridad y reparación de sus emociones. La percepción es parte importante en este trabajo ya que constituye la capacidad para identificar

situaciones que se desean cambiar, a través de un mayor contacto con la realidad y por tanto de incentivar la atención al entorno, acción necesaria para la comprensión y para el primer paso en la adquisición de diversas habilidades. Finalmente, se muestran los resultados obtenidos, la estrategia pedagógica propuesta y las conclusiones referentes al estudio realizado en dicha secundaria y que en suma establece, agudizar la reflexión sobre la importancia de educar las emociones, demostrar que la percepción emocional de nuestro entorno es necesaria para comprender situaciones adversas que ocurren en nuestro mundo. Dejar presente que la educación cognitiva tradicional aunada a la educación emocional debe ser fundamentales para la formación de la vida humana, que voltear la mirada hacia la forma en cómo están siendo educados los jóvenes adolescentes, es necesario para comprender y prevenir algunas de sus problemáticas. Dicho lo anterior, con este trabajo de tesis, se fija una postura de responsabilidad educativa, donde se revela lo importante de llevar a cabo los planteamientos del Modelo Educativo del 2016 y de la Nueva Escuela Mexicana (NEM) para la Educación Básica que presenta el actual gobierno, donde los modelos educativos están centrados en las necesidades del alumno como individuo y por ende de la sociedad, en el pensamiento reflexivo, la convivencia, los valores y el desarrollo emocional, desde una perspectiva de desarrollo integral y en donde el objetivo central sea, educar para la vida.

Se reitera el profundo agradecimiento a la Facultad de Filosofía y Letras (FFyL) en su sistema SUAyED, a la escuela Elisa Acuña Rossetti, y a la Dra. Hatsuko porque sin ellos no hubiera sido posible el desarrollo de esta investigación, así mismo el compromiso que existe ante ellos, para desenvolver una práctica pedagógica ética, responsable y profesional.

## Capítulo 1

### Presentación y diseño de la investigación

Este primer capítulo tiene como objetivo presentar de manera general la investigación de tesis y las acciones implicadas para su realización, describiendo para ello, los elementos metodológicos utilizados en su desarrollo. La metodología de acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2014) permite obtener información de una manera precisa y planificada haciendo uso de instrumentos y estrategias acordes a la necesidad de la investigación.

Para comenzar con este trabajo, se tuvieron que seguir una serie de pasos, con el fin de cumplir con los requerimientos necesarios, por ello, se describen a continuación las estrategias utilizadas.

#### Revisión de literatura

Un aspecto sumamente importante y necesario para la realización de una investigación “implica detectar, consultar y obtener la bibliografía (referencias) y otros materiales que sean útiles para los propósitos del estudio, donde se tiene que extraer y recopilar la información relevante y necesaria para enmarcar nuestro problema de investigación” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 61).

Dicho lo anterior, para el presente trabajo se llevó a cabo un amplio proceso de revisión de literatura, antes y durante el proceso de investigación, que incluyó el análisis de información para generar un estado del conocimiento respecto al tema de estudio, gracias al cual, hoy se sabe que:

En el siglo XX debido a diversos acontecimientos sociales y culturales, comienza a manifestarse un clima reflexivo en cuanto al ser humano y su entorno social, dando como resultado algunos movimientos importantes, entre los que destacan la educación humanista (Bustamante, 2011). La cual ha sido una base relevante para desarrollar nuevas aportaciones educativas sobre la importancia del ser humano como individuo, dentro de las conceptualizaciones pedagógicas.

Así mismo y justificándose con la información anterior, en 1993 la Organización Mundial (OMS) realizó un estudio llamado “Habilidades para la vida” donde manifiesta la importancia de incluir en la enseñanza en las escuelas, la prevención de riesgos durante el desarrollo humano, a través de habilidades de autoconocimiento, relaciones interpersonales, toma de decisiones, pensamiento crítico y manejo de emociones (OMS, 1993. Citado en Montoya y Muñoz, 2009). Posteriormente y siguiendo el rumbo humanista; en 1996 la Comisión Internacional sobre Educación para el siglo XXI establece que, para mejorar el bienestar de las sociedades, la educación debe estructurarse en cuatro fundamentos: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser. Estas dos últimas resaltando el aspecto hacia la importancia de la atención individual de los educandos.

También otra organización que se suma a los intereses sobre el bienestar humano es la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), que en 2002 establece una iniciativa para que 140 países pongan en marcha en sus sistemas educativos, programas sobre aprendizajes sociales y emocionales (Goleman, 2012). En 2016, la Organización para la cooperación y el Desarrollo Económico, realiza un estudio donde destaca la importancia de que habilidades como empatía, perseverancia y buena autoestima, formen parte de la enseñanza en las escuelas ya que tienen influencia en el éxito escolar y laboral (OCDE,

2016). En México, es hasta el 2017 cuando se implementa de manera formal la enseñanza de habilidades emocionales en los currículos escolares (Benítez-Hernández y Victorino Ramírez, 2019).

La Educación Emocional es considerada una innovación psicopedagógica desde los años 90, su objetivo principal es promover el bienestar personal y social mediante el desarrollo de competencias como: toma de conciencia, comprensión y regulación de los fenómenos emocionales (Bisquerra, 2009). Y es considerada una respuesta a favor de los movimientos humanistas comenzados en el siglo XX y que se encamina a ser parte de toda persona en formación, sean niños, adultos o adolescentes. Estos últimos son quienes, de acuerdo con la información que se presentará posteriormente, pueden verse mayormente beneficiados con este tipo de educación.

Los adolescentes representan 1/6 de la población mundial y de ellos, 1.2 millones se encuentran ante problemáticas que son causadas por situaciones emocionales, que en su mayoría pueden ser prevenidas o tratadas (OMS, 2018). Al respecto Bisquerra (2003) menciona que un sector creciente de la juventud se implica en comportamientos de riesgo que en el fondo suponen un desequilibrio emocional. Esto podría entenderse porque el adolescente presenta aún, un cerebro en proceso de maduración y por tal motivo procesa la información relativa a las emociones de manera diferente a los adultos por lo que hay mayor posibilidad de que se presente la *rebeldía adolescente*, entendida como un “patrón de confusión emocional característico de una minoría de adolescentes que puede implicar conflictos con la familia, distanciamiento de la sociedad adulta, conducta temeraria y rechazo de los valores” (Papalia, Feldman y Martorell, 2012, p.403). Muchas veces estas situaciones, suelen ser inconscientes, dejando de responsabilizarse de sus acciones y de su propio bienestar. Ante esto, el psicólogo Carl Rogers,



afirma que las personas deben aprender a responsabilizarse y tomar las decisiones adecuadas para su bienestar. Dentro del contexto específicamente educativo (Rogers, 1956) menciona que la percepción en un alumno es importante porque le permite aprender de experiencias y sentimientos al entrar en contacto real con los problemas más importantes, de tal manera que se puede identificar aquellas cuestiones que se desean resolver.

Con toda la información expuesta anteriormente, y que cabe destacar, será abordada posteriormente en los capítulos correspondientes a lo largo de la investigación, se generó un estado del conocimiento que permitió reflexionar y desarrollar un planteamiento del problema, el cual se describe a continuación.

## **Planteamiento**

La educación formal se ha centrado siempre en la formación del sujeto, con el fin de desarrollar ciertas habilidades que le permitan en un futuro obtener algún beneficio a través de un trabajo remunerado, ya que, si analizamos su historicidad, el fenómeno educativo ha sido congruente con una visión utilitarista propia de la sociedad capitalista regida por los intereses de mercado y no por los principios humanos. Se mantiene la herencia del modelo modernizador que se centró en la razón y descartó procesos sensitivos, perceptivos, afectivos, emocionales, es decir, al cuerpo. Prevalece la visión cartesiana que separa mente y cuerpo, de ahí la necesidad de visualizar esta configuración histórica que ha impactado todos los ámbitos del saber y que ha determinado la concepción de ser humano, y de educación que prevalece hasta nuestros días. Así a lo largo del tiempo y el espacio, los objetivos de la educación no han podido adaptarse correctamente a las necesidades sociales y el factor predominante ha sido por mucho el desarrollo creciente de la economía y la tecnología.

En la época actual (considerada desde el inicio de los años 2000) donde la violencia, intolerancia, apatía, desmotivación y estrés van en aumento, la educación debe centrar mayor atención a estas dificultades, considerando que es formadora de seres humanos, es, por tanto, un instrumento fundamental para atender estas situaciones.

Para contextualizar la problemática detectada se menciona que: el Informe Mundial sobre la violencia y la Salud en 2003 por la Organización Mundial de la Salud (OMS) informa que en el mundo 565 personas de entre 10 a 29 años mueren cada día como resultado de violencia interpersonal (Etienne, 2003, p.27) así mismo la OMS (2018) informa que ocurren 800 000 suicidios cada año, la mayoría entre 15 y 29 años de edad. Esta misma organización detalla que los adolescentes representan un sexto de la población mundial; de ellos 1.2 millones se encuentran en situaciones de riesgo como violencia, embarazos no deseados, suicidios, o trastornos de salud, los cuales son causados por situaciones emocionales, lo relevante es que éstos pueden ser prevenidos o tratados.

Otras cifras más que dan cuenta de las problemáticas que se viven en la actualidad alrededor del mundo en especial entre la población adolescente son, por ejemplo: En España, el 5% de los jóvenes sufren depresión, cada año se suicidan 100 adolescentes, 30% de jóvenes entre 14 y 17 años se implican en comportamientos de riesgo (Bisquerra, 2003, p.9-10). ¿Por qué en los años recientes en Estados Unidos, los tiroteos por los propios estudiantes en las escuelas, se han presentado con más frecuencia quitándole la vida a sus propios compañeros y a sus maestros, para después suicidarse? De acuerdo con el Sistema de Vigilancia de Conductas de Riesgo juvenil del Center for Disease Control and Prevention (CDC, 2017), los estudiantes que se sienten tristes o desplazados aumentaron del 29% en 2007 al 32% en 2017 en aquel país, el suicidio aumentó en un 25 % en la última década.

México no es la excepción y de acuerdo al Instituto Nacional de Geografía e Informática, 265 507 niños entre 7-14 años se han sentido deprimidos por lo menos una vez al mes. (Encuesta Nacional de los Hogares, INEGI. 2017). “Entre 2013-2015 ocurrieron 1,407 muertes en adolescentes a causa de la violencia” (Comisión Nacional de Derechos Humanos, CNDH, 2017, p.36). En el ámbito meramente escolar, los principales problemas en alumnos de secundaria en nuestro país son: apatía, irresponsabilidad, desobediencia, inadaptación, problemas de identidad, violencia, rebeldía y desinterés, los cuales llevan a un mal desempeño académico. (Sánchez-Carranza y Sandoval-Forero, 2016).

Si bien es sabido que las conductas aludidas no sólo son consecuencia de situaciones individuales, sino que también hay factores estructurales, determinantes en las formas de relación de las sociedades de nuestro tiempo, caracterizadas por el individualismo, el egoísmo, la falta de consideración y empatía hacia el otro; es también cierto que estas cifras motivan a indagar el trasfondo y las consecuencias de la problemática, y a encontrar una forma de solución y prevención. Al respecto Rafael Bisquerra (2003) menciona, “un sector creciente de la juventud se implica en comportamientos de riesgo, que en el fondo suponen un desequilibrio emocional, lo cual requiere la adquisición de competencias básicas para la vida de cara a la prevención”. (p.9).

En México la educación de nivel secundaria, está dirigida a estudiantes que se encuentran en la etapa adolescente (12 a 15 años) y que debido a cambios fisiológicos por los que atraviesan, suelen tener dificultades en su comportamiento y en el rendimiento escolar. “A partir de la adolescencia se ponen de manifiesto déficits en el manejo de las emociones” (Bisquerra, 2000, p. 96). Por lo tanto esta investigación plantea la necesidad de conocer la importancia de que, el sistema educativo sobre todo en el nivel secundaria brinde una educación que prepare a los

alumnos no solo en el ámbito cognitivo sino también en el emocional, donde sean perceptivos de sus propios sentimientos y de su entorno, para propiciar un mayor aprovechamiento escolar y una mayor calidad de vida en estudiantes adolescentes, que se encuentran en una etapa del desarrollo humano donde las conductas de riesgo y la desmotivación escolar pueden verse mayormente afectadas.

### **Justificación**

Este trabajo de tesis desea contribuir al mayor bienestar de los alumnos adolescentes, a través del autoconocimiento de sus estados afectivos, pues como se mencionó en el planteamiento del problema, muchos de los problemas que los afectan suponen un desequilibrio emocional (Bisquerra, 2003) y que en ocasiones resultan imperceptible para ellos.

Por tanto, para esta investigación, visibilizar a través de la escala de autoinforme TMMS-24 el nivel de percepción que los adolescentes de la secundaria Elisa Acuña Rossetti tienen hacia sus estados emocionales, es un aporte a la Educación Emocional que justifica la necesidad de implementar acciones pedagógicas como estrategias de atención, prevención y protección del alumno a través del conocimiento de sí mismo.

Es de suma importancia reconocer las características que tiene la sociedad actual y que demanda el sistema educativo. Sin duda desarrollar habilidades de percepción y regulación emocional a través de la Educación Emocional incrementa la posibilidad de reducir riesgos como los que ya se han mencionado. Educar individuos, preparados cognitivamente y emocionalmente mediante intervenciones que favorezcan el fortalecimiento de vínculos humanos tendientes a hacer comunidad donde se pretenda crear redes de contención desde lo social, en las que participen los maestros, padres y la comunidad para crear ambientes más humanos que

contribuyan a estrechar vínculos, se hace necesario para enfrentar una vida de constantes altibajos sobre todo en adolescentes vulnerables.

**Objetivos:** Se ha considerado pertinente para esta investigación, establecer dos objetivos generales y dos específicos, que se describen a continuación.

**Generales:**

- Conocer qué es la Educación Emocional y cuáles son sus objetivos alcances y posibilidades para una educación que aspira a cubrir las necesidades bio, psico sociales del educando, en un contexto social que demanda de la institución escolar intervenciones en profundidad.
- Detectar el nivel de percepción emocional, midiendo el grado de atención, claridad y reparación, que presentan alumnos adolescentes de la secundaria “Elisa Acuña Rossetti” del municipio de Tizayuca, Hidalgo, a través de la escala de auto informe TMMS-24.

**Específicos:**

- Describir de acuerdo a estudios sobre el desarrollo humano, las características de la etapa de la adolescencia para saber cómo funcionan y se comportan sus estructuras físicas, cognoscitivas y psicosociales ante estímulos de su entorno.
- Analizar algunas problemáticas existentes dentro de la población adolescente, que se vuelven situación de riesgo como consecuencia de un inadecuado manejo emocional.

## **Hipótesis**

Son pocos los alumnos adolescentes de secundaria capaces de identificar, nombrar y regular sus estados emocionales. Por tanto, es trascendental que reciban EE, para promover su percepción y autoconocimiento, mejorar su aprendizaje y procurar su bienestar.

## **Preguntas de investigación**

- ¿Qué nivel perceptivo de sus propios estados emocionales presentan los alumnos adolescentes de la secundaria Elisa Acuña Rossetti?
- ¿Qué es y cuáles son los objetivos de la Educación Emocional y su trascendencia y justificación como contenidos educativos en el nivel de secundaria?
- ¿Qué es la adolescencia y cuáles son sus características?
- ¿Por qué es importante adquirir habilidades emocionales en la adolescencia?

## **Tipo de estudio**

Es de tipo no experimental, ya que las variables no fueron manipuladas. El trabajo es realizado con un enfoque cuantitativo, para Hernández, Fernández y Baptista (2014) las investigaciones cuantitativas implican un conjunto de procesos de recolección de datos con base en mediciones numéricas y análisis estadístico; los cuales son presentados en este trabajo con un alcance descriptivo. Las investigaciones descriptivas buscan especificar propiedades y características de cualquier fenómeno que se analice, el principal interés es describir tendencias de un grupo o población (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

## **Población**

De acuerdo a las características del planteamiento del problema y de la hipótesis de esta investigación, se establece que la unidad de análisis son individuos adolescentes de educación secundaria. Para delimitar los parámetros muestrales, se utilizó una selección probabilística de tipo aleatoria. De acuerdo a lo anterior, se tuvo acceso a tres grupos de alumnos adolescentes de la secundaria “Elisa Acuña Rossetti”: uno de 1er grado, uno de 2° y uno de 3°, con el fin de abarcar los tres grados y todas las edades acordes al nivel educativo, haciendo una muestra total de 101 estudiantes, de los cuales 50 son hombres y 51 mujeres, con un rango de edad entre los 12 y 15 años.

## **Marco teórico, autores que abordan el tema**

Para dar delimitación y bases teóricas a nuestro tema de investigación, se han adoptado las principales ideas de autores que tienen una vinculación con el planteamiento del problema, los objetivos y preguntas planteadas. En la siguiente figura se observa un organizador gráfico donde se muestra a los teóricos involucrados en este trabajo, así como sus conceptos básicos de estudio; los cuales serán abordados a través del desarrollo de los capítulos correspondientes.

Figura 1. Marco teórico de la investigación

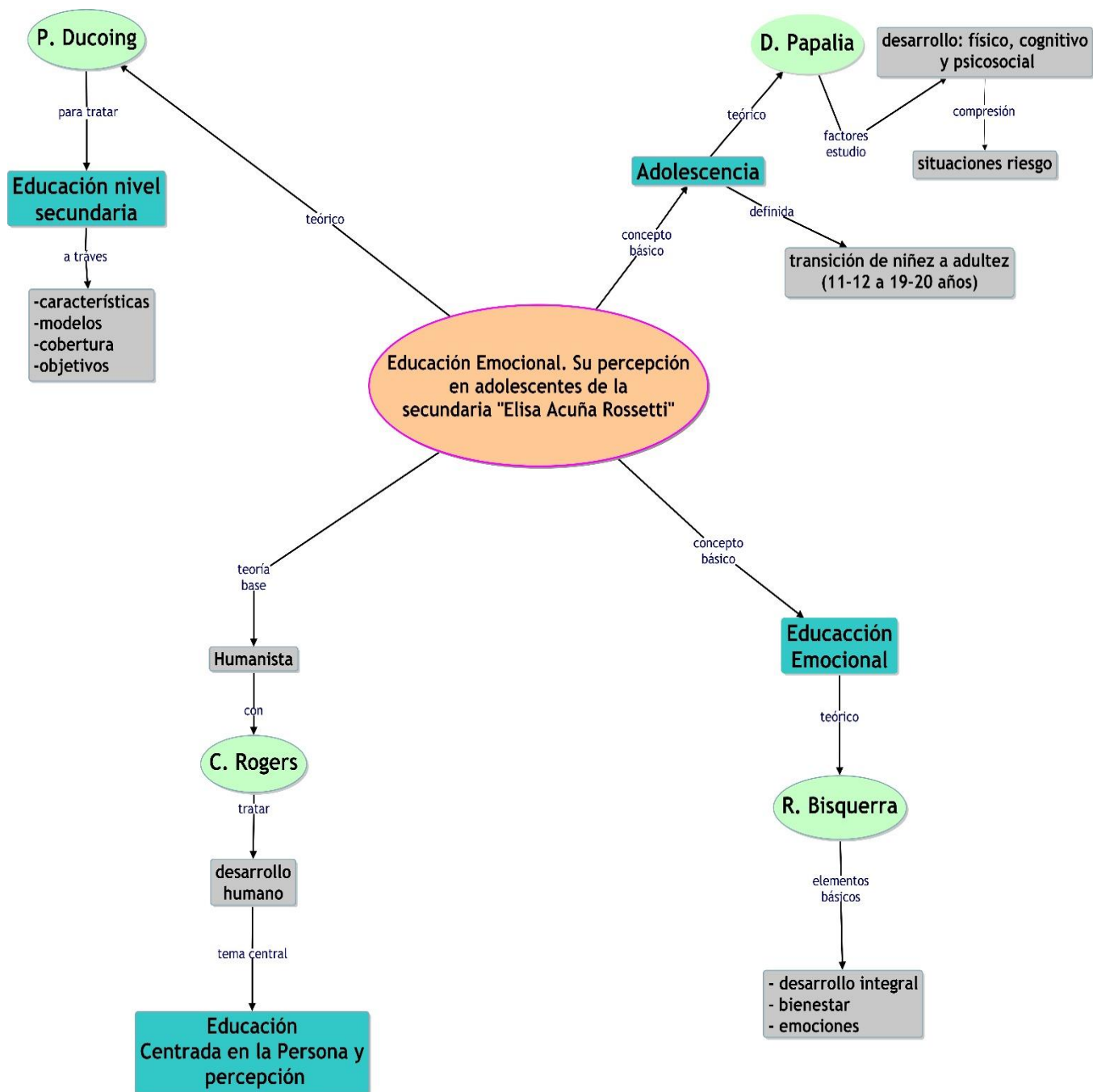


Figura 7. Organizador gráfico que muestra el marco teórico conceptual en el que se basa la investigación. Elaboración propia.



## **Marco teórico, enfoque desde el que se aborda el tema**

La inclinación teórica de este trabajo se define con base en el enfoque humanista, ya que se parte de considerar el bienestar del individuo a través de su formación integral y el impacto positivo que puede tener en su entorno, a través de la adquisición de habilidades emocionales, y tomando en cuenta su percepción emocional. Bisquerra (2000) menciona que el enfoque humanista “llama la atención sobre la importancia de las emociones” (p.146), y es que este promueve la atención a las necesidades individuales respetando su contexto.

Así, aquellos procesos (como la educación) que realizan su práctica con base en un enfoque humanista, son las que promueven una relación de ayuda en donde “al menos una de las partes intenta promover en el otro el desarrollo, la maduración y la capacidad de funcionar mejor y enfrentar la vida de manera más adecuada. El otro en este contexto, puede ser un individuo o un grupo” (Rogers,1956, p. 46).

En el ámbito educativo Rogers y Freiberg (1996) establece que para facilitar el aprendizaje se debe generar una relación de persona a persona, estableciendo un aprecio por el alumno, sus sentimientos, opiniones y toda su persona. El enfoque humanista para este trabajo, concuerda con los propósitos propuestos y el interés que se tiene por alcanzarlos, en este sentido, esta investigación se declara completamente de acuerdo con la idea de Rogers que se expone a continuación:

“La gente importa, que las relaciones interpersonales son importantes, que es posible liberar el potencial humano, que podríamos aprender mucho más, y que, a menos que prestemos una atención fuerte y positiva al aspecto humano e interpersonal del dilema educacional, nuestra civilización comenzará su decadencia y perdición. Mejores cursos,

mejores planes de estudio, más contenidos, más máquinas de enseñanza, nunca resolverán de raíz nuestro dilema. Sólo las personas, actuando como personas en sus relaciones con sus estudiantes pueden comenzar a solucionar el problema más urgente de la educación moderna” (Rogers y Freiberg, 1996, p.15).

La información presentada hasta el momento y a lo largo del trabajo fue obtenida gracias a la exhaustiva revisión documental y a las estrategias que se siguieron y que se exponen enseguida.

### **Estrategias metodológicas de revisión documental**

- 1.- Se inició con el análisis de información para generar un estado del arte respecto al tema de estudio. Para la revisión documental se comenzó con una exploración en buscadores como *Google scholar*, *Google books*, IRESIE-UNAM, TESIUNAM y en la Biblioteca Central de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).
- 2.- Se revisaron artículos, revistas indexadas principalmente Redalyc, tesis y libros. Fue necesario hacer una minuciosa selección.
- 3.- Una vez detectada la información adecuada primero a través de la lectura rápida (para reconocer el contenido) y después con la lectura minuciosa (para detectar las ideas principales y las citas), se prosiguió a realizar resúmenes y fichas de revisión documental diseñadas por la Dra. Hatsuko Nakamura como la que se muestra a continuación:

**Figura 2. Formato de ficha para revisión documental**

Título:	Referencia:	Palabras clave:
Resumen del autor (s):		
¿Para qué servirá en mi investigación?		

Ficha de revisión documental. Adaptado de Nakamura, H. (s/f).

Estas estrategias resultaron útiles para consultar y recabar información precisa, ayudando a analizar sobre cuál sería necesaria y cuál no, considerando los fines de la investigación.

### **Estrategias metodológicas de análisis estadístico**

Además de la información literaria, fue necesario recabar datos cuantitativos en relación al problema de investigación y para ello se recurrió a la recolección de datos mediante el instrumento estandarizado TMMS-24, para posteriormente, obtener porcentajes sobre los niveles de las variables estudiadas, también se realizó el análisis de las medidas de tendencia central (moda, media y mediana) respecto a la edad de los alumnos.

### **Estrategias metodológicas de trabajo de campo**

El primer paso fue realizar los permisos correspondientes de acceso ante la institución y después asignar el día y momento adecuado para la aplicación del instrumento, este proceso constó de una semana. Una vez llegado el día acordado, se contó con un máximo de 30 minutos disponibles por grupo para su realización, para ello se requirió el apoyo de los prefectos de cada grado. La técnica utilizada para la recolección de datos es de tipo transeccional descriptivo, esta técnica se utiliza cuando se obtienen datos en un momento único, su propósito es indagar la incidencia de modalidades o niveles de una o más variables en una población (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). En esta investigación los datos fueron recolectados en un único día, (para ser precisos el 24 de enero de 2019, la estadía en la institución fue de aproximadamente dos horas) para posteriormente ser analizados.

Para la aplicación, se entregó a cada estudiante una hoja que contenía la escala de auto informe TMMS-24, se pidió a los alumnos que pusieran su nombre y cuántos años tenían, esto con el fin de obtener información sobre el género y la edad, también se les pidió que contestaran

honestamente, con la intención de que la información recabada resulte lo más fiable posible, ya que se trata de una percepción.

### **Estrategias metodológicas para sistematización e integración de hallazgos**

Para el tratamiento de la información obtenida se realizaron tres tablas de frecuencia (una por cada variable de estudio), se realizaron también gráficas de barras que mostraban el porcentaje de los hallazgos y que van acompañadas de una descripción de lo encontrado.

### **Instrumento de recolección de datos. Rumbo al conocimiento de la percepción**

Se utilizó una escala rasgo tipo Likert<sup>1</sup> llamada TMMS-24 que evalúa la percepción emocional, a través de la cual se conocerán las destrezas con las que se puede ser consciente de las propias emociones, así como de la capacidad para regularlas. Este instrumento fue creado en 1995 como una herramienta útil para científicos sociales interesados en examinar el meta conocimiento de los estados emocionales y conocer cómo esta habilidad (percepción emocional) puede afectar diversas áreas del individuo.

“La percepción emocional es la habilidad para identificar y reconocer tanto los propios sentimientos como los de aquellos que te rodean. Implica prestar atención y descodificar con precisión las señales emocionales de la expresión facial, movimientos corporales y tono de voz. Esta habilidad se refiere al grado en que los individuos pueden identificar convenientemente sus propias emociones, así como los estados y sensaciones fisiológicas y cognitivas que estas conllevan” (Fernández-Berrocal y Extremera, 2005, p. 69).

---

<sup>1</sup> Conjunto de ítems que se presentan en forma de afirmaciones, para medir la reacción del sujeto en diferentes categorías. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p.238).

Bajo esta premisa el grupo de investigación de Mayer y Salovey creó este instrumento con 48 ítems originalmente, para conocer de manera puntual la confianza en las emociones, la influencia emocional y el conocimiento sobre cuándo se atienden o no las consecuencias emocionales, ya que para estos autores “existe un proceso reflexivo continuado que está asociado al estado de ánimo mediante el cual de forma constante se percibe, valora y regulan los estados anímicos” (Extremera y Fernández Berrocal, 2005, p.103) a este proceso se le denominó experiencia del meta humor, de ahí el nombre del instrumento: *Trait Meta-Mood Scale* (TMMS). La TMMS ha sido utilizada por diversas investigaciones y se considera un predictor útil sobre variables de personalidad como autoestima y optimismo, lo que ayuda a predecir la adaptación personal y el bienestar interpersonal e intrapersonal (Extremera y Fernández-Berrocal, 2005).

La TMMS-24 es una adaptación al español por Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos en 2004, como su nombre lo indica contiene 24 ítems divididos en tres dimensiones claves de la Inteligencia Emocional (IE), con ocho ítems cada una: *Atención emocional* (del 1al 8), *Claridad de sentimientos* (9-16) y *Reparación emocional* (17-24). La fiabilidad para cada dimensión es: *Atención emocional*  $\alpha=.90$ , *Claridad de sentimientos*  $\alpha=.90$  y *Reparación emocional* de  $\alpha=.86$

### **Procesamiento de análisis de resultados**

Una vez realizado el levantamiento de datos a través de la escala de auto informe TMMS-24 se realizó el conteo sobre cuántos eran hombres, cuántas mujeres y su rango de edad. Enseguida se procedió a la división de los 24 Ítems en tres partes (del 1-8, del 9-16 y del 17-24) de cada escala, para la posterior evaluación de cada dimensión.

Para realizar la evaluación se deben sumar los puntos obtenidos de acuerdo a la respuesta. Las opciones de respuesta y sus equivalencias son (ver anexo 1): *Nada de acuerdo=1*, *Algo de acuerdo=2*, *Bastante de acuerdo=3*, *Muy de acuerdo= 4* y *Totalmente de acuerdo=5*. Las valoraciones que resultan de acuerdo a las puntuaciones obtenidas son: *Debe mejorar*, *Adecuada* y *Excelente* (ver anexo 2).

**Figura 3. Ejemplo de la separación de ítems de la escala TMMS-24 para su evaluación**

Andrea, 14 años. 3<sup>o</sup> "C"

**TMMS-24.**  
**INSTRUCCIONES:**  
 A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.  
 No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas.  
 No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

	1 Nada de Acuerdo	2 Algo de Acuerdo	3 Bastante de acuerdo	4 Muy de Acuerdo	5 Totalmente de acuerdo
1. Presto mucha atención a los sentimientos.					X
2. Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.				X	
3. Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.				X	
4. Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.				X	
5. Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.				X	
6. Pienso en mi estado de ánimo constantemente.				X	
7. A menudo pienso en mis sentimientos.				X	
8. Presto mucha atención a cómo me siento.				X	
9. Tengo claros mis sentimientos.				X	
10. Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.				X	
11. Casi siempre sé cómo me siento.				X	
12. Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.				X	
13. A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.				X	
14. Siempre puedo decir cómo me siento.				X	
15. A veces puedo decir cuáles son mis emociones.				X	
16. Puedo llegar a comprender mis sentimientos.				X	
17. Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.				X	
18. Aunque me siento mal, procuro pensar en cosas agradables.				X	
19. Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.				X	
20. Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.				X	
21. Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.				X	
22. Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.				X	
23. Tengo mucha energía cuando me siento feliz.				X	
24. Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.				X	

(14)  
(22)  
(23)

*Nota:* Elaboración propia. En la imagen se muestra un ejemplo de cómo fue contestada la escala de autoinforme TMMS-24, por una niña de 14 años. También se muestra la separación realizada de los ítems para la suma de puntos y posterior evaluación de cada dimensión.

## **Variables**

Las variables de medición para esta investigación son tres y se describen a continuación:

- **Atención emocional:** entendida como la habilidad para identificar y expresar de forma adecuada los sentimientos. En la escala de auto informe TMMS-24, esta dimensión brinda información sobre el grado en que las personas creen prestar atención a sus emociones y sentimientos.

- **Claridad de sentimientos:** es la comprensión de la influencia de los estados afectivos en el comportamiento. Se refiere a cómo las personas creen percibir sus emociones. En la escala de auto informe, un ítem que se hace referencia a esta dimensión se identifica en el número 10 con la afirmación: “Frecuentemente puedo definir mis sentimientos”.

- **Reparación emocional:** capacidad para regular los estados emocionales correctamente, “alude a la creencia del sujeto en su capacidad para interrumpir y regular estados emocionales negativos y prolongar los positivos” (Fernández-Berrocal y Extremera, 2005, p.75). El estudio de esta dimensión es importante porque con la regulación emocional aumentan las emociones positivas, se reducen las negativas y con ello se mantiene un mayor bienestar personal.

## **Validación del instrumento (validación de datos)**

La validez de datos se refiere al grado en que un instrumento mide realmente la variable que pretende medir (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). Existen diferentes tipos de evidencia para probar la validez:

- Evidencia relacionada con el contenido: se refiere al grado en que un instrumento refleja un dominio específico de contenido de lo que se mide. “Es el grado en el que



la medición representa al concepto o variable medida” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 201). Ya que un instrumento de medición requiere tener representados a la mayoría de los componentes de las variables que se medirán. Con esta evidencia se establece el dominio de la variable de medición. La pregunta que establece Hernández, Fernández y Baptista (2014) para la evidencia de este aspecto es: ¿el instrumento mide adecuadamente las principales dimensiones de la variable en cuestión?

- Evidencia relacionada con el criterio: la validez de criterio se establece al comparar los resultados del instrumento de medición con los de algún criterio externo que pretende medir lo mismo. Existirá una validez de criterio cuando diferentes instrumentos o criterios que miden la misma variable o concepto de estudio arrojan resultados similares. La validez de criterio “se establece al correlacionar las puntuaciones resultantes de aplicar el instrumento con las puntuaciones obtenidas de otro criterio externo que pretende medir lo mismo” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 202). Los autores proponen la pregunta: ¿en qué grado el instrumento comparado con otros criterios externos mide lo mismo?
- Evidencia relacionada con el constructo: se refiere a que tan adecuadamente, un instrumento representa y mide un concepto teórico. La validez de constructo “debe explicar cómo las mediciones del concepto o variable se vinculan de manera congruente con las mediciones de otros conceptos correlacionados teóricamente” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 203). Entonces, el proceso de validación de un constructo se encuentra vinculado con la teoría que apoya la hipótesis, las preguntas que se responden para la validez de constructo son: ¿el concepto teórico

está realmente reflejado en el instrumento? ¿qué significan las puntuaciones del instrumento? ¿el instrumento mide el constructo y sus variables?

Para efecto de validez de esta investigación se presenta evidencia en relación con el contenido. El uso del instrumento TMMS-24 para este trabajo, aporta información suficiente para comprender el nivel de percepción emocional que presentan alumnos adolescentes, mediante la medición de tres variables: atención emocional, claridad de sentimientos y reparación emocional, las cuales, a través de años de investigación y adaptación, su intención es predecir estilos de comportamiento tomando en cuenta la inteligencia emocional. La TMMS-24 al ser un instrumento estandarizado y a través de sus 24 ítems mide de manera específica el grado de percepción emocional de una persona, aspecto que esta investigación tiene el objetivo de conocer, para así determinar la necesidad de incluir la Educación Emocional (EE) en la educación de los adolescentes en el nivel secundaria.

Una vez presentadas las generalidades de este trabajo a través del diseño metodológico, se da paso al capítulo dos, donde se mostrará información relevante sobre el tema central de la investigación: la EE. Así como su fundamentación sobre la que se ha edificado su desarrollo.

## Capítulo 2

### **Educación Emocional: constructo y fundamentos teóricos**

Para comenzar este capítulo, es necesario abrir el panorama sobre el tema principal de esta investigación, para ello, se describe cómo ha sido su desarrollo, cuáles son sus objetivos, cuál es su justificación, así como conocer su presencia en México y en el mundo. También, para comprender las bases sobre las que se ha edificado este término, se presentan los fundamentos teóricos conceptuales de la Educación Emocional de Rafael Bisquerra, la Educación Centrada en la Persona de Carl Rogers y la importancia que este teórico le da al tema de la percepción en el ser humano.

#### **Aproximación conceptual del término Educación Emocional (EE)**

La Educación Emocional (EE) es un proceso de aprendizaje a través del cual se adquirirán actitudes y habilidades las cuales permitirán comprender y manejar las propias emociones, mediante su percepción y comprensión. La EE pretende que quien la reciba, aprenda a “lidiar de forma satisfactoria con los estados emocionales impulsivos o aflictivos y que logren que su vida emocional y sus relaciones interpersonales sean una fuente de motivación y aprendizaje para alcanzar metas sustantivas y constructivas en la vida” (SEP, 2017 p. 314).

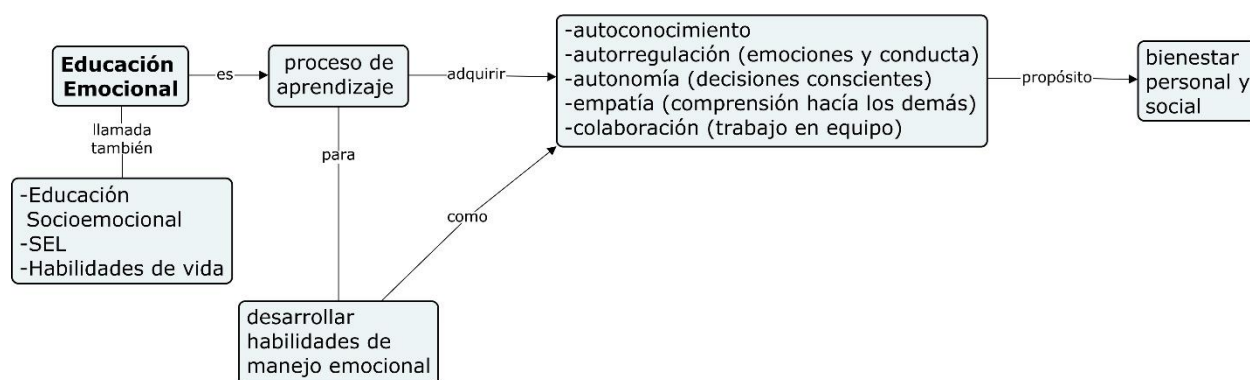
#### **Constructo**

La EE o también llamada Educación Socioemocional, centra su atención en el bienestar personal y social a través del manejo adecuado de las emociones. Pérez-González (2008) menciona que el término más utilizado en las investigaciones es Educación Emocional, sin

embargo, por sus factores de análisis (emociones y sociedad) también es válido concebirla como Educación Socioemocional, aunque este término es más utilizado en Hispanoamérica. El término Educación socioemocional se construye porque sus fines se encuentran dirigidos al bienestar emocional del sujeto y a la influencia de este bienestar hacia su entorno social.

Se debe dejar en claro que, dada la delimitación conceptual y la vinculación que existe entre el instrumento de recolección de datos y la investigación propia, para este trabajo se utilizará el término Educación Emocional.

**Figura 4. Educación Emocional**



*Nota:* Elaboración propia con base en información de: Televisión educativa. (2018). Educación Socioemocional.

## Historia y desarrollo de la EE

Las emociones siempre han sido parte esencial de la vida humana, sin embargo, no siempre se les ha dado la debida importancia en el ámbito educativo. A través del tiempo, la evolución del individuo ha sido comprendida desde el aspecto cognitivo racional. Es hasta el siglo XX en un contexto marcado por dos guerras mundiales, la bomba atómica, la guerra fría, el despegue del desarrollo tecnológico, las crisis económicas y las innovaciones artísticas, literarias, filosóficas y educativas cuando prevalece un clima reflexivo en cuanto al ser humano y a su

entorno social, lo que da cabida a movimientos psicológicos como la psicoterapia (Freud y Rogers) y pedagógicos como la Escuela Nueva (Montessori o Dewey) que llegan a proponer una educación humanista basada en la libertad, igualdad, solidaridad e inclusión, dando mayor atención a los aspectos emocionales y sociales replanteando con ello las ideas de la escuela tradicional (Bustamante, 2011).

De acuerdo con Pérez-González y Pena (2011) el término Educación Emocional aparece por primera vez en 1966 en la revista *Journal of Emotional Education* editada en 1973 por el *Institute of Applied Psychology* de Nueva York, en donde la proponía como una forma de ayudar a las personas a controlar los pensamientos automáticos e irracionales que se tienen y que frecuentemente nos llevan a tomar decisiones no adecuadas en la vida. Años más tarde en la década de los ochenta, García-Retana (2012) menciona que con la publicación de *Frames of Mind* y la Teoría de las Inteligencias Múltiples de Howard Gardner en 1983, se da la pauta para una reconceptualización de la educación, donde se comienza a considerar el papel que tienen las emociones en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Con base en la Evaluación de los Programas Escolares Universales de Educación Emocional y Social (2008) realizada por Fundación Botín, cuando la asamblea de la Organización de Naciones Unidas (ONU) realizó la Convención sobre los Derechos de los Niños (CRC) en 1989, quedaron establecidos algunos acuerdos como: desarrollo de personalidad, talentos y capacidades, respeto por los derechos humanos, preparación del niño para la vida responsable en sociedad y una educación no solo dirigida al desarrollo cognitivo académico sino al desarrollo integral (físico, cognitivo, social, emocional y moral). Pero lo que destaca en este acuerdo es el exhorto que hace a los sistemas educativos sobre centrarse únicamente en el desarrollo cognitivo académico de los estudiantes, diciendo “los sistemas educativos o

instituciones como las escuelas que se centren exclusivamente o predominantemente en el desarrollo académico violan los derechos de los niños” (CRC, 1989. Citado en Diekstra y Gravestegin, 2008, p. 275).

Un año más tarde en 1990 los psicólogos John Mayer y Peter Salovey de la Universidad de Yale en Estados Unidos publicaron un artículo académico donde, entre otras cosas, analizaron el coeficiente intelectual (CI), si este tenía un origen genético o si por el contrario se debía a la experiencia. Y también sobre la relación que esto tiene con el éxito en la vida de las personas, creando por primera vez el concepto de *Inteligencia Emocional* (Goleman, 2012).

En 1993 la Organización Mundial de la Salud OMS estableció el programa “Habilidades para la vida” donde proponía incluir en la enseñanza, la promoción de salud, inclusión social, promoción de convivencia, fomento de resiliencia, prevención de riesgos psicosociales, calidad educativa y desarrollo humano. A través de habilidades como: autoconocimiento, empatía, comunicación asertiva, relaciones interpersonales, toma de decisiones, solución de problemas, pensamiento creativo y crítico, manejo de emociones, tensión y estrés (OMS, 1993. Citado en Montoya y Muñoz, 2009).

Retomando los estudios de Mayer y Salovey (1990), en 1995 Daniel Goleman comienza a popularizar el concepto Inteligencia Emocional, ampliando las investigaciones sobre la importancia de la concientización y el autocontrol de las emociones para el éxito en la vida de las personas. Un año después, en 1996 la Comisión Internacional sobre la Educación para el siglo XXI presidida por Jaques Delors establece que, para mejorar el bienestar de las sociedades, la educación debe basarse bajo los siguientes estatutos: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser. Con esto, se puede ver el interés por brindar una educación integral en especial con los últimos dos puntos donde se observa la importancia de

adoptar una educación interesada en la inteligencia, pero también en la sensibilidad, así como por la responsabilidad individual y social, lo que implica un autoconocimiento.

Las investigaciones mencionadas anteriormente abrieron la brecha para que los sistemas educativos, fueran adoptando poco a poco el concepto de Inteligencia Emocional a sus planes curriculares a través de programas sobre aprendizaje social y emocional SEL (por sus siglas en Inglés: *Social and Emotional Learning* = Aprendizaje Social y Emocional). Es decir, Estados Unidos fue de los primeros países en el mundo en aplicar programas escolares sobre Educación Emocional en 1995. Años después, países como Singapur, Malasia, Hong Kong, Japón, Corea y Reino Unido comenzaron a implementar los programas SEL, pues se dieron cuenta de la importancia de formar alumnos con un buen nivel de habilidades para la vida, además de las matemáticas y la lingüística (Goleman, 2012). Dada su efectividad, en 2002, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) estableció una iniciativa para que ciento cuarenta países pusieran en marcha los programas SEL en sus sistemas educativos, como una forma de prevención en violencia, acoso escolar, drogadicción y para mejorar el clima escolar y el rendimiento de los estudiantes. (Goleman, 2012). El último análisis internacional sobre inteligencia emocional y social realizado en 2015 por Fundación Botín, refiere que hasta el momento los países que implementan programas SEL en sus sistemas educativos son 21: “E.U, Reino Unido, España, Países Bajos, Suecia, Alemania, Australia, Canadá, Finlandia, Portugal, Singapur, Argentina, Austria, Israel, Noruega, Sudáfrica, y los recién incorporados Dinamarca, Malta, México, Nueva Zelanda y Suiza” (Clouder, et al, 2015, p.9).

El estudio más reciente sobre Educación Emocional, es el realizado por la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) llamado “Habilidades para el progreso

social: el poder de las habilidades sociales y emocionales”, donde destaca la importancia de qué habilidades socioemocionales como empatía, perseverancia, sociabilidad, cooperación y buena autoestima formen parte de la enseñanza en las escuelas, pues demuestra que estas habilidades tienen influencia con el éxito escolar y laboral, y que disminuyen la depresión y obesidad (OCDE, 2016).

Según el Programa Nacional de Convivencia Escolar (PNCE, 2016) estos son algunos programas que intervienen en el desarrollo de habilidades sociales y emocionales alrededor del mundo:

- The Peacemakers Program (Estados Unidos, 2002): centrado en el conocimiento de las habilidades psicosociales.
- Guipúzcoa: Programa para el Aprendizaje Emocional y Social (España, 2005-2007), atiende dos tipos de acciones: sensibilización y formación en inteligencia emocional en el ámbito escolar; donde se trabajan cinco habilidades (conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, habilidades socioemocionales, habilidades de vida y bienestar).
- Conves (España, 2006): programa preventivo con actividades orientadas a trabajar la autoevaluación y el autoconcepto, el desarrollo de la empatía, la resolución de problemas, el fomento de la tolerancia, la democracia y la no discriminación.
- Aprendizaje social y emocional (SEL) Illinois en Estados Unidos: implementó modelos de aprendizaje social y emocional en sus 4 533 escuelas y en la definición de estándares o metas para todo el estado, en beneficio de 2 097 503 niños.



- Kiva (Finlandia, 2008-2012): Se aplica en 90% de los centros de enseñanza general, implica acciones para prevenir la intimidación, acciones para hacer frente a los casos de acoso y monitoreo constante de la situación en cada escuela.

Es así como a través de los distintos contextos socio históricos, la Educación Emocional a través de sus varias denominaciones (SEL, programas de habilidades sociales y emocionales, educación socioemocional o programa de habilidades para la vida) comienza a tomar cada vez más relevancia y formalidad en los sistemas educativos con el fin de brindar una formación integral y una mejor atención hacia el bienestar del desarrollo humano.

### **Propósitos**

Tener claridad respecto a lo que se quiere lograr es lo que da sentido y dirección a las acciones que se realizarán en un determinado hecho. Para Salcedo (2011) los propósitos son intenciones relevantes que expresan la necesidad de que el alumno adquiriera determinados conocimientos, habilidades, actitudes y/o destrezas. A continuación, se presenta lo que la EE ha propuesto para lograr sus metas.

De acuerdo con el texto Aprendizajes Clave para una Educación Integral emitido por la Secretaría de Educación Pública (SEP), la Educación Emocional y social:

“tiene como propósito que los estudiantes desarrollen y pongan en práctica herramientas fundamentales para generar un sentido de bienestar consigo mismos y hacia los demás [...] contribuye a que los estudiantes alcancen sus metas, establezcan relaciones sanas entre ellos, su familia y comunidad; y mejoren su rendimiento académico” (SEP, 2017, p.314).

Según Anaya (2017) de acuerdo al entendimiento que cada investigador le da a la Educación Emocional, los propósitos que se consideran más relevantes son los siguientes:

Goleman (1995):

- Conciencia de uno mismo
- Autorregulación
- Motivación
- Empatía

Bar-On (1997):

- Habilidad intrapersonal (comprensión emocional de sí mismo, asertividad, autoconcepto, autorrealización e independencia)
- Habilidad interpersonal (empatía y relación social)
- Adaptabilidad (solución de problemas, flexibilidad y tolerancia)

Mayer y Salovey (1990):

- Percepción emocional, comprensión y regulación reflexiva

Bisquerra (2003):

- Conciencia emocional: conciencia de emociones propias, dar nombre a las emociones, comprender emociones de los demás, conciencia sobre la interacción emoción-cognición-comportamiento.
- Regulación emocional: expresión emocional apropiada, regulación de emociones y sentimientos, habilidad de afrontamiento, competencia para autogenerar emociones positivas.

- Autogestión: autoestima, automotivación, autoeficacia emocional, responsabilidad, actitud positiva, análisis crítico de normas sociales y resiliencia
- Inteligencia interpersonal: respeto por los demás, practica de comunicación receptiva, practica de comunicación expresiva, compartir emociones, cooperación, asertividad, prevención y solución de conflictos y capacidad para gestionar situaciones emocionales.
- Habilidad de vida y bienestar: fijar objetivos, toma de decisiones, búsqueda de ayuda y recursos, ciudadanía activa, participativa y responsable y bienestar emocional.

Así mismo para la SEP (2017) la Educación Emocional tiene como propósitos generales:

- Lograr que el alumno tenga autoconocimiento a través de la exploración de sus motivaciones, necesidades, pensamientos y emociones y que entienda el efecto que estas tienen en su conducta y con la vinculación de su entorno.
- Aprender a autorregular las emociones con el propósito de generar destreza en la solución de conflictos, la convivencia sana y el aprecio por la diversidad.
- Comprender a los demás generando la empatía y las relaciones interpersonales efectivas.
- Fortalecer la autoconfianza y la capacidad de tomar decisiones fundamentadas.
- Aprender a escuchar y respetar a los demás, tanto individual como grupal para construir un ambiente de trabajo colaborativo.
- Incentivar la responsabilidad, optimismo y autoeficacia con el fin de mantener la motivación para lograr el éxito en sus actividades cotidianas.
- Desarrollar la capacidad de resiliencia para enfrentar adversidades.
- Minimizar la vulnerabilidad y prevenir el consumo de drogas, embarazos no deseados, deserción escolar, estrés, ansiedad, depresión, violencia y suicidio.

Como uno de los objetos de estudio de esta investigación es la adolescencia en la secundaria, se citan a continuación los propósitos específicos que la SEP destina para este nivel educativo en la propuesta curricular del 2016 y que se encuentran contenidos en el libro *Aprendizajes Clave para una educación integral. Plan y Programas de estudio* (SEP, 2017):

- Autoconocimiento y autorregulación del alumno para favorecer su atención y el desarrollo de sus funciones ejecutivas esenciales para la cognición
- Conciencia sobre sus propias motivaciones, fortalezas, impulsos y limitaciones con el fin de autodirigirse y desarrollar su autonomía.
- Generar autoconocimiento y autorregulación para que pueda actuar con criterio intereses y estados emocionales favorables.
- Enfatizar habilidades y estrategias para lograr una sana convivencia a través de la empatía, respeto y gratitud para alcanzar metas comunes en escuela, familia y sociedad.

Si se analizan los puntos expuestos anteriormente, se observa que la habilidad más recurrente es el autoconocimiento y que el denominador común en los propósitos es el bienestar personal y social.

### **Justificación de la EE**

El humano es un ser con características biológicas, psicológicas, sociales y espirituales, que le permiten poseer conciencia, inteligencia, voluntad y afectividad (Alonso y Escorcía, 2003). Todas estas características han sido estudiadas con un ¿por qué y para qué? La pedagogía actual se ha interesado por la influencia de la conciencia, afectividad e inteligencia en la

formación de los alumnos, por ello, en años recientes ha buscado establecer la relevancia de la EE.

La investigación científica ha demostrado que la autoconciencia, autoconfianza, empatía y la gestión adecuada de emociones mejoran la conducta e influyen positivamente al rendimiento académico. Algunos estudios (Asher y Rose,1997; Rice,1997; Salovey y Sluyter,1997; Denham,1999; Ortiz,1999; Saarni,2000 y Shaffer, 2004. Citados en Bisquerra, 2009 p. 152) dan evidencia de que cuando niños y jóvenes van adquiriendo habilidades socioemocionales, su comportamiento tiene consecuencias positivas como: mejor rendimiento escolar, regulación de impulsividad, bienestar subjetivo y resiliencia. En el libro *Inteligencia emocional*, Daniel Goleman presenta evidencia de esto basado en un meta-análisis de la Universidad de Illinois, Chicago con base en 668 estudios de evaluación del programa SEL, en donde se observó que el “38% de las escuelas aumentaron su promedio de calificación, las incidencias de mala conducta bajaron 28%, las expulsiones 44% y un 33% demostró un comportamiento más positivo” (Goleman, 2012, p.6). En este mismo libro se menciona que ello puede deberse a que estos programas impactan en el moldeado de los circuitos neuronales de los alumnos, en especial en las funciones ejecutivas de la corteza prefrontal que controlan la memoria, el aprendizaje e inhiben los impulsos emocionales perturbadores, esta hipótesis fue evidenciada por la universidad de Pensilvania.

Hoy en día se sabe que el aprendizaje y las emociones poseen gran relación, pues se ha demostrado su vínculo, de acuerdo con Casassus (2007) en todo lo que se hace prevalece una emoción base. También afirma que el clima afectivo en el aula explica las variaciones en el rendimiento de los alumnos, que las emociones influyen en la salud y que su conocimiento y su control son el mejor predictor de éxito. En el ámbito específicamente escolar Casassus afirma

que las primeras necesidades y dificultades que hacen una educación emocional necesaria son: problemas de disciplina, ya que el docente gasta mucho tiempo y energía en mantenerla; falta de interés de los alumnos hacia lo que se les enseña, es decir, falta de motivación; violencia en el aula, alumnos con problemas de aprendizaje, niños con problemas emocionales, falta de interés parental, falta de hábitos de estudio y bajo rendimiento. Por tal motivo es importante entender que la comprensión o incomprensión emocional no depende exclusivamente de las capacidades individuales, sino también de los sistemas sociales como la escuela, que ayudarán a promover su entendimiento.

Otra justificación sobre la importancia de educar emocionalmente se puede observar en un estudio longitudinal realizado en Nueva Zelanda con mil niños a quienes se les documentó desde los 3 años hasta los 32 años de edad y en donde se analizaron algunas habilidades socioemocionales como: tolerancia, persistencia en alcanzar metas, impulsividad, hiperactividad, empatía y frustración. Se concluyó que los sujetos que mostraron durante la infancia un bajo autocontrol emocional desarrollaron en la edad adulta problemas respiratorios, sobrepeso, colesterol, adicciones y embarazos no deseados. Por el contrario, quienes mostraron un adecuado autocontrol desde la infancia, al llegar a la edad adulta tuvieron mayor éxito en los aspectos de salud, trabajo y relaciones sociales. (Arana, 2014). Del ejemplo mencionado, se deriva otra justificación importante, la relación de las emociones con la salud, al respecto Bisquerra (2009) menciona que el organismo responde ante una emoción, por tanto, es sabido que las emociones sobre todo las negativas participan en el desarrollo de un gran número de enfermedades de tipo cardiovascular, respiratorio, gastrointestinal, dermatológico y hasta mental. Ante esto, la OMS afirma que alrededor de 450 millones de personas en el mundo padecen de trastornos mentales y de conducta que pueden presentarse en cualquier momento de la vida, una quinta parte de los

adolescentes menores de 18 años padecerá de algún problema de desarrollo, emocional o de conducta, se calcula que en 2015 murieron 1.2 millones de adolescentes (300 al día), en su mayoría por causas prevenibles o tratables (OMS, 2004).

Bisquerra (2003) menciona que en su país (España) las principales problemáticas sociales se dan mayormente por desequilibrios emocionales, el 5% de sus jóvenes pasan por estados depresivos, ocurren aproximadamente 100 suicidios de adolescentes por año. México no es la excepción, y también padece muchas problemáticas sociales debido a la falta de una regulación emocional. Por ejemplo, en el PNCE (2016) se informa que en 2011 la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) señaló que en México el 16.7% de alumnos de educación primaria han sido golpeados y 44.7% ha vivido algún episodio de violencia lo que puede incurrir en un desequilibrio emocional. La Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE) “situó a México, en el primer lugar internacional en acoso escolar en la educación secundaria, a partir de un estudio efectuado en 24 países en 2011” (Gamboa, 2012. Citado en PNCE, 2016, p. 8). En 2015 el Instituto de la Juventud (INJUVE) realizó un estudio a 1, 675 jóvenes de las 16 alcaldías de la CDMX a través de la “Consulta de Tendencias Juveniles” con el fin de conocer sus principales demandas en cuanto a salud emocional. Resultando que más del 50% de los encuestados presentó infelicidad e inestabilidad emocional. (Hospital de las emociones, CDMX).

La importancia y necesidad de la práctica de la EE es basta y contundente, sin embargo, para dar mayor énfasis, se mencionan a continuación 6 premisas que Vivas (2002) resume sobre su justificación:

- De la finalidad educativa: basada en los cuatro pilares de la educación establecidos en Delors (1996) aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser.
- Del análisis de las necesidades sociales: atender la vulnerabilidad emocional debido a las diversas problemáticas sociales de desigualdad, estrés, desempleo, violencia, marginalidad, etc.
- Desde el desarrollo de las investigaciones en el campo de la neurología y la psicología: considerar los avances en inteligencia emocional y su implicación en el campo educativo.
- Desde el reconocimiento de los factores afectivos y motivacionales en el proceso de aprendizaje: donde las investigaciones han demostrado el papel que juegan las actitudes positivas, de aceptación y autoeficacia emocional, al favorecer la realización de las tareas académicas con mayores expectativas de logro.
- Desde el avance de las TIC: donde las relaciones interpersonales disminuyen y provocan el aislamiento de las personas, que en ocasiones afecta su estado emocional.
- Desde los resultados de los procesos educativos: atender el fracaso escolar, las dificultades de aprendizaje, el nerviosismo ante los exámenes, abandono de estudios, indisciplina, agresiones, apatía y depresión.

Debido a que en el mundo actual, las sociedades son aquejadas por diversas problemáticas que desgraciadamente van en aumento y que son derivadas principalmente de aspectos emocionales, este apartado presentó algunas de las necesidades que intervienen en el bienestar del ser humano, procurando el entendimiento y conciencia de que los estados afectivos influyen en diversas situaciones como la violencia, consumo de drogas, baja autoestima,



suicidios, bajo rendimiento, apatía o estrés y que para Bisquerra (2003) suponen un desequilibrio emocional y se presentan con mayor frecuencia en jóvenes. Por tanto, esta información justifica la premisa de que es necesario comprender el estado de percepción emocional que presenten los adolescentes y con ello establecer la importancia del desarrollo de habilidades sociales y emocionales mediante un acompañamiento adecuado en el proceso de enseñanza aprendizaje, a través de una educación integral apoyada de la EE que juega un papel de prevención y protección.

### **EE en México**

El Sistema Educativo Mexicano es muy cambiante en cuanto a objetivos y finalidades se refieren, esto debido a los diferentes intereses que rigen cada orden gubernamental, es decir, con cada administración presidencial que ocurre cada sexenio en el país, sucede una renovación de mandatos, tal es el caso del responsable de la Secretaría de Educación Pública, por lo que las propuestas educativas nacionales, están sujetas a constantes cambios resultado de las ideologías de quien las encabeza. A continuación, se presenta un panorama general sobre los intereses educativos que se han venido desarrollando a lo largo de diversos periodos de gobierno hasta llegar a la actual educación emocional.

En México como en otros países, la educación es vista como una forma de potenciar el desarrollo social, principalmente en la formación de recursos humanos que después serán insertados en el ámbito laboral. La implementación de los contenidos y objetivos de la educación van cambiando de acuerdo al contexto histórico social que se vive, como es el caso de los diferentes modelos educativos implementados en el sistema educativo mexicano a lo largo de la historia. Por ejemplo, el “vasconcelista” (1921-1923) impulsado por el primer secretario de

educación de la república José Vasconcelos, que tenía como prioridad la soberanía, independencia, nacionalismo, laicidad e integración social, buscaba que los aprendizajes influyeran en el alumno para tener un mejor desempeño en un marco social, interesado por las artes y capaz de comprender la equidad y la libertad. El proyecto socialista (1934) bajo el régimen del presidente Lázaro Cárdenas, que velaba por la equidad social y que dio pie a la reforma del artículo 3° constitucional. El modelo modernizador, predominaba la preocupación por la productividad, el trabajo, el pragmatismo y el aumento de la formación científica. El modelo de las competencias, que buscaba mayor conexión entre el ámbito laboral y el educativo, pretendió formar estudiantes suficientemente competentes para que su inserción al sector productivo coadyuvara al desarrollo económico del país, fue un proyecto impulsado por el Banco Mundial y el Fondo Monetario Internacional (Badillo, 2011).

Como se puede observar, la preocupación por el bienestar social y nacional ha prevalecido a través del tiempo, aunque el interés por el bienestar de manera inter e intra personal aún no se veía del todo manifiesto.

En 2014 la SEP instauró de manera extracurricular el Programa Nacional para la Convivencia Escolar (PNCE) a través de actividades que mejoraran las relaciones interpersonales como: promover la autoestima, manejo de emociones, respeto a las reglas, toma de acuerdos y participación familiar para una convivencia pacífica (PNCE, 2016). Este programa forma parte de la política nacional para una escuela libre de acoso y surgió como un proyecto a favor de la convivencia escolar (PACE). De manera inicial fue aplicado en 18 500 escuelas de tiempo completo durante el ciclo escolar 2014-2015 y posteriormente a 35 000 escuelas en el ciclo 2015-2016 solo para tercer grado de educación primaria. Considerando la reforma educativa, para el siguiente periodo 2016-2017 el programa extendió su cobertura a todos los

grados de primaria 1°- 6°. Para el ciclo 2017-2018 se pretendía cubrir el nivel de preescolar y secundaria, las proyecciones eran que para el ciclo 2018-2019 se encaminaran los acuerdos de cobertura para toda la educación básica, sin embargo, estas no se consolidaron, ya que con el cambio de gobierno no se dio el seguimiento.

De acuerdo al PNCE los programas sobre habilidades sociales y emocionales que en México se han desarrollado hasta el momento son bajo la fundamentación normativa de : artículo 3º Constitucional, Ley General de Educación (LGE), Plan Nacional de Desarrollo, Programa Sectorial de Educación y la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes.

Del interés por la educación emocional nace la Red Nacional de Investigadores en el Estudio Sociocultural de las Emociones (RENICE) como una iniciativa de investigadores de la Universidad Jesuita de Guadalajara (ITESO) y la Facultad de Estudios Superiores Iztacala de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), entre sus objetivos se encuentran: ampliar la investigación científica en el estudio socio cultural de las emociones, generar espacios de intercambio entre investigadores de diferentes disciplinas de las ciencias sociales y humanas relacionados al tema, la realización de un coloquio anual para dar a conocer avances de las investigaciones y la publicación de los trabajos presentados en los coloquios. Entre sus líneas de investigación se encuentran:

- la construcción sociocultural de las emociones y la inclusión/exclusión social
- el cuerpo, las emociones y la sociedad
- la construcción sociocultural del miedo y la seguridad en contextos y relaciones de violencia
- los medios de comunicación, las nuevas tecnologías de la información, el internet y su implicación en la agenda emocional
- las relaciones de género intergeneracionales y las emociones asociadas al cuidado del otro y de sí mismo, al conflicto y a la solidaridad

- emociones y convivencias sociales posibles en territorios urbanos
- emociones sociales como la confianza, la esperanza y la solidaridad a partir del marco de la cohesión social
- la historia cultural de las emociones
- las emociones como determinantes socioculturales de los padecimientos
- las emociones y la construcción de la ciencia

Existe también el Centro Mexicano de Inteligencia Emocional y Social (CIES) en dónde a través de la implementación de organismos internacionales como OMS y *The Society for Prevention Research* fundamentados en la psicología positiva y en la teoría cognitivo conductual, trabajan principalmente en la investigación, diseminación, capacitación y prevención, su alcance está dirigido tanto a familias, instituciones, empresas y comunidad, este centro se encuentra en Nuevo León, México y va de la mano de la Secretaria de Salud, Secretaria de Educación y el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (SNDIF).

En el centro de la ciudad de México y debido al aumento en ansiedad, depresión, adicciones, salud física, problemas de nutrición, embarazos en adolescentes y suicidios, el Instituto de la Juventud (INJUVE) creo el Hospital de las emociones donde atiende de manera gratuita a personas de entre 12 y 29 años de edad, brinda atención psicológica para fortalecer su salud emocional y prevenir situaciones de riesgo en la población joven. Si bien es una institución no integrada al sistema educativo, ha beneficiado a muchos jóvenes que por diversas dificultades han tenido que abandonar sus estudios.

Con la propuesta curricular del 2017 y por la influencia de las investigaciones internacionales sobre las habilidades sociales y emocionales en los programas académicos, el sistema educativo mexicano comienza a interesarse por incluir de manera formal en su currículo escolar, las habilidades socioemocionales, con el fin de brindar a los estudiantes una educación

integral a través de una formación académica que se enmarca en siete ámbitos (lenguaje y comunicación, pensamiento crítico y reflexivo, valores, convivencia y colaboración, desarrollo físico y emocional, conocimiento del medio, arte y cultura) destacando los aspectos que tienen que ver con el desarrollo personal y la autonomía curricular (SEP, 2017). El aprendizaje de las habilidades emocionales y sociales en este modelo educativo, están dirigidos en concordancia al nivel escolar. Por ejemplo, para el nivel secundaria los contenidos se estructuran de la siguiente manera:

**Tabla 1. Contenido de aprendizaje de habilidades socioemocionales en secundaria**

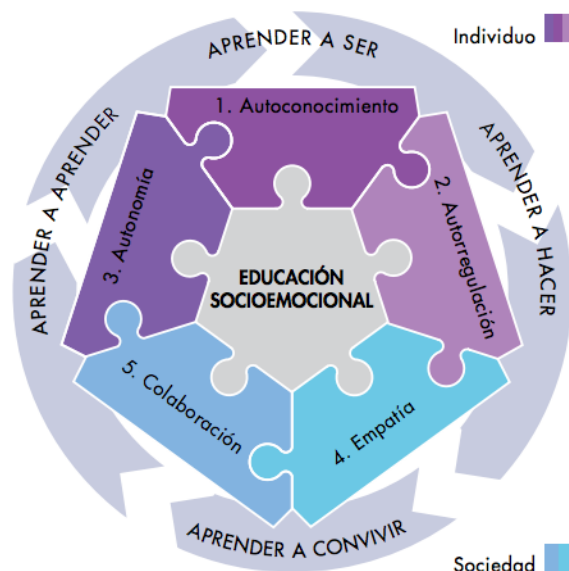
<b>Primer tema: conciencia emocional</b>	
<b>Grado</b>	<b>Contenido</b>
1°	- Explorar la experiencia personal y la capacidad para tomar distancia. - Analizar y reflexionar acerca de las emociones, mediante el diálogo entre pares.
2°	- Hablar sobre los nuevos vínculos afectivos que afloran con la adolescencia.
3°	- Reconocer la diferencia entre potencialidades y aspiraciones y analizar las potencialidades como capacidades no exploradas.
<b>Segundo tema: autorregulación emocional</b>	
1°	- Tomar postura personal y emitir juicios con base en valores e ideas personales.
2°	- Autorregular emociones y sentimientos en favor de la dignidad propia y la de otras personas.
3°	- Conocer las debilidades y fortalezas propias y reconocer las debilidades como oportunidades de desarrollo.
<b>Tercer tema: autonomía emocional</b>	
1°	- Fomentar la autoestima y la asertividad como fundamentos para el desarrollo integral del adolescente.
2°	- Conocer, valorar y aceptarse a uno mismo en los campos personal, escolar y social.
3°	- Valorar habilidades, intereses e inquietudes para generar ámbitos de expresión y construcción de propuestas creativas e innovadoras.

	<b>Cuarto tema: gestión de las relaciones interpersonales</b>
1°	- Respetar a las personas y rechazar el abuso y la violencia en las relaciones de amistad, noviazgo y compañerismo.
2°	- Contar con respuestas asertivas ante la presión de los pares y otras personas. - Comprender las diferencias entre amistad y compañerismo.
3°	- Reconocer los rasgos personales que pueden obstruir la buena convivencia y las propuestas.
	<b>Quinto tema: habilidades para el bienestar</b>
1°	- Usar la negociación, el arbitraje y la mediación para la solución pacífica de conflictos. Formular compromisos.
2°	- Desarrollar propuestas, acuerdos y compromisos para el buen trabajo colaborativo
3°	- Tolerar las diferencias y respetar la integridad de las personas.

*Nota:* Elaboración propia, adaptado de Mar Velasco, P. (2018). La Educación emocional en la secundaria. Una mirada crítica al currículo, pp.233-240.

En la tabla 1 se observan los temas propuestos para abordar el aprendizaje de las habilidades emocionales y sociales en la educación secundaria de acuerdo al grado escolar, Mar Velasco (2018) menciona la importancia de analizar el hilo conductor en que han sido propuestos, así como la priorización para su estudio. Es importante que cada tema tenga propósito e interés para los estudiantes, para que así el estudio de dichas habilidades emocionales en nuestro país corresponda con las necesidades sociales e individuales que se detecten.

**Figura 5. Interrelación de los ámbitos de la EE y los planos de interacción individual y social.**



*Nota:* Adaptado de SEP (2017). Aprendizajes Clave para la educación integral. Tutoría y educación socioemocional. Educación secundaria (p.181).

En la ilustración 2, se observan las dimensiones que la Educación Emocional y social contempla dentro del currículo escolar mexicano dentro del modelo educativo del 2017, estas dimensiones se enfocan en el desarrollo de habilidades específicas y tienen diferentes indicadores de logro para cada grado escolar.

El modelo educativo de la Nueva Escuela Mexicana presentada por el actual gobierno y dada a conocer en 2019, también apuesta por una educación integral y humanista, centrándose en los aspectos cognitivo, físico, emocional, cívico, moral y estético para Niñas, Niños y Adolescentes (NNA).

Reconocer la necesidad y viabilidad de que la EE sea implementada en la educación formal de México es importante porque promueve el desarrollo personal entre la población, lo que a su vez origina un impacto positivo en el aspecto social; que se hace necesario en un país en

vías de desarrollo, ya que permite actuar desde la autorreflexión. Sin embargo, para que esto pueda ocurrir, es fundamental que esta enseñanza en función de las emociones, sea aplicada correctamente y con base en los fines establecidos y no solo como un mero cumplimiento a un plan curricular.

En los últimos años la EE ha tomado un impulso importante por ser vista como una manera viable en la atención y solución de problemáticas sociales, gracias a sus bases teóricas ha tomado mayor interés entre los investigadores. En el apartado siguiente se muestran los fundamentos teóricos que la respaldan.

### **Fundamentos teórico conceptuales de la EE**

La EE para tener un desarrollo fundamentado recoge aportaciones de ciertos estudios, en este apartado se presentan los de Rafael Bisquerra quien destaca las 5 competencias básicas que se deben adquirir mediante las habilidades emocionales para encontrar el bienestar personal y social. Se describe información que este teórico ha desarrollado sobre el concepto de la emoción ¿qué es y cómo influye en la vida de los individuos? Y se considera también la definición que Bisquerra ha propuesto para la EE.

También dentro de esta fundamentación, y que además le da el enfoque humanista a esta investigación, se muestra la idea de Rogers de una educación centrada en el alumno, quien debe ser responsable, perceptivo de su entorno y de sus emociones y en donde para crear un aprendizaje significativo, el maestro, debe trabajar basado en tres condiciones suficientes y necesarias para generar cambios; generándose una efectiva relación interpersonal entre ambos.



## **Rafael Bisquerra. Educación Emocional**

Rafael Bisquerra Alzina de origen español, Pedagogo y Psicólogo, es fundador del Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica (GROP) donde impulsa jornadas de Educación emocional, también es director de Posgrado en Educación Emocional y Bienestar (PEEB) en la universidad de Barcelona, así como miembro de la Red Internacional de Educación Emocional y Bienestar (RIEEB). Sus investigaciones datan desde los años noventa y ha producido gran número de escritos entre libros y artículos.

Bisquerra desarrolla la Educación Emocional (EE) partiendo del principio de que el bienestar personal y social debe ser una de las metas más importantes en la formación de todo individuo, considera a la educación una preparación para la vida, optimizando el desarrollo integral mediante los aspectos físicos, intelectuales, morales, sociales y emocionales, por ello debe incluir en su práctica competencias básicas a través de una forma intencional, planificada, sistemática y efectiva (Bisquerra, 2009). Todo esto con la firme idea de ser una herramienta de prevención que pretende minimizar la vulnerabilidad de las personas.

La EE es considerada una innovación psicopedagógica desde los años 90 que responde a necesidades sociales que no se atienden suficientemente en los currículos escolares, el objetivo principal de la EE es el desarrollo de competencias emocionales, entendidas como el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas como tomar conciencia, comprender, expresar, regular de forma apropiada los fenómenos emocionales y cuya finalidad es promover el bienestar personal y social (Bisquerra, 2009).

Las competencias emocionales influyen a la mejor adaptación al entorno social y al mejor afrontamiento a los retos de la vida, favorecen el proceso de aprendizaje, las relaciones

interpersonales, la solución de problemas y la consecución y mantenimiento de puestos de trabajo. Bisquerra (2009) estructura las competencias de la EE en cinco bloques:

- 1) Conciencia emocional: se logra percibir con precisión sentimientos y emociones, se logra dar nombre correcto a las emociones y se logra comprender a los demás implicándose empáticamente.
- 2) Regulación emocional: implica manejar las emociones efectivamente, como la regulación de impulsividad previniendo, ira, violencia y comportamientos de riesgo; tolerancia a la frustración para prevenir, estrés, ansiedad y depresión; habilidad de afrontamiento, autogeneración de emociones positivas y auto gestión del propio bienestar.
- 3) Autonomía personal: atiende autoestima, automotivación, responsabilidad, actitud positiva y resiliencia.
- 4) Competencia social: escuchar, respeto por los demás, comunicación receptiva y expresiva, cooperación, comportamiento pro social y capacidad de prevención y solución de conflictos.
- 5) Habilidades de vida para el bienestar: involucra fijar objetivos adaptativos, toma de decisiones adecuadas, buscar ayuda y organización de vida de forma sana y equilibrada.

Un elemento esencial en la EE, es el tema de las emociones y para Bisquerra es relevante conocer sobre este aspecto. Las emociones son respuestas del organismo producidas por un estímulo que provoca una reacción. “Una emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a la acción” (Bisquerra, 2009, p. 20) su duración es más corta que la de un sentimiento. Las emociones se activan a partir de un

acontecimiento o percepción que puede ser consciente o inconsciente generando una respuesta en la cual se identifican tres componentes:

- Neurofisiológico: son respuestas involuntarias del organismo, producidas por el sistema nervioso central como taquicardia, sudoración o enrojecimiento.
- Comportamental: cuando ocurre una expresión facial o un tono de voz, los cuales pueden ser controlados o disimulados.
- Cognitivo: permite tomar conciencia de lo que se está experimentando, de lo que se está sintiendo en ese momento.

Bisquerra (2009) menciona que los componentes mencionados anteriormente provocan la *Orexis*, la cual, es una predisposición a la acción, es un impulso hacia una forma determinada de comportamiento, por ejemplo: enfrentamiento o huida, llorar o reír. Esta predisposición a la acción u *Orexis* se puede regular de forma adecuada con entrenamiento como la EE, la cual ayudará a dar respuestas apropiadas y no impulsivas.

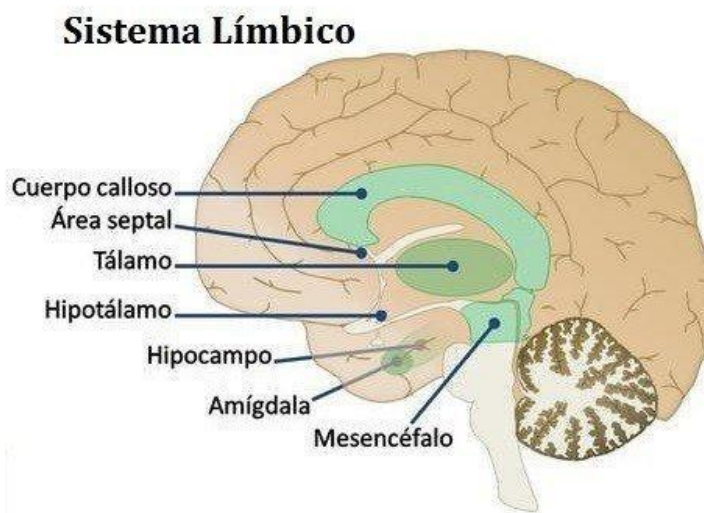
Las emociones son procesadas por el sistema nervioso, esto se sabe gracias a investigaciones en neurociencias, donde se conoce mejor el funcionamiento del cerebro<sup>2</sup>, a través de procesos como resonancia magnética o tomografías de emisión de positrones. Las emociones se procesan en el sistema límbico, el cual tiene conexiones a través de canales muy delgados que se pueden colapsar con facilidad, cuando en ocasiones una emoción tiene gran impacto, el cerebro deja de razonar correctamente y suele tener distorsiones perceptivas, “una emoción fuerte puede obnubilar el pensamiento y responder de forma irreflexiva” (Bisquerra, 2009, p.

---

<sup>2</sup> Algunos estudios que pueden consultarse para conocer más sobre la relación emoción-cerebro son: Barraquer (1995), Mora (1996), Martínez Selva (1995), Junqué & Barroso (1994), MacLean (1993), Cornelius (1996), Davidson, Scherer y Goldsmith (2003). Citados en Bisquerra (2009) p. 95.

105). Por ello en ocasiones se dice que la emoción domina la razón, por ello es importante desarrollar una regulación emocional, donde se hará uso de la reflexión y por tanto de una decisión acertada.

**Figura 6. Sistema Límbico**



*Nota:* Adaptado de Triglia, A. (s/f). Sistema Límbico: La parte emocional del cerebro

En la figura 6 se observa el Sistema Límbico que como se mencionó, es la parte del cerebro encargada del procesamiento de las emociones, se encuentra en la parte subcortical del cerebro y se forma por estructuras que rodean el tálamo, estas estructuras son: amígdala (llamada así por tener forma de almendra, se encuentra en el hipotálamo y su función es evaluar una situación y de acuerdo a esta, activar una respuesta emocional inmediata, existen dos amígdalas, una en la parte derecha y la otra en la parte izquierda del cerebro), hipotálamo, hipocampo, el septum y el mesencéfalo; también es necesario mencionar que con el sistema límbico se crea un puente entre lo emocional y lo cognitivo (Bisquerra, 2009).

Es importante que en la educación formal se conozca la naturaleza del cerebro y la función de algunas de sus estructuras como el sistema límbico, ya que, si bien la educación puede darse en cualquier contexto como en la familia o en una organización, la educación formal o escolarizada resulta más efectiva por ser un medio idóneo de difusión, pues con las escuelas es posible tener mayor cobertura, lo cual implica una mayor intervención en la sociedad. La estructura familiar en la actualidad ha cambiado y es más difícil que todas eduquen a sus hijos en valores y en desarrollo afectivo ya sea por falta de tiempo o porque no saben cómo hacerlo (Bisquerra, 2011).

Por lo mencionado hasta ahora, se entiende que las habilidades emocionales pueden resultar más difícil de adquirir que las habilidades lógico matemáticas o lingüísticas, sin embargo, son una adquisición necesaria para la formación en los tiempos actuales, por ello la definición concreta que Bisquerra da a la EE es la siguiente:

“Proceso educativo continuo y permanente que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, con objeto de capacitarle para la vida con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social” (Bisquerra, 2003, p.27).

Que la EE sea un proceso continuo es porque se pretende que se encuentre en todos los niveles educativos, porque conforme cambie su entorno y sus experiencias la persona continuará desarrollando este aspecto, y permanente porque sus habilidades y capacidades le acompañaran toda su vida, aunque no pertenezca a un instituto educativo. La práctica de la EE debe ser un entrenamiento hacia el desarrollo de las competencias emocionales, debe tener una metodología práctica a través de la utilización de técnicas de grupos, autorreflexión, razón dialógica, juegos, simulación, introspección, imaginación emocional y relajación (Bisquerra, 2016).

Los estudios de Bisquerra sobre la EE, son el eje central para el entendimiento de esta práctica, ya que, con estos, se concibe su concepto, sus intereses y la mejor adecuación para su integración en los planes educativos. Una vez asimilado esto, a continuación, se fundamenta la parte humanista que confiere este tipo de educación.

### **Carl Rogers. La Educación centrada en la persona y la importancia de la percepción**

Carl Ransom Rogers (1902-1987) terapeuta, escritor y educador, nacido en Illinois, Estados Unidos, es reconocido en el campo del humanismo. A comienzos de su carrera asistió a un seminario realizado por estudiantes donde se interesó por trabajar con individuos que necesitaran ayuda, así que comenzó a laborar en un centro de orientación infantil; a lo largo de su carrera encabezó cargos importantes como: presidente de la Asociación Americana de Psicología Aplicada y de la Asociación Psicológica Americana (APA) además de obtener el premio a la contribución profesional distinguida en 1972 y 1973; escribió 16 libros y más de 200 artículos, poco antes de su muerte fue nominado al premio nobel de la paz.

En su práctica como psicoterapeuta desarrolla la terapia centrada en la persona (1951) donde señala que la dirección del proceso debe delegarse al cliente y no al terapeuta, se llama centrada en la persona porque es ésta quien se responsabiliza y toma las decisiones necesarias para su bienestar (Frager y Fadiman, 2001). La idea central radica en que debe observarse y evaluarse a sí mismo para adquirir conciencia de los sucesos, percepciones y sensaciones que le acontecen. La capacidad de percibir, representa un elemento importante en esta teoría, ya que para para Rogers es importante que un individuo reconozca sus emociones, ya que algunas de ellas distorsionan la percepción y la reacción a la experiencia que la originó. Las percepciones que el alumno o el paciente tiene de sí mismo y de los demás significan una apertura a la

realidad, permite aprender de experiencias y sentimientos logrando que una persona cambie y aprenda; la percepción según Rogers permite entrar en contacto real con los problemas más importantes, de tal manera que se puede identificar aquellas cuestiones que se desean resolver (Rogers, 1956).

Con las ideas de la percepción y los sentimientos, Rogers concibe tres formas de conocimiento:

- subjetivo: se establece cuando hay un contacto más estrecho con los procesos emocionales, implica el conocimiento y la percepción de las emociones.

- objetivo: con este tipo de conocimiento se puede entender y describir a través de las experiencias, es una forma de comprobar hipótesis.

- interpersonal o fenomenológico: interviene la empatía ya que se desarrolla la capacidad de conocer la realidad del otro, consiste en comprender la experiencia del otro tal y como la vive.

La Educación centrada en la persona es resultado de la Terapia centrada en la persona, al respecto Rogers menciona: “he descubierto que la experiencia psicoterapéutica, tiene implicaciones significativas y profundas respecto a la educación, comunicación entre las personas, la vida familiar y el proceso creativo” (Rogers, 1956, p. 240). Este enfoque surge de la idea de que “en el sistema educativo no hay lugar para la persona completa, solo para lo intelectual” (Casanova, 1989, p. 601) de esta manera Rogers influye en el campo educativo a través del reconocimiento del estudiante como persona y las relaciones interpersonales en su entorno educativo, Rogers considera que en el aprendizaje se implican los sentimientos propios, las aptitudes y la libertad.

La educación centrada en la persona consiste en facilitar un clima apropiado en el que el estudiante asuma la responsabilidad de su educación y desarrolle capacidades de autoaprendizaje, el objetivo primordial es ayudar a los alumnos en la toma de decisiones y en la comprensión de sí mismos. Este modelo educativo es causado por las exigencias socioculturales que provocan en la persona la necesidad de reconocer sus capacidades y actitudes, tanto científicas como humanas, para enfrentar así a través de ellas un cambio y originando a la vez una escuela adecuada a la sociedad (Casanova, 1989).

Rogers (1956) afirma que, con la Educación centrada en la persona, se producen cambios o aprendizajes como los siguientes:

- La persona comienza a verse de otra manera
- Se acepta a sí mismo y acepta sus emociones más plenamente
- Siente mayor confianza en sí mismo y se impone sus propias orientaciones
- Se vuelve más parecido a lo que quisiera ser
- Sus percepciones se tornan más flexibles
- Adopta objetivos más realistas
- Se comporta de manera más madura
- Sus conductas inadaptadas cambian
- Se vuelve más capaz de aceptar a los demás
- El individuo recibe mejor las pruebas de lo que está sucediendo fuera y dentro de él
- Las características básicas de su personalidad cambian en sentido constructivo

Los aprendizajes mencionados anteriormente corresponden con las ideas de Rogers de que deben ser funcionales y que deben influir en la totalidad de la persona.



Para la Educación centrada en la persona, el alumno es el centro de la educación y el docente (llamado en este enfoque, facilitador) debe actuar mediante tres condiciones suficientes y necesarias para generar cambios que son:

- Ser congruente: capacidad para ser consciente de sí mismo, presentándose tal como es, permitiéndose ser auténtico. “Cuando las experiencias relativas al yo son adecuadamente simbolizadas e integradas al yo, se produce un estado de congruencia entre el yo y la experiencia y el funcionamiento del individuo es integral y óptimo” (Rogers, 1978, p.38)
- Que mantenga una experiencia positiva incondicional: reconoce la individualidad, aceptando las conductas y experiencias sin juzgar ni valorar.
- Comprensión empática: ser perceptivo ante los demás, comprendiendo a la otra persona. “Este es el corazón [...] el arte de comprender con precisión el mundo de cada individuo sin negar la validez de las muy diferentes perspectivas” (Rogers, 1978, p. 50)

Es decir, el docente debe actuar con coherencia, respeto y empatía, pues con esto se establece un escenario más humano, una relación de persona a persona que permitirá facilitar el aprendizaje. Así mismo el alumno debe percibir, estimular el aprendizaje auto iniciado, libre, significativo, vivencial y mantener una adecuada relación interpersonal con el facilitador. Con la importancia que la Educación centrada en la persona dirige hacia el aspecto humano, es posible liberar el potencial humano, ya que se comprende cómo, por qué y cuándo aprende mejor un estudiante (Rogers y Freiberg, 1996).

Las ideas de Rogers manifiestan el enfoque humanista de la práctica de la EE, sus intereses tienen cierta relación con Bisquerra, ya que ambos centran su atención en la importancia hacia el bienestar personal, las relaciones interpersonales, las emociones y la percepción, esta última de gran interés para este trabajo, ya que fundamenta el uso del TMMS-24

para medir el grado de percepción emocional en los individuos y que es utilizado como instrumento en esta investigación.

Los dos referentes teóricos presentados en este apartado son de basta utilidad en esta investigación. Los estudios científicos de Bisquerra sobre la influencia de las emociones en el comportamiento humano, así como su procesamiento dentro del sistema límbico, dan las bases para comprender la trascendencia de la EE dentro del sistema escolar. Así mismo la teoría de la educación centrada en la persona de Rogers y que además se encuentra reflejada en uno de los principios pedagógicos manifestando poner al alumno al centro del proceso educativo; ayuda para la mayor comprensión del problema planteado, concientizando sobre la responsabilidad de su propio aprendizaje a través del autoconocimiento y la autocrítica, y que corresponde con la visión del perfil de egreso de la educación secundaria que enuncia asumir y aplicar estrategias responsables sobre su bienestar y el de los otros. De manera que, los pensamientos de estos dos autores complementan y fundamentan la práctica de la EE, ambos comparten la idea de que cuando existe más sensibilidad, el aprendizaje progresa tanto a nivel académico como personal

Para continuar con este trabajo y comenzar a abordar la parte contextual de nuestro problema planteado, se abordará en el capítulo siguiente algunas situaciones en los ámbitos sociales, de salud y educativos que tienen que ver con las consecuencias de un mal manejo emocional y que representan los retos que debe afrontar la EE. También es momento de presentar las características de la población de estudio: la adolescencia. Así como al nivel educativo al que pertenecen.

## Capítulo 3

### Un acercamiento a los problemas de la EE en adolescentes de secundaria

Este tercer capítulo tiene el objetivo de conformar la parte contextual de la investigación, por ello, se exponen algunas complicaciones relacionadas con el mal manejo emocional en jóvenes que cursan la educación secundaria y que se derivan en algunas problemáticas en los ámbitos sociales, de salud y de educación. Ante este orden de ideas se hace necesario que también se describan las características físicas, cognitivas y psicosociales que presentan los adolescentes, con el fin de conocer las situaciones de riesgo que pueden existir durante esta etapa y a las que puedan estar expuestos.

De manera inicial, se exponen ciertas problemáticas detectadas por organizaciones como la OMS y otras nacionales y de Estados Unidos de América, para ser analizadas como un reto que la EE debe hacer frente y que corresponden a individuos en edad adolescente. Por ello en seguida se describen las características de la población objeto, mediante los factores: físicos, cognoscitivos y psicosociales que establecen las investigaciones sobre desarrollo humano de Diane Papalia. Una vez conocido esta parte de dicha población, es importante también, estar al tanto de su formación educativa, para lo cual se muestran estudios de Patricia Ducoing para conocer las características de la educación secundaria, nivel escolar al que pertenecen los adolescentes. Por último, en este capítulo se desarrolla el tema del Diagnóstico Pedagógico el cual se vincula con los anteriores para comprender desde el ámbito académico, la importancia que tiene el previo conocimiento de situaciones relevantes como alguna problemática emocional, familiar, física o intelectual, que pueda presentar un alumno o un grupo de ellos, con la intención

de comprender un contexto educativo y con ello poder actuar desde la pedagogía de una manera oportuna.

### **Problemáticas de atención para la EE en la población adolescente**

Para la Real Academia Española un problema es definido como una preocupación o como un “conjunto de hechos o circunstancias que dificultan la consecución de un fin” (RAE, 2019). Ahora, como ya se dijo en el capítulo dos: el fin de la EE es el bienestar personal y social. Dicho lo anterior, las problemáticas que son de interés para la EE y que representan un reto de solución, son aquellas situaciones que impiden mantener el bienestar de los individuos (para el caso de esta investigación, dentro de la población adolescente) y que tienen que ver en el ámbito de las emociones. Entre las principales problemáticas se encuentran la presencia de ansiedad, estrés, depresión, frustración, enojo, violencia, trastornos alimentarios, autolesiones, adicciones y suicidios, (OMS, 2019).

De acuerdo con la OMS (2018) la población mundial adolescente es de alrededor de 1200 millones, cada uno se desarrolla de manera diferente de acuerdo a su contexto geográfico, social y cultural, a veces de una manera favorable y otras tantas con ciertas dificultades. Los individuos en edad adolescente debido a los diversos cambios de desarrollo por los que atraviesan, principalmente los psicosociales, suelen ser considerados difíciles “la adolescencia puede ser una etapa difícil [...]. El conflicto familiar, la depresión y la conducta de riesgo son más comunes que en otros momentos del ciclo vital.” (Arnett, 1999 citado en Papalia, Feldman y Martorell, 2012, p. 403) estas situaciones si no mantienen una atención y regulación emocional pueden derivar en algunas problemáticas como las que se mencionan a continuación.

## Ejemplo de algunas problemáticas

Una de las principales preocupaciones es el tema de la violencia, la cual es originada por la impulsividad, la ira descontrolada y la falta de empatía (Bisquerra, 2009). El Informe Mundial sobre la Violencia y la Salud, realizado por la OMS informa que en el mundo “565 personas de entre 10 y 29 años mueren cada día como resultado de violencia interpersonal” (Etienne, 2003, p. 27). Un ejemplo claro en cuanto a violencia en adolescentes, se puede observar en los múltiples ataques con armas que han sucedido en las escuelas de Estados Unidos en los últimos años, donde estudiantes con algún trastorno psicológico emocional atentan contra la vida de sus propios compañeros y maestros y después se suicidan. De acuerdo al Youth Risk Behavior Surveillance System (YRBSS<sup>3</sup>) los estudiantes que se sienten tristes o desplazados aumentaron del 29% en 2007 al 32% en 2017 en Estados Unidos (CDC, 2017) siendo esto un hecho preocupante para todos, pero principalmente a quienes les interesa el tema de la educación y la formación humana. Siguiendo con el tema de la violencia, en México “entre 2013 y 2015 ocurrieron 1 407 muertes en adolescentes a causa de la violencia” (Comisión Nacional de Derechos Humanos, CNDH 2017, p. 36). Por ello el control de la violencia es un aspecto que la EE debe tratar a través del desarrollo de la regulación emocional en los adolescentes.

Otro problema en donde la EE puede intervenir de manera oportuna es en el tema de la salud adolescente, en este aspecto se ven involucradas situaciones como: consumo de alcohol, tabaco o drogas y trastornos alimenticios como bulimia y anorexia. En este sentido la EE juega un papel preventivo y de atención ya que las emociones y este tipo de trastornos mantienen una relación, pues la emoción al ser una respuesta neurofisiológica, el organismo responde

---

<sup>3</sup> Es el Sistema de vigilancia de conductas de riesgo juvenil en Estados Unidos, a través de encuestas nacionales basadas en escuelas, realizadas por *Centers for Disease control and Prevention* (CDC).

provocando cierto desequilibrio homeostático (autorregulación automática del organismo) después de algún impacto emocional. “Las emociones afectan enfermedades somáticas y psíquicas, entre las primordiales están las cardiovasculares, digestivas, estrés, ansiedad y depresión, causadas principalmente por miedo, ira y tristeza” (Bisquerra, 2009, p. 199).

Otro problema de interés para EE, son los comportamientos que dificultan el proceso educativo en el adolescente, tales como: apatía, irresponsabilidad, inadaptación, problemas de identidad, rebeldía y desinterés. Estas situaciones se dan principalmente por falta de habilidades socioemocionales, Bisquerra (2011) las concibe como una consecuencia del analfabetismo emocional y Goleman (2012) las relaciona con la falta de inteligencia emocional. Derivado de las problemáticas enunciadas, el desempeño educativo en el adolescente de acuerdo con Casassus (2007) se puede reflejar en:

- Problemas conductuales y de disciplina
- Falta de interés de los alumnos en lo que se les enseña en clase
- Falta de motivación
- Falta de concentración
- Aumento de violencia
- Problemas de aprendizaje
- Problemas emocionales (puede ser en alumnos, padres o profesores)
- Falta de capacidad de los profesores para motivar a los alumnos

La problemática en la EE en cuanto al ámbito educativo se resume en romper con el paradigma de que las emociones y el aprendizaje no tienen relación, tiene el trabajo de complementar la formación de los estudiantes integrando y desarrollando en ellos habilidades

emocionales y cognitivas, mantener un clima de respeto y fomentar el conocimiento de sí mismo y de los demás. Es también un reto la adecuada formación del profesorado en cuanto al tema de las habilidades socioemocionales, pues como menciona Rogers y Freiberg (1996) el profesor o facilitador debe motivar al estudiante y mantener una adecuada relación interpersonal con sus alumnos, pues cuando hay mayor sensibilidad, el aprendizaje progresa tanto a nivel académico como personal.

Los problemas que la EE debe atender no son tarea fácil, pues educar las emociones a fin de aumentar el bienestar, puede resultar más complicado que educar en el ámbito académico, el trabajo principal en esta práctica educativa es agudizar la percepción de lo que sucede en el entorno, pero sobre todo conocer suficientemente hacia quien será dirigida este tipo de educación, para así poder, adecuar los planes y técnicas y con ello alcanzar resultados positivos. Ante eso se muestra enseguida las características básicas de la etapa de desarrollo de la adolescencia.

### **Diane Papalia. La etapa de la adolescencia**

Con el fin de comprender a la población objeto de estudio en esta investigación, en el siguiente apartado se describe la etapa de la adolescencia, la cual se caracteriza por ser un proceso de transición de la niñez a la adultez y que forma parte de análisis dentro del desarrollo humano, que es considerado un proceso de cambio durante el ciclo vital del individuo, su estudio consiste en la examinación de las formas en que las personas cambian y las características que se mantienen estables (Papalia, Feldman y Martorell, 2012). Su importancia radica en la aportación que puede brindar hacia las formas de crianza, educación, salud y de políticas sociales.

La adolescencia como parte del desarrollo, ocupa un lapso de vida de aproximadamente nueve años ya que comienza entre los 11-12 años y termina a los 19 o 20 años y en donde se implican alteraciones en los aspectos físico, cognoscitivo y psicosocial, los cuales se describirán a continuación.

### **Características físicas, cognoscitivas y psicosociales**

Papalia et al. (2012) estudia el desarrollo de la adolescencia mediante tres ámbitos principales: físico (implica el crecimiento del cuerpo y el cerebro, las capacidades sensoriales, las habilidades motoras y la salud), cognoscitivo (tiene que ver con el aprendizaje, atención, memoria, pensamiento y razonamiento) y psicosocial (incluye las emociones, la personalidad y las relaciones sociales). Estos ámbitos se consideran interrelacionados ya que cada uno puede afectar a los demás; enseguida se describe cada uno de manera sucinta.

#### **Físico**

El cambio físico más sobresaliente en la adolescencia, es el inicio de la pubertad (proceso que lleva a la madurez sexual y que dura aproximadamente tres o cuatro años) este se debe al incremento de la producción de varias hormonas como la *gonadotropina*, la *luteinizante* la cual contribuye al inicio de la secreción de la testosterona en los varones y la *folículo estimulante* la cual provoca en las niñas el inicio de la menstruación. “Las glándulas suprarrenales aumentan sus niveles, influyendo en el crecimiento del vello púbico, axilar y facial, en el crecimiento corporal más acelerado y en mayor grasa en la piel” (Papalia et al., 2012, p. 356). Durante esta etapa ocurre también el llamado *estirón de crecimiento* que en las mujeres ocurre alrededor de los 11 y 13 años y en los hombres entre los 15 y 17 años.



En cuanto al cerebro adolescente, hace mucho tiempo se creía que el cerebro maduraba por completo al llegar a la adolescencia, sin embargo, estudios recientes de imagenología revelan que el cerebro del adolescente aún está en progreso. En esta etapa ocurren cambios en las estructuras del cerebro involucradas en las emociones, el juicio, organización de la conducta y el autocontrol, por ello algunos tienden a inmiscuirse ante situaciones peligrosas.

“la toma de riesgos parece resultar de la interacción de dos redes cerebrales: 1) la red socioemocional que es sensible a estímulos sociales y emocionales como la influencia de los pares y 2) la red de control cognoscitivo que regula las respuestas a los estímulos”.

(Papalia et al., 2012, p. 360)

La red socioemocional incrementa su actividad en la pubertad, mientras que la red del control cognoscitivo madura de forma más gradual hacia la adultez, es decir, que los adolescentes procesan la información relativa a las emociones de manera diferente a los adultos. Este tipo de información, ayuda a explicar la tendencia de los adolescentes a mostrar desequilibrios emocionales y conductas de riesgo. “El desarrollo del cerebro inmaduro puede permitir sentimientos que anulan la razón e impiden que presten atención a las advertencias que los adultos consideran lógicas y persuasivas” (Baird, 1999 y Yurgelun-Todd, 2002. Citados en Papalia et al., 2012 p. 361). Por ello es importante que el adolescente aprenda a controlar sus impulsos y que desarrolle habilidades que le permitan tomar decisiones adecuadas.

### **Cognoscitivo**

Para explicar este ámbito, Papalia et al (2012) hace referencia a los estudios de Jean Piaget quien afirmaba que en la adolescencia se desarrollan las operaciones formales las cuales dan paso a la capacidad de pensamiento abstracto alrededor de los 11 años, lo que permite un

mejor manejo de información, capacidad para formar hipótesis y en donde se entienden mejor los significados de las palabras. Partiendo de lo anterior, se puede entender que la manera en que los adolescentes procesan la información se debe a:

- Cambios estructurales: incluyen la capacidad de memoria de trabajo y la capacidad de almacenamiento del conocimiento en la memoria de largo plazo. La información en la memoria de largo plazo tiene que ver con el conocimiento declarativo (saber qué), el conocimiento procedimental (saber cómo) y el conocimiento conceptual (saber por qué).
- Cambios funcionales: es la capacidad para obtener, manejar y retener información, entre los que se encuentran el aprendizaje, el recuerdo y el razonamiento, los cuales de acuerdo a Papalia et al (2012) mejoran durante la adolescencia.

Estas habilidades cognitivas del procesamiento de la información, además de ser desarrolladas por naturaleza humana, deben ser reforzadas mediante la educación formal, ya que la escuela ofrece la oportunidad de adquirir información y de dominar nuevas habilidades que ayudan a la organización y la comprensión de la vida y en general a la ampliación de nuevos horizontes intelectuales y sociales (Papalia et al., 2012).

## **Psicosocial**

Durante la adolescencia los individuos se enfrentan a un proceso de *búsqueda de identidad*, comprendida como la necesidad de entender el “yo” y de establecer a través de un razonamiento metas, valores y creencias afines al pensamiento de bienestar y al rol que se desea tener en la sociedad. “Los adolescentes que resuelven satisfactoriamente la crisis de identidad desarrollan la virtud de la fidelidad, es decir de lealtad, fe o un sentido de pertenencia a un ser querido a los amigos o compañeros” (Papalia et al., 2012, p.390). Con lo anterior, se entiende

que al estar en una etapa de confusión, cuando el adolescente logra identificarse satisfactoriamente, se alcanza un aumento de confianza, motivación y responsabilidad en el comportamiento y en las relaciones interpersonales del adolescente.

Uno de los aspectos importantes dentro del ámbito psicosocial de la etapa adolescente son las relaciones con la familia, los iguales y la sociedad adulta, ya que es importante que en la adolescencia se desarrolle un vínculo con los amigos y con los padres, pues refuerzan el sentido de compañía y apoyo. Cuando estas relaciones no fluyen de manera positiva, hay mayor posibilidad de que se presente la *rebeldía adolescente* la cual es definida por Papalia et al (2012) como un “patrón de confusión emocional característico de una minoría de adolescentes que puede implicar conflictos con la familia, distanciamiento de la sociedad adulta, conducta temeraria y rechazo de los valores” (p.403). Es importante que esta confusión emocional sea percibida por parte de un adulto (padres o educadores) y que por parte del adolescente aprenda a identificarla y regularla para así evitar situaciones no apropiadas para su bienestar. Por ello es que la adolescencia se considera una etapa complicada, sin embargo, no debe generalizarse a todos los adolescentes, pues su conducta depende del contexto cultural, familiar, educativo y a la apertura comunicativa y emocional que exista en su entorno.

En la adolescencia se presenta también la *individuación*, un proceso similar a la rebeldía adolescente que consiste en una lucha por la autonomía e identidad personal, es importante destacar que en este aspecto “el control emocional por parte de los padres y de los propios adolescentes influye en la forma en que se vivirá este proceso” (Papalia et al., 2012, p.405-406).

En resumen, se menciona que, es importante conocer las características de la etapa adolescente como parte natural del desarrollo humano porque ayuda a comprender mejor las formas en su comportamiento, en sus actitudes y las posibles complicaciones y necesidades a las

que se encuentre expuesto. En este tema se observó a través de los estudios de Papalia, como algunas de las dificultades durante la adolescencia son explicadas de manera científica por la falta de maduración de su cerebro y por la forma en como procesan la información emocional, la cual influye a realizar juicios menos razonados, explicando la tendencia de tomar riesgos; esto puede derivar en situaciones no favorables para su desarrollo personal, social y educativo, por ello se hace necesario destacar la importancia de brindarles un acompañamiento certero, que esté fundamentado en el conocimiento y comprensión de la fase de desarrollo por la que están pasando y el tipo de apoyo que requieren, tal es el caso de la educación secundaria, nivel educativo dirigido a la población adolescente y que se enmarca en potenciar las habilidades de los jóvenes estudiantes y de la que se hablará a continuación.

### **Patricia Ducoing. La educación en la secundaria**

Pensar en la enseñanza formal de la población adolescente, es pensar en la educación secundaria, que según la Dra. Patricia Ducoing investigadora del Instituto de Investigaciones sobre la Universidad y la Educación (IISUE) de la UNAM, corresponde a “un proceso de formación, de orientación y de expansión de las aptitudes y de las habilidades diversas, así como del conocimiento adquirido por parte de los adolescentes y jóvenes” (Ducoing y Barrón, 2017, p. 17). De acuerdo con la Ley General de Educación, en la organización del Sistema Educativo Nacional, existen tres tipos de educación: la básica, la media superior y la superior. La educación secundaria forma parte de la educación básica junto con la educación inicial y primaria.

La orientación del plan de estudios del nivel secundaria se orienta a que los alumnos se hagan responsables de sus acciones y desarrollen actitudes necesarias para continuar con sus

estudios, a través de la interacción social, del trabajo colaborativo y de una actitud respetuosa ante los demás (Ortega, 2017). La educación secundaria es impartida en México con una carga horaria de 35 horas por semana a lo largo de tres años o grados, al igual que en la mayoría de los países de América Latina a excepción de Bolivia, Chile y República Dominicana en donde se cursa en dos años y en Brasil y Colombia donde se cursa en cuatro años (Ducoing, 2017). La educación secundaria es entonces la tercera y última etapa de la educación básica, de acuerdo con Ortega (2017) es considerada obligatoria desde el año 1993 y atiende a la población adolescente de entre 12 y 15 años, a través de sus cinco modalidades:

- **Secundaria general:** atiende a gran cantidad de grupos regulares con un modelo tradicional, a lo largo de su historia ha presentado un crecimiento considerable tanto en su infraestructura como en su matrícula, su localización se encuentra básicamente en el medio urbano y cuenta con el mayor número de docentes.

- **Secundaria técnica:** el proyecto de este modelo de secundaria surge con la idea de reformar un mercado interno, con la intención de aumentar el desarrollo nacional autónomo a través de la autosuficiencia tecnológica. Por tanto, su propósito es promover conocimientos tecnológicos que permitan al estudiante acceder a algún tipo de puesto dentro de la esfera productiva.

- **Telesecundaria:** como parte de un proyecto de atención y cobertura educativa en 1970, este modelo de secundaria se ofrece principalmente en zonas rurales, en donde solo un docente coordina la acción educativa de todas las asignaturas del plan de estudios, apoyándose con materiales impresos y televisivos.

- **Secundaria comunitaria:** su objetivo es lograr mayor desarrollo en las distintas regiones del país, especialmente en comunidades dispersas pertenecientes a un grupo étnico.

- **Secundaria para trabajadores:** representa una alternativa para aquellas personas que pertenecen al mercado laboral y que pretenden cursar sus estudios de nivel secundaria, está dirigido para personas mayores de 15 años.

En cuanto al tema de cobertura, de acuerdo a cifras de la SEP en el ciclo escolar 2010-2011 el nivel secundaria atendió al 95.9% de la población de entre 13 y 15 años. El total nacional de alumnos en los tres grados de secundaria es de 6 134 546, (3 085 568 en el modelo general, 1 731 517 en técnica, 1 263 113 en telesecundaria, 30 108 para trabajadores y 27 240 en comunitaria) de los cuales las entidades con mayor número de alumnos son CDMX, Baja California Sur e Hidalgo, este último hace referencia en este trabajo de investigación. (Ortega, 2017).

De acuerdo a lo expuesto anteriormente, la educación secundaria surge con el propósito de acrecentar el nivel académico y cultural de la población, a través de políticas encaminadas a ampliar su cobertura y alcance. Hoy en día el desarrollo de este nivel educativo se plantea respecto a dos perspectivas: 1) la propedéutica, cuyo propósito es brindar una educación a través del saber hacer que le permita al alumno continuar con su formación académica, es decir, permite una continuidad de la educación primaria y una preparación a la educación media superior, a través de la adquisición de conocimientos y competencias necesarias, 2) la profesionalizante, su principal intención es la formación de los alumnos para la incorporación al mercado productivo, es decir, pretende preparar al alumno para su futura inserción laboral (Ducoing, 2017). Con presencia de estas dos perspectivas se refuerza la idea de la importancia de maximizar la formación integral de los adolescentes, atendiendo sus múltiples dimensiones humanas y no solo en el aspecto cognitivo y laboral, sino a través de la implementación de una educación que ofrezca una educación orientada al desarrollo de jóvenes y adolescentes que

implique conocerse a sí mismo y que sean perceptivo de su entorno (como lo pretende la EE) y en donde a través de un razonamiento adecuado pueda decidir lo mejor para él, pues hoy en día se necesita:

“generar un curriculum educativo integral que dote a los estudiantes de experiencias de aprendizajes relacionados con todas las dimensiones de su desarrollo personal, así como atender a la diversidad de perfiles, de inquietudes y de potencialidades de los adolescentes y jóvenes” (Ducoing y Barrón, 2017, p. 16).

Lo anterior, también permitirá la creación de un clima escolar adecuado. Para la OCDE el clima escolar se comprende a través de diversos factores como: el entorno físico, el nivel de ánimo y de compromiso de los docentes, la relación entre profesores y alumnos, el orden, la disciplina y el *bullying* (Ducoing, 2017) y es que, para que el proceso de enseñanza aprendizaje ocurra de forma adecuada, es necesario un entorno favorable en donde prevalezcan las buenas relaciones entre profesores-alumnos y entre los mismos alumnos; situación que en las escuelas secundarias suele dificultarse en ocasiones por el proceso de transiciones que viven los alumnos adolescentes y que en ocasiones no se considera del todo por parte de profesores y padres de familia.

“Se suele minimizar el reconocimiento relativo a que en la adolescencia uno de los grandes desafíos que enfrentan los alumnos consiste en la construcción de la identidad, proceso donde el componente emocional tiene un lugar relevante, totalmente distinto al que demanda la infancia” (Ducoing y Barrón, 2017, p. 13).

Al analizar la educación secundaria se debe cuestionar sobre quiénes son sus destinatarios ¿por qué?, ¿cómo y a qué realidades se enfrentan? De tal forma que sus planes educativos tengan en mente ir más allá del ámbito académico, que sean integrales y que se adecuen al alumno y a la

población a la que pertenece la institución. Ducoing y Barrón (2017) mencionan que la educación secundaria debe obedecer a las necesidades de aproximarse a la realidad y a las inquietudes que viven los adolescentes. Así, en la actualidad, este nivel educativo debe intervenir en la formación de adolescentes procurando el desarrollo de habilidades que les permita responder ante una sociedad complicada, y para ello es fundamental que la escuela tenga un mayor acercamiento con la comunidad en la que desarrolla el proceso de enseñanza aprendizaje, que conozca su contexto para así adecuar estrategias pedagógicas efectivas que correspondan a las necesidades y circunstancias. Una herramienta que se considera útil para tal efecto es el diagnóstico pedagógico.

### **Diagnóstico pedagógico: definición, funciones y fases**

Como ya se mencionó, en el periodo de la adolescencia intervienen diversos cambios que afectan el equilibrio social, emocional y conductual del ser humano. En el aspecto educativo, el alumno adolescente llega a adoptar actitudes producto de aquellos cambios, que suelen dificultar su desempeño académico y sus relaciones interpersonales dentro del entorno escolar. Para poder conocer algunas problemáticas que pueda presentar el estudiante o un grupo de ellos es necesario recurrir a ciertas estrategias.

Una estrategia para llevar a cabo una práctica educativa efectiva y alcanzar con mayor facilidad los objetivos propuestos, es el diagnóstico pedagógico, el cual, incluye recolección de información que lleva a un resultado que pretende dar a conocer de manera anticipada, situaciones dentro del contexto educativo.

Para García Nieto (2007) el diagnóstico pedagógico tiene que ver con la necesidad de un conocimiento previo, riguroso y objetivo de la realidad educativa que corresponde a una acción



primaria para poder tratarla y mejorarla, ya que “no se puede intervenir, adecuadamente, en educación sobre algo que se desconoce [...]. Se educa, orienta o enseña a un alumno después de conocer sus posibilidades reales.” (García Nieto, 2007, p.85). El diagnóstico tiene sus orígenes en la Orientación Educativa, donde se hacía necesario conocer a profundidad al alumno para con ello trazar el camino apropiado de acuerdo con su peculiaridad (García Nieto, 2007). Es decir, surge como un medio indispensable para detectar y conocer las posibilidades de los estudiantes, así, a partir de ese conocimiento previo, se pueden tomar decisiones educativas adecuadas, procurando adaptar y mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje a las circunstancias de cada alumno o situación educativa.

El diagnóstico pedagógico tiene los siguientes objetivos: detectar situaciones de riesgo a las que puedan estar expuestos los estudiantes en especial quienes se encuentren en una etapa vulnerable, constatar causas y posibles soluciones de ciertas problemáticas, ofrecer pautas adecuadas para la prevención o el tratamiento grupal o individual de acuerdo a las necesidades identificadas y canalizar hacia las instancias adecuadas aquellos casos que dada su complejidad no puedan afrontarse desde el entorno educativo (García Nieto, 2007).

### **Definición**

El concepto de diagnóstico pedagógico es polisémico, ya que cada autor le atribuye una definición especial, enseguida se exponen algunas de ellas:

“Proceso que trata de describir, clasificar, predecir y explicar el comportamiento de un sujeto dentro del marco escolar. Incluye un conjunto de actividades de medición y

evaluación de un sujeto (o un grupo de sujetos) o de una institución con el fin de dar una orientación”. (Buisán y Marín, 2001. Citado en Arriaga, 2015, p.65).

“Aquella disciplina que permite conocer de una forma rigurosa, técnica y lo más científica posible, la realidad compleja, de las diferentes situaciones educativas, tanto escolares como extraescolares, como paso previo para potenciarlas o modificarlas” (García Nieto, 2001. Citado en Marí, 2007, p. 615).

“Actividad científica, teórico-técnica, insertada en el proceso enseñanza-aprendizaje, que incluye actividades de medición, estimación –valoración y evaluación, consiste en un proceso de indagación científica, apoyado en una base epistemológica, que se encamina al conocimiento y valoración de cualquier hecho educativo con el fin de tomar una decisión para la mejora del proceso enseñanza-aprendizaje” (Marí, 2001. Citado en Marí, 2007, p. 615).

### **Funciones:**

El proceso del diagnóstico pedagógico tiene ciertas funciones de acuerdo a su intención principal, a continuación, se presentan cuatro funciones expuestas por Buisán y Marín (1987), citadas en Cardona, Chiner y Lattur (2011).

- **Preventiva y predictiva:** conocer las posibilidades y limitaciones del individuo para prever el desarrollo y aprendizaje futuro.
- **Identificación del problema:** averiguar causas personales o ambientales que dificulten el desarrollo del alumno, su intención es modificarlas.

- **Orientadora:** su finalidad es proponer pautas para la intervención, de acuerdo a las necesidades detectadas.
- **Correctiva:** consiste en reorganizar la situación actual mediante la aplicación de la intervención y recomendaciones oportunas.

### **Fases:**

Teniendo en cuenta la importancia del carácter científico, el diagnóstico pedagógico exige un plan sistemático, siguiendo el proceso del método hipotético deductivo. Se describe a continuación las fases que expone Marí (2007):

- **Recogida de información:** los instrumentos y técnicas son diversos, los datos a recoger o “referentes diagnósticos” pueden abarcar gran cantidad de variables relacionadas con cualquier aspecto o problemática, por ello las técnicas y los instrumentos de recolección de información deben seleccionarse en relación a los objetivos o variables de indagación y a las características de las fuentes a las que se remita.

- **Análisis y evaluación de la información recabada:** debe existir una definición y delimitación (fines, metas y objetivos). El diagnóstico pedagógico debe asegurarse que la información en que se apoyará represente la realidad a valorar, además de que debe brindar una comprensión y descripción adecuada del objeto de estudio.

- **Intervención diagnóstica:** es la acción de respuesta, pretende el desarrollo de competencias necesarias para el aprendizaje.

En resumen, comprender de manera oportuna la situación del alumno y de su entorno, incrementa la posibilidad de actuar de forma apropiada, ante algunas dificultades que pudieran

presentarse dentro de su proceso educativo. Por tal motivo y atendiendo las bases humanistas por las que se enfoca esta tesis, se decidió conocer cómo se encontraban un grupo de alumnos de secundaria cuya unidad de análisis radica en el tema de las emociones y donde el marco institucional se presenta más adelante. Lo que a continuación se expone es la descripción del ejercicio de diagnóstico pedagógico, que se hace necesario para mejorar la calidad educativa en la formación de los jóvenes estudiantes.

### **Un caso de Diagnóstico pedagógico de problemas en la educación secundaria**

De acuerdo a lo expuesto anteriormente, el diagnóstico pedagógico sirve para conocer situaciones positivas o negativas en el proceso de enseñanza aprendizaje y con ello anticiparse para una mejor adaptación. En el caso de este trabajo de tesis, el diagnóstico pedagógico es visto desde la aplicación de la escala TMMS-24 que ayudó a comprender la realidad sobre la percepción emocional de los alumnos adolescentes de la secundaria” Elisa Acuña Rossetti” en el estado de Hidalgo y con lo cual se examina el tema del manejo emocional y la conciencia que tienen de ello un grupo de adolescentes, con la información recabada es posible detectar las posibilidades de los estudiantes de mantener relaciones interpersonales adecuadas, de procurar decisiones apropiadas dentro de su entorno y de mantener un adecuado aprovechamiento escolar, así como de detectar la posibilidad ante alguna situación de riesgo a las que pueda estar expuesto el alumno como violencia, depresión o alguna adicción; por tanto la función en este caso de diagnóstico pedagógico es preventiva y predictiva. Para su realización se llevaron a cabo las fases necesarias: recolección de información y se prosiguió con la evaluación de los datos, cabe destacar que no se realizó intervención pedagógica alguna.

Para que la educación pueda alcanzar sus objetivos favorablemente, es necesario que haga uso de estrategias y herramientas adecuadas, por lo cual, el diagnóstico pedagógico se convierte en un medio útil y necesario para alcanzar este cometido, ya que ayuda a comprender ciertas problemáticas o necesidades que pueden afectar el desarrollo educativo del alumnado. Por ello, como menciona García Nieto (2007) los procesos educativos deben centrarse a partir del marco y contexto desde el que se enseña, como es: la sociedad, la institución, la etapa o el nivel. Y en este sentido, al centrar la atención de este trabajo, hacia el nivel secundaria, fue necesario conocer cómo se encuentran los alumnos en su aspecto emocional, haciendo que los propósitos se ajusten a lo planteado inicialmente.

### **Marco institucional de la investigación**

La institución a la que se tuvo acceso es una escuela pública de nivel secundaria llamada “Elisa Acuña Rossetti” que cuenta con una planta laboral de 24 miembros integrada por: una directora, un subdirector, 17 profesores, tres prefectos y dos secretarias. De los 17 profesores que laboran en la institución, dos se encargan de impartir las clases de Educación Socioemocional a los tres grados, a la vez que también imparten la materia de Historia y Geografía respectivamente. La matrícula estudiantil es de 449 alumnos divididos en cuatro grupos de 1° grado, cuatro de 2°, y cuatro de 3°. En cuanto a la infraestructura, la escuela secundaria consta de tres módulos de aulas, con 30 salones en total, un taller, un laboratorio y un módulo más para docentes y administrativos, cuenta también con un patio central y un patio trasero donde se realizan actividades cívicas y deportivas. En cuanto al control de disciplina, la institución maneja un sistema a partir de la implementación de “incidencias” en donde con la acumulación de 5 incidencias, el alumno se hace acreedor a una suspensión por tres días, la mayoría de las

incidencias se dan por la portación inadecuada del uniforme, incumplimiento en tareas y materiales y por la falta de respeto hacia compañeros y maestros (como insultos o violencia física). Como una forma de motivación escolar, todos los lunes los alumnos deben repetir la frase *“Es fácil, yo puedo y lo voy a lograr. Las cosas bien hechas y a la primera”*.

La ubicación geográfica de la institución pertenece al municipio de Tizayuca, que cabe resaltar es uno de los 84 municipios que conforman el estado de Hidalgo y que cuenta con una extensión territorial de 77.2 km<sup>2</sup>, con una población hasta el 2015, de 119 442 habitantes. De acuerdo al catálogo de localidades de la Secretaría de Desarrollo Social (SEDESOL) el índice de marginación y de rezago social de este municipio es muy bajo. Los datos estadísticos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) informan que el municipio de Tizayuca cuenta con una infraestructura educativa de 63 planteles de educación, que comprenden 19 jardín de niños, 30 primarias, 9 secundarias, 3 bachilleratos y 2 planteles de nivel profesional.

**Figura 7. Escuela secundaria "Elisa Acuña Rossetti"**



Nota: Adaptado de Criterio Hidalgo (2019). Escuela de Tizayuca.

En suma, la escuela secundaria Elisa Acuña Rossetti se encuentra en un entorno no marginal, y cuenta con una adecuada infraestructura para su trabajo de enseñanza; sin embargo la presencia de las incidencias por incumplimiento en tareas y material y por falta de respeto hacia compañeros y maestros (principalmente violencia verbal), sin dejar de lado que, en pláticas con algunos jóvenes, en la escuela hay varios alumnos que practican el *cutting*<sup>4</sup>, otros tantos que se encuentran inmersos en alguna adicción de alcohol, marihuana y tabaco y otros más que se encuentran en situaciones de peleas constantes; estas situaciones llaman la atención para ser investigadas más afondo desde la perspectiva de un trasfondo emocional.

Las temáticas presentadas en este capítulo resultan relevantes para la mejor comprensión de la práctica de la EE, sobre todo la dirigida a la población adolescente. La información fue guiada por las preguntas de investigación: ¿Por qué es importante adquirir habilidades emocionales en la adolescencia? ¿Qué es la adolescencia y cuáles son sus características? y ¿Qué características tiene la educación del nivel secundaria?

Es importante tener en cuenta que la impulsividad, la ira descontrolada, la falta de empatía, la irresponsabilidad, la rebeldía y el desinterés son la principal causa de complicaciones en el desarrollo del adolescente, con ello y con las aseveraciones de Papalia (2012) al mencionar que la tendencia de estos en mostrar desequilibrios emocionales y conductas de riesgo se deben a la inmadurez de su cerebro, se podrán desarrollar mejores estrategias a través del acompañamiento adecuado en la educación formal, una que considere todas las características

---

<sup>4</sup> Modalidad que consiste en una serie de cortes superficiales que el adolescente hace para autolesionarse con diferentes objetos, como una forma de descargar su dolor emocional (Ferro Hernández, 2012. Citado en Caicedo, 2017, p. 68).

que intervienen en esta etapa del ser humano y se conviertan en un aliciente en la prevención y cuidado de su desarrollo.

En el nivel escolar de la población analizada, el principal objetivo es que los alumnos sean reflexivos de sus acciones, tal como lo expresa Patricia Ducoing al afirmar que la educación secundaria debe aproximarse a la realidad e inquietudes que viven los adolescentes con la intención de que estos vivan un desarrollo positivo, pero también responsable.

Una vez expuestos los aspectos metodológicos, teóricos y contextuales de la investigación, es momento de presentar la labor práctica, la cual representa una parte de la realidad que se vive en un municipio de Hidalgo y que pone de manifiesto todo lo que se ha estudiado hasta el momento.



## Capítulo 4.

### Estudio de campo

Este capítulo representa la vinculación de la teoría abordada con el análisis de un segmento de la población descrita hasta ahora. En este aspecto se vinculan las ideas expuestas por Bisquerra sobre la importancia de la adquisición de habilidades emocionales sobre todo el autoconocimiento y la regulación, y de las ideas de Rogers sobre la importancia de la percepción que cada ser humano debe tener, para así poder identificar las situaciones que se desean atender.

En este estudio de campo realizado para la investigación, se llevó a cabo una recolección de datos a través de la aplicación de la escala TMMS-24 a 101 alumnos en edad adolescente de la secundaria Elisa Acuña Rossetti en el estado de Hidalgo, al mismo tiempo, este hecho representó una práctica de diagnóstico pedagógico, que como ya se mencionó, es útil para detectar peculiaridades que puedan presentarse en el proceso educativo y necesiten alguna intervención. Los datos obtenidos brindan información sobre el índice de percepción emocional de los alumnos, mediante la medición de tres variables: atención emocional, claridad de sentimientos y regulación emocional. Los cuales son importantes conocer para estimar su bienestar a través de su manejo emocional.

Para presentar los resultados, primero se exponen las medidas de tendencia central: la moda, media y mediana, de la edad de la población estudiada. Después se presenta el índice de valoración (debe mejorar, adecuada o excelente) de cada variable por separado mediante tablas de frecuencia y sus respectivas gráficas porcentuales. Esto, ayudará a conocer numéricamente los niveles de percepción que presenta cada adolescente sobre sus propias emociones.

## ¿Qué nos dicen las gráficas?

En este apartado se mostrarán cuatro tablas y tres gráficas que son una herramienta de representación visual de los resultados obtenidos, en ellas se observará de manera organizada datos como las edades o el número de alumnos que presentan las características de evaluación de las variables estudiadas.

### Medidas de tendencia central sobre las edades de la población de estudio

Para encontrar la moda, media y mediana de la población de los 101 alumnos, se realiza una tabla que agrupa las frecuencias absolutas y acumuladas de las edades de los alumnos.

Las medidas de tendencia central servirán para tener un punto de referencia, en este caso sobre la edad de la población estudiada, en la tabla que presenta a continuación se agruparon las edades y cuántos de ellos participaron en el proceso de autoevaluación.

**Tabla 2. Frecuencias absolutas y acumuladas de las edades de los alumnos**

<b>x</b> <b>(edad)</b>	<b>f</b>	<b>F</b>	<b>xf</b>
<b>12</b>	20	20	240
<b>13</b>	37	57	481
<b>14</b>	35	92	490
<b>15</b>	9	101	135

Nota: Elaboración propia.

f= frecuencia absoluta y F= frecuencia absoluta acumulada

**Media:**

$$\bar{X} = \frac{\sum_{i=1}^n x_i}{n}$$

$$\bar{X} = \frac{(12)(20) + (13)(37) + (14)(35) + (15)(9)}{101}$$

$$\bar{X} = \frac{240 + 481 + 490 + 135}{101}$$

$$\bar{X} = 13.32$$

**Mediana**

$$Me: n/2 = 13$$

**Moda**

$$Mo: 13$$

Con lo anterior se observa que las medidas de tendencia central (moda, media y mediana) en cuanto a la edad de la población estudiada, corresponde a 13 años.

**Resultados de la variable: Atención emocional**

La *Atención Emocional* es una habilidad de percepción que ayuda a entender los sentimientos y a expresar de forma adecuada las emociones. Goleman (2018) considera la Atención una forma de autocontrol y empatía que ayuda a comprender mejor el mundo que nos rodea contribuyendo al mayor bienestar personal y social.

Se muestra a continuación una tabla con las frecuencias de las valoraciones de la variable Atención *emocional* y su equivalencia en porcentaje.

**Tabla 3. Valoraciones y porcentaje en Atención Emocional**

<b>Valoración</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Debe mejorar: presta poca</b>	35	34.65%
<b>Adecuada</b>	49	48.51%
<b>Debe mejorar: presta mucha</b>	17	16.83%

Nota: Elaboración propia en base a los resultados obtenidos

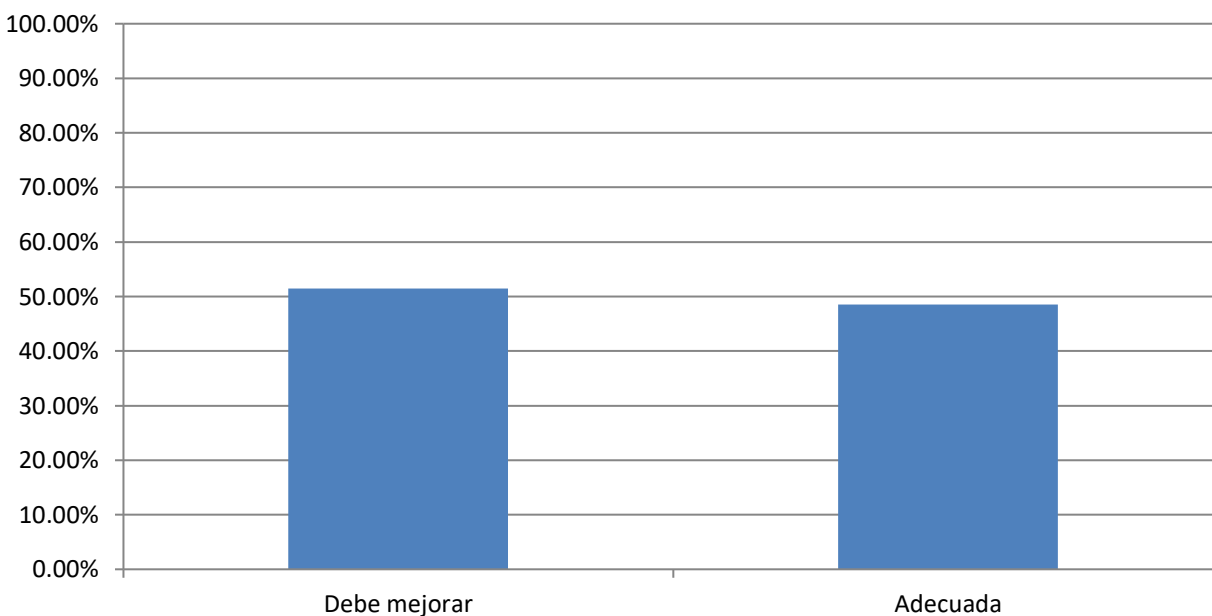
En la tabla 3 se observa que un porcentaje alto (48.51%) de los alumnos presentan una **adecuada Atención Emocional**, sin embargo, también se observa que la mayoría de los alumnos **deben mejorar**, ya que si se suman las valoraciones “presta mucha y presta poca” se obtiene un 51.48% lo que rebasa la media de la valoración “Adecuada”.

Los niveles extremos de la valoración (mucha-poca) en esta variable no se consideran deseables porque se relacionan con un desajuste emocional, ya que cuando se destina demasiada atención a los estados emocionales, no resulta positivo si no va seguido de una adecuada capacidad para discriminar sus causas, motivos y consecuencias; por el contrario, cuando existe escasa atención emocional, será más complicado regular los estados anímicos (Gohm, 2003. Citado en Extremera y Fernández-Berrocal, 2005). Entonces, destinar demasiada o escasa atención no resulta positivo para el equilibrio emocional de las personas porque dificulta la autorregulación emocional y en adolescentes esto puede resultar aún más complejo.

A continuación, se muestra una gráfica de porcentaje donde se observará el panorama general de los alumnos que presentan una “Adecuada” *Atención Emocional* y cuantos deben

mejorarla (sumatoria de las valoraciones: debe mejorar-presta mucha y debe mejorar-presta poca).

**Gráfica 1. Porcentaje de la variable Atención Emocional**



En la gráfica 1 se observa que en términos generales la mitad de los alumnos necesitan mejorar la atención en sus emociones y la otra mitad destinan una buena atención en lo que sienten, sería adecuado que estos adolescentes mantengan un equilibrio en esta habilidad, tanto de forma interpersonal como intrapersonal ya que, lo primero que se necesita para adquirir ciertas habilidades es trabajar la atención, debido a que ésta es una función cognitiva donde se emplean recursos sensoriales y perceptivos además de la memoria (ILCE, 2017) acciones esenciales para cualquier proceso de aprendizaje y muy útiles para reflexionar y comprender nuestro entorno.

### Resultados de la variable: Claridad de sentimientos

Tener una adecuada claridad en los sentimientos, ayuda a identificar una emoción de manera específica, lo cual se considera óptimo para tener una correcta comprensión sobre las causas y consecuencias que la originaron. A través del desarrollo adecuado de esta habilidad, el alumno es capaz de identificar, distinguir y describir sus estados emocionales cotidianos, con lo cual es más fácil tratar algunos problemas emocionales, ya que se podrán predecir reacciones que suelen presentarse (Extremera y Fernández-Berrocal, 2005).

Se presenta una tabla que muestra las valoraciones en la *Claridad de sentimientos* y la frecuencia con que resultaron.

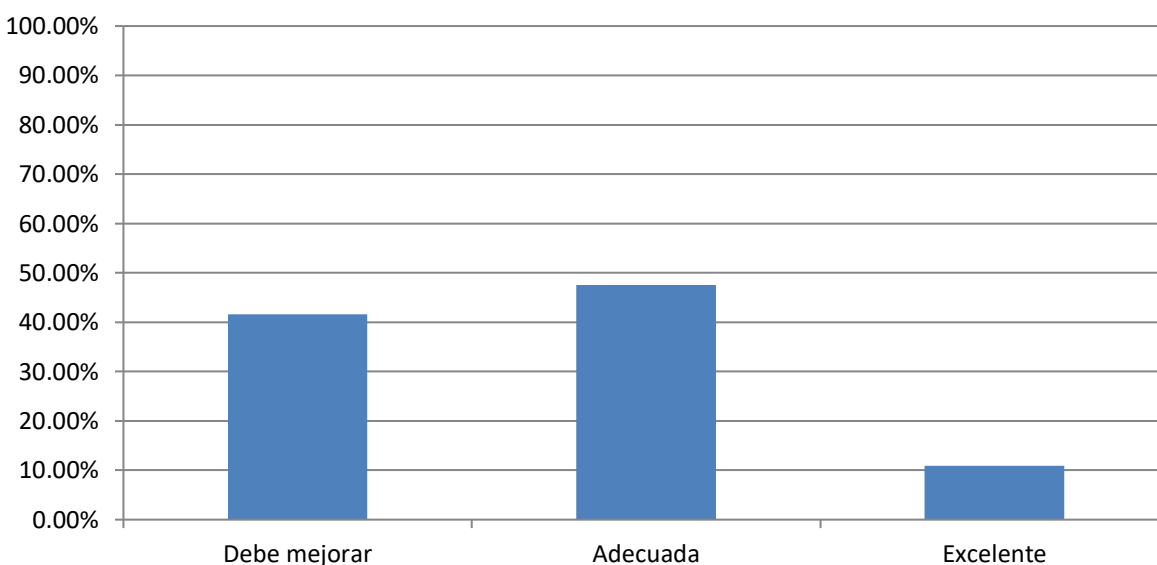
**Tabla 4. Valoraciones en la variable Claridad de sentimientos**

Valoración	Frecuencia	Porcentaje
Debe mejorar	42	41.58%
Adecuada	48	47.52%
Excelente	11	10.89%

En la tabla 4 se puede observar que la valoración “Adecuada” corresponde a un mayor número de alumnos que la presentan, sin embargo, se encuentra por debajo de la mitad, es decir, solo 48 alumnos de 101 presentan una adecuada *Claridad de sus sentimientos*, así mismo se observa que un porcentaje muy similar separado sólo por un 5.94% “deben mejorar” la habilidad en la *Claridad de sus sentimientos*, a la vez que únicamente 11 alumnos de los 101 encuestados presentan una “Excelente” Claridad en lo que sienten.

Se muestra a continuación una gráfica porcentual de lo mencionado anteriormente.

**Gráfica 2. Porcentaje de la variable Claridad de sentimientos**



Es bueno observar en la gráfica 2 que la mayoría de los alumnos encuestados muestran buena claridad de lo que sienten y que un porcentaje, aunque sea muy bajo, tienen una excelente claridad, sin embargo también se puede ver que una porción considerable (41.58%) necesita mejorar la claridad en sus sentimientos, éstos alumnos son quienes podrían presentar algún desequilibrio emocional puesto que no logran distinguir ni comprender correctamente su sentir en lo que les acontece, será conveniente que mantengan un acompañamiento adecuado en donde puedan desarrollar mejor esta habilidad, con el fin de que trabajen su autorreflexión y no vayan a caer en escenarios de confusión en donde puedan malinterpretar situaciones o sensaciones que repercutan de manera negativa en su bienestar.

### Resultados de la variable: Reparación Emocional

La reparación o regulación emocional es considerada una habilidad emocional importante que favorece el propio bienestar y por tanto una mejor calidad de vida, ya que consiste en una habilidad de afrontamiento de situaciones de riesgo, tolerancia a la frustración y manejo de ira, esta habilidad busca mantener las emociones positivas sobre las negativas (Bisquerra, 2009).

Enseguida, se presenta una tabla que muestra las valoraciones de la *Reparación emocional*, según las puntuaciones obtenidas en la escala TMMS-24.

**Tabla 5. Valoración de la variable Reparación emocional**

Valoración	Frecuencia	Porcentaje
Debe mejorar	31	30.69%
Adecuada	47	46.53%
Excelente	23	22.77%

En la tabla 5 se puede observar que 31 alumnos de los 101 necesitan mejorar la habilidad para la reparación de situaciones negativas emocionales, 47 alumnos presentan puntuaciones adecuadas y solo 23 alumnos tienen esta habilidad suficientemente desarrollada, alcanzando puntuaciones mayores a 35 puntos de la escala y por tanto obteniendo una valoración de “Excelente”.

Un ejemplo de las preguntas que se toman en cuenta para la evaluación de esta dimensión, es el ítem 20 (ver anexo 1): “Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta

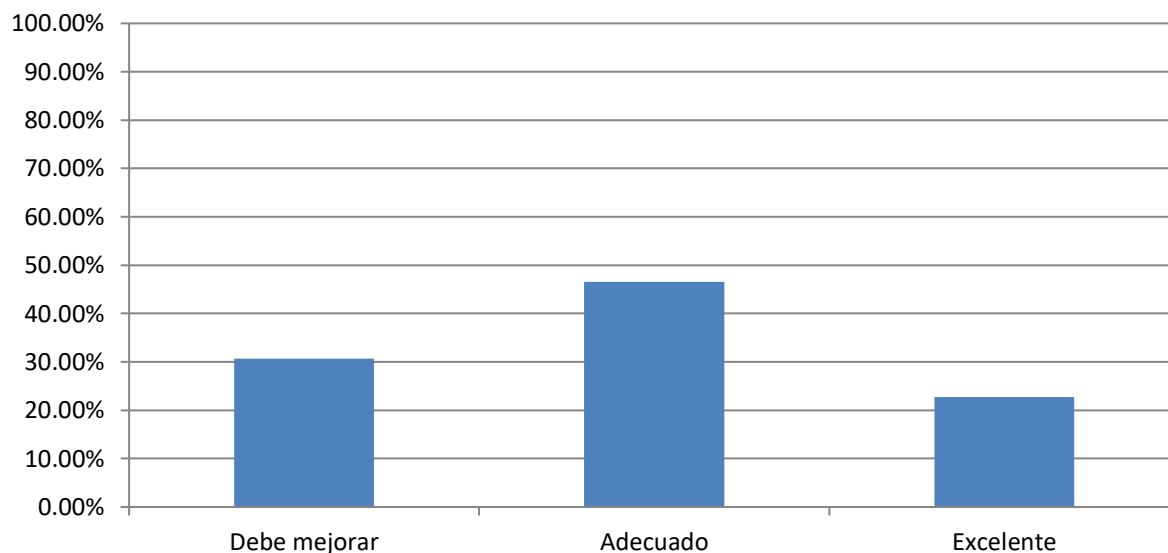


mal” a lo que 42 alumnos contestaron estar “totalmente de acuerdo” obteniendo 5 puntos para este ítem.

La mayoría de los estudiantes encuestados presentan una “Adecuada” habilidad para poder reparar sus estados emocionales negativos. Esto es importante porque las emociones negativas tienen una duración mayor a las positivas. De acuerdo con Bisquerra (2009) el placer desaparece con la satisfacción continua, pero el dolor persiste si persisten las condiciones necesarias, propiciando mayor generación de estados de ansiedad, estrés, irritabilidad o violencia. Por tanto, la capacidad de reparación o autorregulación a través de emociones positivas es importante pues influye a adquirir habilidades necesarias para el bienestar, tales como la motivación, persistencia y resiliencia.

Por último, se presenta la gráfica de porcentajes que muestra las valoraciones obtenidas de los alumnos encuestados para la dimensión *Reparación emocional*.

**Gráfica 3. Porcentaje de la variable Reparación Emocional**



En la gráfica 3 se muestra que la barra más alta es la de la valoración “adecuado”, esto indica que si bien hay bastantes alumnos que no mantienen una buena atención y claridad de sus emociones, sin son, la mayoría, capaces de regularse hacia lo positivo, pero al igual que la variable anterior es de suma importancia que se brinde la atención necesaria a los alumnos que no lo logran, ya que ésta habilidad es importante para conservar el bienestar tanto personal como social.

En este cuarto capítulo se presentaron de manera gráfica, descriptiva y cuantitativa los resultados obtenidos en el estudio de campo, donde el interés principal fue conocer el índice de percepción emocional que presentan alumnos adolescentes de secundaria. Con el estudio de las variables: Atención emocional, Claridad de sentimientos y Reparación emocional de los 101 alumnos encuestados, se tiene un mayor entendimiento sobre la situación emocional en la que se encuentran, lo que permitirá predecir y entender ciertos comportamientos que puedan presentarse

durante su formación académica como su conducta y rendimiento académico, así como el probable clima escolar de la institución en cuestión, situaciones de interés para este trabajo que estudia la importancia de la EE.

## **Propuesta**

En esta investigación se trabajó la Educación Emocional (EE), que se deriva en una propuesta pedagógica orientada hacia el enfoque humanista, dirigida para el docente, desde los principales postulados de Carl Rogers y desde la EE de Rafael Bisquerra.

Con la propuesta se pretende que los alumnos de la secundaria Elisa Acuña Rossetti, se vean beneficiados en la adquisición de habilidades emocionales a través del autoconocimiento y de una relación más estrecha de comprensión y empatía con sus docentes y compañeros. Así mismo que el docente aumente su capacidad en la atención y prevención hacia el estado socioafectivo de sus alumnos.

Como primer paso se debe conocer la problemática detectada, para después generar un plan de acción, ya que, como se mencionó en capítulos anteriores “no se puede intervenir adecuadamente en educación, sobre algo que se desconoce” (García Nieto, 2007, p. 85).

**Tabla 6. Problemáticas y estrategias de la propuesta.**

<b>Problemática</b>	<b>Estrategia</b>
<p>1. El 51.48% de los alumnos encuestados deben mejorar la atención hacia sus emociones. El 41.58% deben mejorar la claridad en sus sentimientos. Y el 30.69% deben mejorar su autorregulación emocional.</p>	<p>1. Realizar al inicio de cada ciclo escolar, un examen diagnóstico no solo cognitivo como se acostumbra, sino también, un examen de evaluación diagnóstica sobre el estado de percepción emocional de los estudiantes. Para posteriormente atender oportunamente a quienes más lo requieran.</p>
<p>2. Los docentes que imparten la materia de educación socioemocional, son quienes también imparten las materias de Historia y Geografía. No existe un personal capacitado y especialmente encargado del trabajo de orientación.</p>	<p>2. Desarrollar un taller de capacitación docente sobre la importancia de las emociones en la conducta humana y de actividades para su conocimiento y manejo. Proponer que exista de uno a tres docentes encargados específicamente del área de orientación.</p>

Elaboración propia

Tabla 7. Estrategia pedagógica 1.

<b>Evaluación diagnóstica sobre percepción emocional</b>		
<b>Propósito:</b> conocer el estado emocional percibido del alumno (autoconocimiento) desde el inicio del ciclo escolar.	<b>Justificación:</b> al conocer el estado de percepción emocional del alumno, el docente podrá anticiparse al comportamiento y desempeño que pueda presentar el alumno a lo largo del ciclo escolar. Así como encontrar las estrategias pertinentes para facilitar su aprendizaje y promover su educación secundaria con el mayor bienestar posible.	<b>Tiempo:</b> 2 <sup>a</sup> semana de inicio del ciclo escolar.
		<b>Duración:</b> 30 minutos.
		<b>Material:</b> escala de autoinforme TMMS-24.
<b>Inicio:</b> Una vez que el docente tutor se haya familiarizado con el grupo, les entregará una hoja de evaluación diagnóstica de percepción emocional, se propone la escala de autoinforme TMMS-24. Las instrucciones serán: poner nombre grado, grupo y contestar de manera reflexiva y sincera.		
<b>Desarrollo:</b> Durante el proceso, el docente tutor mantendrá un ambiente de calma y observación hacia el grupo.		
<b>Cierre:</b> Una vez que el docente obtenga las hojas de autoevaluación procederá al análisis de resultados y posteriormente anexará la hoja en el expediente del alumno.		

Elaboración propia

Se entiende que esta propuesta pedagógica de diagnóstico emocional puede resultar una mayor carga de trabajo para el docente, sin embargo, se considera una forma de atención y prevención hacia el alumno y que además facilitará el proceso de enseñanza.

Partiendo de que, estas estrategias pedagógicas mantienen una inclinación humanista, entendiendo que en el aprendizaje intervienen sentimientos propios, actitudes y aptitudes, es importante fomentar una educación basada en el autoaprendizaje, tal como lo pensaba Rogers (1956) afirmando la importancia de que el estudiante asuma la responsabilidad de su educación y desarrolle capacidades de toma de decisiones y de la comprensión de sí mismo. Esto implica la habilidad de percepción que se sugiere aquí, lo cual tiene que ver con la observación y evaluación de sí mismo donde se adquirirá conciencia de los sucesos que al alumno le acontecen y que por tanto será el primer paso para el desarrollo de otras habilidades. Dentro de las cinco competencias emocionales básicas que propone Bisquerra (2009), como primer lugar establece la conciencia emocional, en donde se logra percibir las emociones, fortaleciendo la observación propia y de los demás, además de incentivar la empatía, influyendo a la mejor adaptación, a la mejor solución de problemas y al favorecimiento de los procesos de aprendizaje.

### **Estrategia pedagógica 2.**

La siguiente estrategia es propuesta considerando la importancia de que la educación comprenda hacia quien se está dirigiendo, es decir, donde el docente conozca la naturaleza de su alumnado, con lo cual se podrán establecer mejores técnicas de enseñanza, pero sobre todo a través de una relación interpersonal adecuada, aplicando las tres condiciones suficientes y necesarias para

generar cambios que propone Rogers : congruencia, positiva incondicional y empática, las cuáles, se mencionaron en el capítulo dos.

**Tabla 8. Estrategia pedagógica 2.**

<b>Taller de capacitación docente: La importancia de las emociones en la adolescencia</b>		
<p><b>Propósito:</b> capacitar a los docentes que laboran en la secundaria Elisa Acuña Rossetti sobre la importancia de las emociones en los adolescentes.</p>	<p><b>Justificación:</b> es importante que los docentes conozcan sobre la población hacia quienes están dirigiendo su enseñanza, y con ello mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje, el clima escolar y las relaciones interpersonales tanto entre docentes y estudiantes, resultando favorable para el contexto personal, familiar, social y de la comunidad involucrada.</p>	<p><b>Tiempo:</b> 15 días para la etapa de inicio, un día para la etapa de desarrollo y tres días para el cierre.</p>
		<p><b>Duración:</b> tres horas para la presentación teórica de la temática y los ejemplos de los ejercicios.</p>
		<p><b>Material:</b> Proyector, diapositivas y hojas con ejercicios del Grup de Recerca en Orientació Psicopedagógica que preside Rafael Bisquerra en Barcelona, que siguen una línea de trabajo de Educación Emocional obtenidas del libro: <i>Educación Emocional y Bienestar</i> (2000).</p>
<p><b>Inicio:</b> Organización del taller con base en la siguiente temática:</p> <p>1.Importancia de las emociones en el ser humano</p>		

1.1 ¿Qué son las emociones?

1.2 Tipos de emociones

2.La adolescencia

2.1 Características físicas, cognoscitivas y psicosociales del adolescente

2.2 Principales problemáticas que enfrentan los adolescentes

3.Ejercicios didácticos para que el adolescente aprenda a regular y conocer sus estados emocionales. Ejemplo:

### **Ejercicio 1. Experimento emociones**

**Objetivo:** Tomar conciencia de las emociones que se experimentan

**Materiales:** Hoja de trabajo “Experimento emociones”



1. ¿Recuerdas una emoción que hayas experimentado últimamente?
2. Describe brevemente la situación que ha originado la emoción.
3. ¿Cómo te has sentido?
4. ¿Has observado alguna reacción en tu cuerpo?
5. ¿Qué has hecho al experimentar esta emoción? ¿Cómo te has comportado?
6. ¿Cómo denominarías a esta emoción?

**Procedimiento:** El educador introduce el tema explicando que: con frecuencia experimentamos emociones de las cuales no acabamos de tener plena conciencia.



Se deja tiempo para que los alumnos rellenen la hoja, aproximadamente 10 minutos. Después se reúnen por parejas, en donde un alumno será A y el otro será B. Primero A explica a B la situación y la emoción que se ha generado. Después se intercambian los papeles.

**Orientación:** se trata de que el alumno tome conciencia de que experimentamos emociones a través del cuerpo (palpitaciones, respiración, tensión muscular, dolor de estómago, etc.); de que como consecuencia de las emociones nos comportamos de una manera determinada, y de que, si somos capaces de tomar conciencia de ello y de denominar a la emoción de forma apropiada, estamos en camino de conocernos mejor a nosotros mismos.

### **Ejercicio 2. ¿Racional o Emocional?**

**Objetivo:** Aprender a solucionar conflictos distinguiendo entre una aproximación racional y otra emocionalmente descontrolada.

**Materiales:** Hoja con letra de canciones populares, que implican reacciones impulsivas (“*I’m nothing without you*” Yo no soy nada sin ti; “*I never gonna a fall in love again*” Nunca me volveré a enamorar), así como otras que supongan reacciones más racionales (“*We shall overecme*” Juntos venceremos; “*Leti t be*” (Déjalo estar); También se necesita papel y lápiz.

#### **Procedimiento:**

- indicar el objetivo de la actividad
- distribuir las letras de las canciones seleccionadas
- escuchar la canción, si es posible, mientras se va leyendo la letra
- se invita a los alumnos a que escriban ejemplos de cada tipo de reacción
- discutir algunos ejemplos de los dos casos (emocional y racional)
- el alumnado se reúne por parejas. Cada uno aporta ejemplos de cada situación a partir de su propia experiencia

- se ponen en común los ejemplos más representativos

Se pueden formular algunas preguntas: ¿qué consideras que es más común, el enfoque racional o el emocional?, ¿qué consideras que es más efectivo?, ¿es una auténtica solución enfrentarse a un problema de forma emocionalmente descontrolada?, ¿qué es lo más difícil para enfrentarse a los problemas con inteligencia emocional?, ¿cuál es tu forma habitual de enfrentarte a los problemas? Si en tu caso lo habitual es una respuesta emocionalmente descontrolada, ¿cómo crees que serías capaz de cambiar?, ¿cuáles serían los beneficios que de ello podrían derivarse?

**Orientaciones:** La música es un medio motivador para los adolescentes que se intenta aprovechar en esta actividad, al tiempo que se trabajan los enfoques racionales y emocionales.

**Desarrollo:** Aplicación de taller

Para ello se deberán aprobar y acordar con las autoridades correspondientes la aplicación del taller, en caso de ser así, se deberá acordar el día y hora para su aplicación. Al término de éste, proponer se abra una convocatoria para que un docente ocupe el cargo de orientador educativo, con la intención de brindarle al alumno un acompañamiento adecuado y oportuno durante su formación, tomando en cuenta lo aprendido en el taller.

**Cierre:** Análisis de resultados

Después de haber presentado el taller, se deberán dejar pasar seis meses, con la intención de regresar y conocer a través de entrevistas y encuestas, si éste fue benéfico para el profesor dentro del desarrollo de su práctica educativa. Y conocer si se designó a un docente específico para encargarse del área de orientación en la secundaria Elisa Acuña Rossetti.

Las estrategias didácticas propuestas resultan con base en todo el estudio realizado en esta investigación, desde el planteamiento del problema, los objetivos, las preguntas, las bases teóricas, el análisis contextual de las problemáticas en los adolescentes, hasta la importancia del diagnóstico pedagógico, pero sobre todo del estudio de campo realizado. Cabe resaltar que la intención primordial es potenciar el bienestar de los alumnos de la secundaria a través de un acompañamiento certero y oportuno el cual solo podrá ser alcanzado con profesores conscientes de ello y preparados adecuadamente sobre bases pedagógicas encaminadas a una educación humanista, al tanto de las necesidades tanto individuales como sociales que enmarcan el contexto de la institución en cuestión.

## Conclusiones

Con este trabajo de tesis a lo largo de sus cuatro capítulos se comprendió que las emociones y el aprendizaje tienen una gran relación y que, por ello, es importante crear un vínculo entre ambos de manera consciente, perceptiva y regulada con la intención de que influyan positivamente en la formación del ser humano. Con este interés, y teniendo en cuenta la historicidad de la educación, que a lo largo del tiempo se ha centrado en la razón y ha descartado sus procesos sensitivos, perceptivos y afectivos; se propuso la práctica de la EE en la educación formal de los estudiantes. Esta educación corresponde a movimientos humanistas surgidos en el siglo XX, donde debido al contexto histórico que se vivía comenzó una reflexión sobre las necesidades del ser humano como individuo y sobre su entorno, en donde se le da mayor atención al aspecto emocional, replanteándose con ello, las ideas de la enseñanza tradicional.

El interés sobre la importancia de la EE se ve reflejado en las organizaciones más importantes del mundo, tal es el caso de la OMS con su programa “Habilidades para la vida” donde destaca la importancia de que el autoconocimiento, empatía, relaciones interpersonales y manejo de emociones estén presentes en la enseñanza de toda escuela. La Comisión Internacional sobre Educación para el siglo XXI que establece el autoconocimiento a través de uno de sus pilares educativos: aprender a ser. La UNESCO, que realizó una iniciativa para que 140 países implementen en sus sistemas educativos los programas de aprendizajes sociales y emocionales SEL para la prevención de violencia, adicciones y rendimiento escolar. También la OCDE realizó un estudio llamado “habilidades para el progreso social: el poder de las habilidades emocionales” donde expone la relevancia de que estas deben formar parte de la enseñanza en las escuelas. Es decir, la importancia en torno al manejo emocional, puede

concluirse en que es muy importante a nivel mundial para mantener el bienestar entre sus sociedades. Y es que este bienestar es ya implorado, porque en la actualidad nuestro mundo está viviendo situaciones complicadas que afectan a gran parte de la población, como el aumento de la violencia, de estrés, depresión ,apatía y no puedo dejar de mencionar esta gran situación inesperada: la pandemia por COVID-19, que ha afectado a mucha población en diversos aspectos, pero el que importa en esta investigación es el aumento de ansiedad, violencia y tolerancia a la frustración derivadas por el confinamiento que se tuvo que adaptar a causa de esta situación. Con esto, queda entendido que las diversas problemáticas que puedan existir en la vida a causa de diversa índole y que se ven mayormente afectadas con desequilibrio emocional, es uno de los retos que la EE tiene que hacer frente. Y es que la conducta que suele presentar un individuo es guiada por lo que siente, ya que las emociones son parte esencial en la vida humana ¿por qué son esenciales? porque no se puede prescindir de ellas, porque se haga lo que se haga no se pueden evitar, porque, aunque a veces se quieran ocultar, no es posible. Y esto es porque, como ya se explicó en el capítulo dos, una emoción es una reacción del organismo producida por un estímulo, es decir que se activa a partir de un acontecimiento que da lugar a una respuesta conformada por tres componentes: el neurofisiológico que provoca respuestas involuntarias como la taquicardia, el comportamental que da respuestas que pueden ser controladas como una conducta o expresión facial y el cognitivo donde se toma conciencia de lo experimentado; todo lo anterior en conjunto provoca una forma determinada de pensamiento y comportamiento, el cual puede ser entrenado o regulado para dar respuestas apropiadas y no impulsivas.

Esta investigación, al igual que las diversas organizaciones mundiales mencionadas al inicio, también está a favor de que la EE forme parte de los planes educativos de toda escuela. Y es que el estudio de forma científica sobre la importancia de las emociones en la vida humana ha

llegado hasta el ámbito educativo, lo que a su vez ha logrado comprender algunas problemáticas derivadas de los impactos emocionales. Estudiar esta parte humana, social y educativa del individuo es relevante porque comprender el cómo, por qué y cuándo el aprendizaje se puede facilitar o dificultar, es un aspecto que la pedagogía debe tener entendido, ya que cuando se tiene el propósito de aumentar el bienestar individual y social, no puede existir algún inconveniente para su práctica. Sobre todo, durante la adolescencia donde existe mayor sensibilidad a las emociones y a las motivaciones de otros individuos, por lo cual, es importante que reúnan dos formas de conocimiento: el emocional y el cognitivo, lo que les permitirá ser más efectivos dentro del contexto social. La investigación en este trabajo hacia a la población adolescente dejó en claro que su cerebro aún no madura por completo, como se creía hace años, sino que se encuentra en proceso de ello ya que se mantiene en un momento de cambio de las estructuras involucradas en las emociones, el juicio y el autocontrol, lo que da respuesta a, ¿por qué en esa edad son más propensos a experimentar situaciones de riesgo y a presentar desequilibrios emocionales?; en cuanto al aspecto educativo, los adolescentes se encuentran en un nivel académico de formación, orientación y de expansión de habilidades diversas, que les permitirán continuar con sus estudios, hacerse responsables de sus acciones y de mantener una interacción social positiva, con lo cual en este aspecto, la EE les brindará herramientas necesarias para lograr estos objetivos.

En este trabajo a través de la investigación de campo, se realizó un estudio cuya finalidad fue conocer el índice de percepción emocional en un grupo de adolescentes que se encuentran cursando la educación secundaria, lo cual indicaría las destrezas con las que se puede ser consciente de sus propias emociones, así como su capacidad para regularlas.

La muestra correspondió a 101 alumnos de la escuela secundaria “Elisa Acuña Rossetti” del municipio de Tizayuca, Hidalgo que equivale al 22.49 % de la población estudiantil de la institución, ya que la matrícula total consta de 449 alumnos, las edades de dichos estudiantes rondaron entre los 12 y 15 años, siendo la media los 13 años de edad. Los resultados cuantitativos obtenidos con la escala de autoinforme TMMS-24 junto con la investigación documental tuvieron el propósito de dar respuesta a las preguntas de investigación planteadas inicialmente, lo que en conjunto darían un aporte al estado del conocimiento en el campo pedagógico sobre la importancia de la práctica de la EE en el desarrollo humano, ya que este tipo de educación brinda herramientas necesarias en una época de dificultades sociales que tienen que ver con el manejo emocional.

Con los resultados presentados anteriormente en el capítulo cuatro, se observó que de las tres variables estudiadas: *Atención emocional*, *Claridad de sentimientos* y *Reparación emocional*, dos de ellas (*Claridad de sentimientos* y *Reparación emocional*) presentaron porcentajes mayores en la valoración “Adecuada”, a excepción de la variable *Atención emocional* que presenta una valoración “Debe mejorar” mayor (51.48%). Sabemos de acuerdo a la información expuesta en el capítulo anterior, que las puntuaciones altas en *Claridad* y *Reparación* son recomendables, más no así, para la *Atención*, debido a que si no se mantiene en valores equilibrados puede llevar a pensamientos rumiativos que desencadenan situaciones de estrés o depresión, existen estudios que afirman que el patrón característico de personas con mejores niveles de adaptación han sido aquellas con puntuaciones moderadas en *Atención emocional* y altas en *Claridad* y *Reparación*. En resumen, en el estudio de campo realizado para esta investigación, cuyo objetivo fue medir la percepción emocional de 101 alumnos adolescentes mediante el análisis de su atención, claridad y reparación, se observó que menos del

50%, mantienen niveles adecuados; se consideran pocos, ya que representan menos de la mitad. Esto nos da la pauta para considerar como acertada la hipótesis de investigación planteada al inicio:

Son pocos los alumnos adolescentes de secundaria que son capaces de identificar, nombrar y regular sus estados emocionales, por tanto, es trascendental que reciban EE, para promover su percepción y autoconocimiento y con ello procurar su bienestar.

De manera que, se manifiesta como necesario que los alumnos reciban EE, ya que esta favorecerá la percepción de sus propios estados emocionales; con el fin de mejorar su aprendizaje, las relaciones interpersonales, solución de problemas, mejorar su rendimiento escolar, incentivar la empatía, generar mejores climas dentro del entorno escolar y en general aumentar su bienestar. Si se recuerda lo expuesto en los capítulos anteriores, la percepción, de acuerdo con Carl Rogers y Rafael Bisquerra, es el primer paso para desarrollar otras habilidades emocionales, porque implica estar atento, acerca a la realidad, ayuda reconocer lo que se desea tratar, a tomar decisiones de manera consiente y a reconocer los propios sentimientos y de quienes te rodean, de ahí la importancia de esta capacidad dentro de la investigación.

Dicho lo anterior, se reconoce el interés que la propuesta curricular del 2017 implementó hacia el aspecto del desarrollo personal y social en la educación de los alumnos, a través de la inclusión de la Educación Socioemocional a los currículos escolares, así como del seguimiento que se le pretende dar con la NEM del actual gobierno. Sin embargo, hay que dejar sobre la mesa que aún falta un largo camino por recorrer, pues es necesario consolidar esta práctica educativa, si bien se encuentra ya en los planes educativos, no se le ha dado la atención necesaria, se requiere un plan más consolidado que contemple la capacitación docente, donde se tenga en claro que los alumnos antes que nada son seres humanos multifactoriales, compuestos de



emociones, sensaciones, conciencia, cuerpo y mente. Esto ayudará a entender y atender diversas eventualidades que se puedan presentar en el contexto escolar como: conductas inadecuadas, bajo rendimiento académico, violencia, atención, indisciplina, estrés, pero sobre todo para crear climas de entorno adecuados para la enseñanza. Entender esos aspectos provoca una relación más estrecha, un ir y venir donde el maestro será capaz de entender y tratar ciertas problemáticas y el alumno al conocerse a sí mismo será capaz de autorregularse, se sentirá comprendido y el aprendizaje se convertirá en un proceso donde se puedan alcanzar con mayor facilidad las metas propuestas, mediante una mejor convivencia y respeto, tal como lo concibe Rogers, es decir, a través de prácticas educativas más humanas, empáticas y motivadoras; esto puede verse como una utopía, sin embargo ese es el fin de la tarea pedagógica, encontrar las estrategias ideales para proporcionar en las sociedades una educación más eficiente, una que sea formadora en los diferentes ámbitos del ser. Por tanto, la EE tiene el trabajo de brindar en los alumnos las habilidades necesarias que les permita tomar conciencia de sus emociones, ser empáticos, respetuosos, reflexivos de su entorno, convivir en armonía y ser resilientes; todas estas habilidades en conjunto forman la Inteligencia Emocional que junto con la inteligencia cognitiva ayudarán a los alumnos a tener una formación integral y una mejor calidad de vida presente y futura. Para ello se hace necesario realizar esfuerzos para fomentar y vigilar la Atención, Claridad y Regulación de los estados afectivos de los estudiantes, sobre todo en los adolescentes que se encuentran en una etapa de mayor vulnerabilidad y que por lo tanto les resultará una forma de protección y prevención con objeto de procurar su bienestar en los diferentes aspectos de su vida y de quien los rodea. Y repensar ¿Cómo están siendo educados nuestros jóvenes?, ¿basta con educarlos solamente en el parte científico intelectual?

Haber realizado esta investigación y todo lo que conlleva, fue un trabajo de gran esfuerzo y compromiso, no solo conmigo sino con mi universidad y hacia los estudios de pedagogía que en ella realicé. El trabajo de campo que se convirtió en un diagnóstico pedagógico, a través de la recolección de datos con el instrumento TMMS-24, tuvo el propósito primordial de conocer de una forma más cercana a los estudiantes, al mostrar una realidad y así encontrar estrategias pertinentes a situaciones que puedan presentarse en el proceso educativo. Cabe destacar, que, debido al poco tiempo permitido por parte de la institución para la evaluación de los estudiantes, solo se pudo indagar en la parte de su percepción emocional, sin embargo, sería conveniente que, para futuras investigaciones, se conozca el contexto socioeconómico, familiar y cultural del alumno, ya que estos factores de entorno tienen que ver con limitantes y frustraciones que pueden influir a situaciones de complicaciones en el manejo emocional y su desempeño académico. Mientras tanto, es importante comprender que los retos que tiene el sistema educativo son complicados y educar las emociones puede resultar más complejo que educar en el ámbito cognitivo, pero, se puede comenzar con agudizar la percepción de lo que sucede en el entorno. Considero, que es una responsabilidad muy grande la formación de los estudiantes como individuos, por tanto, conocer ¿cómo están?, ¿qué sienten y qué requieren? son acciones que como interesada en la educación humanista, necesitan mantenerse siempre a primera vista; mi opinión no es solo como profesional en formación, sino también como una persona que forma parte de un contexto cultural hambriento de sociedades mejor adaptadas, resilientes, empáticas y más fuertes emocionalmente, lo que permitirá el mejor afrontamiento a los retos de la vida.

## Referencias

- Alonso, L. y Escorcía, I. (2003). El ser humano como una totalidad. *Revista de Salud Uninorte*, No. 17, pp. 3-8. Barranquilla, Colombia. Recuperado de:  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81701701>
- Anaya, R. (2017). Inclusión de la educación socioemocional desde la perspectiva psicológica en los planes y programas de estudio. Reporte de investigación teórica. FES Iztacala, México/UNAM. Recuperado de: [www. tesis.unam.mx](http://www.tesis.unam.mx)
- Arana, S. (2014). Autocontrol y su relación con la autoestima adolescente. Tesis para Lic. en Psicología clínica. Universidad Rafael Landívar/Guatemala. Recuperado de [www.biblio3.url.edu.gt](http://www.biblio3.url.edu.gt)
- Arriaga, M. (2015). El diagnóstico educativo una importante herramienta para elevar la calidad de la educación en manos de los docentes. *Atenas* 3(31). Universidad de Matanzas Camilo Cienfuegos/Cuba. p. 63-74. Recuperado de: [www.redalyc.org](http://www.redalyc.org)
- Badillo, I. (2011). Los modelos educativos en México desde la creación de la SEP hasta la formación de competencias. La definición del sujeto a partir del modelo educativo. Tesis de pregrado UPN/México.
- Benítez-Hernández y Victorino Ramírez (2019). Las habilidades socioemocionales en la escuela secundaria mexicana: retos e incertidumbres. *Revista Electrónica en Educación y Pedagogía*, vol.3. Universidad Cesmag. Recuperado de:  
<https://www.redalyc.org/jatsRepo/5739/573962080013/index.html>
- Bisquerra, R. (2000). *Educación Emocional y Bienestar*. (6ª ed.). España/Wolters Kluwer.  
Recuperado de:  
[https://www.academia.edu/37964934/Educaci%C3%B3n\\_emocional\\_y\\_bienestar\\_Mono](https://www.academia.edu/37964934/Educaci%C3%B3n_emocional_y_bienestar_Mono)

graf%C3%ADas\_Escuela\_Espa%C3%B1ola\_Educaci%C3%B3n\_al\_d%C3%ADa\_Spanish\_Edition

- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*. Vol. 21, No.1 Págs. 7-43
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: síntesis
- Bisquerra, R. (2011) (coord.). Educación emocional. Propuesta para educadores y familias, Bilbao/Descleé de Brouwer. Recuperado de: <https://books.google.com.mx/>
- Bisquerra, R. (2016). 10 ideas Clave. Educación emocional. Barcelona/GRAÓ. Recuperado de: <https://books.google.com.mx/>
- Bisquerra, R. (s/f). Justificación de la Educación emocional. España: Grup de Recerca en Orientación psicopedagógica. Recuperado de: [www.rafaelbisquerra.com](http://www.rafaelbisquerra.com)
- Bustamante, H. (2011) (comp.) Pedagogía contemporánea en el siglo XX-I. Introducción. Antología SUAyED, Facultad de Filosofía y Letras/UNAM
- Caicedo, D. (2017). Estrategias de intervención desde el trabajo social frente al cutting (autolaceraciones) en el nivel básico de la unidad educativa Luis A. Martínez del Canton Ambato provincia de Tungurahua. Proyecto de graduación. Universidad Técnica de Ambato: Ecuador. Recuperado de: <http://repo.uta.edu.ec/bitstream/123456789/25685/1/FJCS-TS-212.pdf>
- Cardona, M., Chiner, E. y Lattur, A. (2011). *Diagnostico psicopedagógico*. Editorial Club Universitario. Recuperado de: <https://academia.edu/26064559>
- Casassus, J. (2007). *La educación del ser emocional*. Santiago de Chile: Cuarto Propio. Recuperado de: <https://books.google.com.mx/>

- Casanova E. (1989). El proceso educativo según Carl R. Rogers: La igualdad y la formación de la persona. Revista interuniversitaria de formación del profesorado. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo.pdf>
- Center for Disease Control and Prevention, CDC (2017). Youth Risk Behavior Surveillance System. [Consultado el 23/04/19]. Recuperado de: <https://www.cdc.gov/healthyyouth/data>
- Clouder, Pedersen, Cefai, Madrazo, Boland, Antognazza, y Fernández-Berrocal P. (2015). Análisis Internacional sobre educación emocional y social. Fundación Botín: España. Recuperado de: <https://www.fundacionbotin.org/educacion-contenidos/educacion-emocional-y-social-analisis-internacional.html>
- Comisión Nacional de los Derechos Humanos CNDH (2017). Informe especial: Adolescentes, vulnerabilidad y violencia. [Consultado el 24/04/19]. Recuperado de: [http://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/Informes/Especiales/Informe\\_adolescentes\\_20170118.pdf](http://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/Informes/Especiales/Informe_adolescentes_20170118.pdf)
- Criterio Hidalgo (2019). Escuela secundaria de Tizayuca. Recuperado de: <https://criteriohidalgo.com/noticias/detectan-red-de-distribucion-de-droga-en-escuela-de-tizayuca>
- Delors, J. et al. (1996). La Educación encierra un tesoro. Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el siglo XXI. Madrid: Santillana/Unesco
- Diekstra, R. y Gravesteyn, C. (2008). Evaluación de los programas escolares universales de la educación emocional y social. Una revisión de la literatura meta-analítica. Fundación Botín: España. Recuperado de: [https://www.fundacionbotin.org/89dguuytdfr276ed\\_uploads/EDUCACION/ANALISIS%20INTERNACIONAL/2008/evaluacion2008.pdf](https://www.fundacionbotin.org/89dguuytdfr276ed_uploads/EDUCACION/ANALISIS%20INTERNACIONAL/2008/evaluacion2008.pdf)

- Ducoing, P. y Barrón, C. (2017). La escuela secundaria hoy. Problemas y retos. Revista Mexicana de Investigación Educativa, 22 (72), pp. 9-30. Recuperado de:  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=14048873002>
- Ducoing, P. (2017). Introducción a toda la obra. En Ducoing, P. (coord.), La educación secundaria en el mundo: el mundo de la educación secundaria (México y Perú), pp.17-45 y 177-251. México: iisue/UNAM.
- Etienne G. et al. (2003) Informe Mundial sobre la violencia y la salud, OMS. Recuperado de:  
[https://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/violence/world\\_report/es/](https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/es/)
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2005). Inteligencia emocional percibida y diferencias individuales en el meta-conocimiento de los estados emocionales: una revisión de los estudios con el TMMS. Revista ansiedad y estrés/Universidad de Málaga. Recuperado de:  
<http://www.researchgate.net>
- Fragar, R. y Fadiman, J. (2001). Carl Rogers y la perspectiva centrada en la persona. En: Teorías de la personalidad. 2ª Ed. México/Alfaomega.
- García Nieto, N. (2007). Marco de Referencia actual para el Diagnostico Pedagógico. Tendencias pedagógicas (12), p. 83-110. Recuperado de:  
<https://repositorio.uam.es/bistream/handle/10486/4715>
- García-Retana, J. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. Revista Educación, vol.36, num.1, pp.1-24. San Pedro/Costa Rica. Recuperado de:  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44023984007>
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D. (2012). *Inteligencia emocional*. (10ª ed.). Barcelona: Kairós. Recuperado de:  
<https://books.google.com.mx/books?id=x8cTlu1rmA4C&>

- Goleman, D. (2018, noviembre 5). Los beneficios de la Inteligencia Emocional para nuestros hijos [video]. En Aprendamos juntos. Recuperado de:  
<https://www.yuotube.com/chanel/ucl6Q>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). Metodología de la Investigación (6ª ed.). México/McGraw-Hill
- Hospital de las emociones. Recuperado de: <https://www.cdmx.gob.mx/vive-cdmx/post/hospital-de-las-emociones>
- Instituto Latinoamericano de Comunicación Educativa [ILCE] (2017,6 de noviembre). EDULAB. La Educación Socioemocional en el Nuevo Modelo Educativo. [video]. En ilcetv. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=2lkjZbwV27I>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía, INEGI (2017). Encuesta Nacional de los Hogares. Salud mental. [Consultado el 24/04/19] Recuperado de: [www.inegi.org.mx/temas/salud](http://www.inegi.org.mx/temas/salud)
- Marí, R. (2007). Propuesta de un modelo de diagnóstico en Educación. Universidad de Valencia/España. p. 611-623. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo>
- Mar Velasco, P. (2018). La Educación emocional en la secundaria. Una mirada crítica al currículo”. En: Patricia Ducoing, (coord.) IISUE/ UNAM. Recuperado de:  
<http://www.iisue.unam.mx/libros/?dd-product=educacion-basica-y-reforma-educativa>
- Montoya, I. y Muñoz, I. (2009). Habilidades para la vida. Revista de formación del profesorado No. 4, pp.1-5. Recuperado de: [www.cefire.edu.gva.es/pdf](http://www.cefire.edu.gva.es/pdf)
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos [OCDE] (2016). El poder de las habilidades sociales y emocionales. Publicaciones: OCDE Recuperado de:  
[https://read.oecd-ilibrary.org/education/habilidades-para-el-progreso-social\\_9789264253292](https://read.oecd-ilibrary.org/education/habilidades-para-el-progreso-social_9789264253292)

Organización Mundial de la Salud [OMS] (2004). Prevención de los Trastornos Mentales.

Intervenciones efectivas y opciones de políticas. Recuperado de:

[http://www.who.int/mental\\_health/evidence/Prevention\\_of\\_mental\\_disorders\\_spanish\\_version.pdf](http://www.who.int/mental_health/evidence/Prevention_of_mental_disorders_spanish_version.pdf)

Organización Mundial de la Salud [OMS] (2018). Adolescentes: riesgos para la salud y

soluciones. Datos y cifras. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>

Organización Mundial de la Salud [OMS] (2019). Salud mental del adolescente. Recuperado de:

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

Ortega, L. (2017). La educación secundaria en México. En Ducoing, P. (coord.), La educación secundaria en el mundo: el mundo de la educación secundaria (México y Perú), pp.17-45 y 177-251. México: iisue/UNAM

Papalia, D., Feldman, R. y Martorell, G. (2012). *Desarrollo humano*. (12ª. ed.). México:

McGrawHill. Recuperado de: <https://www.academia.edu/20423118/Desarrollo-humano-Papalia-12a>

Pérez-González, J. (2008). Propuesta para la evaluación de programas de educación

socioemocional. Revista electrónica de Investigación Psicoeducativa No. 15 vol. 6, pp.523-546. UNED/Madrid.

Recuperado de [www.investigaciónpsicopedagogica.org](http://www.investigaciónpsicopedagogica.org)

Pérez-González, J. y Pena, M. (2011). Construyendo la ciencia de la educación emocional.

UNED/pdf. Recuperado de: [www.portal.uned.es](http://www.portal.uned.es)

Programa Nacional de Convivencia Escolar [PNCE] (2016). SEP/PNCE. Documento base.

Recuperado de:

[https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/195743/DB\\_PNCE\\_260217.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/195743/DB_PNCE_260217.pdf)



- Real Academia Española [RAE] (2019). Diccionario de la lengua española. Recuperado de:  
<https://dle.rae.es/problema>
- Rogers, C. (1956). *El proceso de convertirse en persona*. Barcelona/Paidós.
- Rogers, C. (1978). *Terapia, personalidad y relaciones interpersonales*. Trad. Carmona, A. y Castillo, O. Buenos Aires: Nueva visión. p.7-61, 81-111.
- Rogers, C. y Freiberg J. (1996). *Libertad y Creatividad en la educación*. 3ª Ed. Barcelona/Paidós.
- Salcedo, H. (2011). Los objetivos y su importancia para el proceso de enseñanza-aprendizaje. *Revista de Pedagogía*, XXXII (91), pp. 113-130, Universidad central de Caracas/Venezuela. Recuperado de:  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=65926549007>
- Sánchez-Carranza, R. y Sandoval-Forero, E. (2016). El orientador de secundaria ante los conflictos y la violencia escolar, *Ra Ximahi*, 12 (3) p. 47-55. Recuperado de:  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=46146811003>
- Secretaría de Educación Pública [SEP] (2017). *Aprendizajes Clave para la Educación Integral*. Plan y Programas de estudio para la educación básica. México: SEP
- Televisión Educativa (2018). *Educación Socioemocional* [video]. Recuperado de:  
<https://www.youtube.com/watch?v=D4qqI0h6Kv4>
- Triglia, A. (s/f). *Sistema Límbico: La parte emocional del cerebro*. *Psicología y Mente*. Recuperado de: <https://psicologiymente.com/neurociencias/sistema-limbico-cerebro>
- Vivas, M. (2002). *La educación emocional: conceptos fundamentales*. Universidad de los Andes, Venezuela. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/html/410/41040202/>

## Anexo 1

### TMMS-24.

#### INSTRUCCIONES:

A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase e indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas.

No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

1	2	3	4	5
Nada de Acuerdo	Algo de Acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de Acuerdo	Totalmente de acuerdo

1.	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11.	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20.	Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

## Anexo 2

## Rango de puntuaciones destinadas para la valoración de la escala TMMS-24

Dimensión (variables)	Puntuaciones					
	Hombres			Mujeres		
Atención Emocional	<b>&lt; 21</b>	<b>22-32</b>	<b>&gt; 33</b>	<b>&lt; 24</b>	<b>25-35</b>	<b>&gt;36</b>
	Debe mejorar: presta poca atención	Adecuada atención	Debe mejorar: presta demasiada atención	Debe mejorar: presta poca atención	Adecuada atención	Debe mejorar: presta demasiada atención
Claridad de sentimientos	<b>&lt; 25</b>	<b>26-35</b>	<b>&gt; 36</b>	<b>&lt; 23</b>	<b>24-34</b>	<b>&gt; 35</b>
	Debe mejorar su claridad	Adecuada claridad	Excelente claridad	Debe mejorar su claridad	Adecuada claridad	Excelente claridad
Reparación Emocional	<b>&lt; 23</b>	<b>24-35</b>	<b>&gt; 36</b>	<b>&lt; 23</b>	<b>24-34</b>	<b>&gt; 35</b>
	Debe mejorar su reparación	Adecuada reparación	Excelente reparación	Debe mejorar su reparación	Adecuada reparación	Excelente reparación