



GOBIERNO DEL
ESTADO DE MÉXICO

EDOMÉX
DECISIONES FIRMES, RESULTADOS FUERTES.

“2020. Año de Laura Méndez de Cuenca; emblema de la mujer Mexiquense”.

ESCUELA NORMAL DE COATEPEC HARINAS



T E S I S

TÍTULO:

**“EDUCACIÓN EMOCIONAL; IMPORTANCIA E INFLUENCIA
EN EL PROCESO DE APRENDIZAJE”.**

QUE PARA SUSTENTAR EXAMEN PROFESIONAL

Y OBTENER EL TÍTULO DE

LICENCIADA EN EDUCACIÓN PRIMARIA

PRESENTA

SONIA GONZÁLEZ ESTRADA

COATEPEC HARINAS, MÉXICO.

JULIO DE 2020.

**“EDUCACIÓN EMOCIONAL;
IMPORTANCIA E INFLUENCIA EN EL
PROCESO DE APRENDIZAJE”.**

*"Educar la mente sin educar el corazón, no es
educación en absoluto".*

Aristóteles

DEDICATORIAS

Esta tesis la dedico con todo mi amor, a los seres más maravillosos que me han acompañado a lo largo de mi vida y trayecto formativo, ellos son:

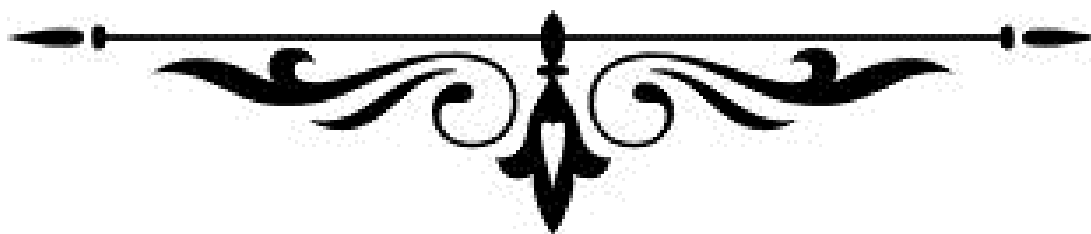
- El alfarero que me moldeó a su manera; Dios, por haberme dado la vida, voluntad y la oportunidad de estudiar. Porque el arte de vivir que me brindó me permitió cambiar las hojas, sin perder las raíces.
- A mis papás, María Petra Estrada Rogel y Cándido González Estrada. A ustedes les debo la mayor parte de lo que soy, gracias por estar siempre a mi lado cuando más los necesito, por mostrarme en cada momento su apoyo incondicional y el interés para que estudie y me desarrolle completamente en todos los aspectos de mi vida, son para mí la base fundamental, mi inspiración, motor de vida y mi ejemplo a seguir, me han guiado, levantado y sostenido sin el camino importar y anteponiéndome a sus compromisos personales.
- A mis hermanos, por ser mis guías ejemplares, gracias por su apoyo y sacrificio, por mostrarme que todo lo que me proponga lo puedo lograr, que el camino hacia el éxito es el esfuerzo, disciplina, dedicación, constancia y persistencia, sin importar el tiempo y el espacio.
- A Randy, gracias por estar presente no solo en esta etapa tan importante de mi vida, sino en todo momento ofreciéndome lo mejor de ti. Gracias por elegir trascender en el mundo de los que amo, gracias por ser quien me conecta con la realidad cuando lo necesito y también por estar presente para compartir lo hermoso que es vivir.

De tal forma que ahora puedo decirles: no se siembra algo en vano, el presente testimonio, es fruto del árbol que con mucho amor ustedes cultivaron. Hoy he recibido su más valiosa herencia, mi profesión, por ustedes la obtuve y a ustedes se las dedico. Aquí está el esfuerzo de mis papás y hermanos convertido en realidad, hoy por fin puedo decirles:

HE CUMPLIDO.

AGRADECIMIENTOS

- Le agradezco a Dios porque su amor y bondad no tienen fin, me permite sonreír ante todos mis logros que son resultado de su ayuda, para culminar una etapa más de mi formación profesional.
- A la Dra. Angelita Juárez Martínez, mi asesora y guía de tesis. Con su ejemplo me enseñó que tengo que hacer todo con dedicación, cuidado y esmero, que la responsabilidad y puntualidad en el trabajo son muy importantes, que la vida tiene dificultades, pero yo cualidades. Maestra es una gran amiga y sobre todo una excelente y ejemplar docente, gracias por su confianza, compartir sus conocimientos, el tiempo dedicado a mi formación profesional, así como al apoyo brindado en la elaboración y revisión de este trabajo de investigación, fue un placer trabajar bajo su supervisión.
- A todos los maestros de la ENCH que estuvieron presentes a lo largo de la maya curricular de la Licenciatura en Educación Primaria, de la generación 2016-2020, agradezco a ustedes porque fueron los formadores, personas de gran sabiduría y con el arduo trabajo de transmitirme sus diversos conocimientos, muchas gracias Maestros.
- Al Mtro. Miguel Ángel Vázquez Díaz, por la grata experiencia vivida durante este último escalón de preparación, al permitirme realizar las prácticas de adjuntía, por confiar y apoyarme en situaciones académicas, por compartir sus conocimientos, anécdotas y metas.
- A todos los alumnos del quinto grado, grupo “B” de la Escuela Primaria “Lic. Benito Juárez”; estudiantes con los que viví las mejores experiencias para moldear la magnífica profesión de ser maestra y por darme la oportunidad de realizar este trabajo de investigación.



ÍNDICE

Resumen.....	9
Introducción.....	10

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Planteamiento del problema.....	16
1.2 Justificación o fundamentación.....	21
1.3 Estado del arte.....	27
1.4 Objetivos.....	32
1.5 Pregunta de investigación.....	33
1.6 Supuestos.....	33

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 La Educación Emocional.....	35
2.1.1 El concepto de Educación Emocional.....	35
2.1.2 De la Inteligencia Emocional a la Educación Emocional.....	38
2.1.3 La Educación Emocional desde la pedagogía.....	42
2.1.4 Competencias Emocionales.....	45
2.1.5 Objetivos de la Educación Emocional.....	54
2.2 El cerebro emocional.....	55
2.2.1 Anatomía de las emociones.....	56
2.2.2 Emociones vs Sentimientos.....	62
2.2.3 Las emociones “básicas” o principales.....	64
2.2.4 ¿Para qué sirven las emociones?.....	66
2.2.5 Las claves de la Educación Emocional.....	68
2.3 El proceso de aprendizaje en la Educación Emocional.....	69
2.3.1 Cognición, emoción y aprendizaje.....	70

2.3.2 El aprendizaje en la Educación Emocional.....	72
2.3.3 El rol del maestro en la Educación Emocional de los alumnos.....	74
2.3.4 El papel de las instituciones educativas en la Educación Emocional.....	77

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1 Tipo de Investigación.....	80
3.1.1 Método.....	82
3.2 Selección del universo.....	87
3.2.1 Población.....	89
3.3 Muestra.....	90
3.3.1 Técnicas e instrumentos.....	91
3.3.1.1 Cuestionario.....	92
3.3.1.2 Entrevista.....	94
3.3.1.3 Observación participante (Diario de campo).....	96
3.4 Procesamiento de la información.....	98

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE INFORMACIÓN

4.1 Descripción, análisis e interpretación de información.....	103
4.1.1 Alumnos.....	105
4.1.1.1 Descripción de resultados de los cuestionarios.....	105
4.1.1.2 Análisis e interpretación de los resultados de los cuestionarios.....	107
4.1.1.3 Descripción gráfica de los resultados de los cuestionarios.....	114
4.1.2 Padres de familia.....	116
4.1.2.1 Descripción de resultados de los cuestionarios.....	116
4.1.2.2 Análisis e interpretación de los resultados de los cuestionarios.....	126
4.1.3 Docentes.....	139

4.1.3.1 Descripción de los resultados de las entrevistas.....	139
4.1.3.2 Análisis e interpretación de los resultados de las entrevistas....	145
4.1.4 Diario de campo.....	158
4.1.4.1 Descripción del diario de campo.....	158
4.1.4.2 Análisis e interpretación del diario de campo.....	160
4.1.5 Discusión y triangulación de las categorías.....	164

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones.....	175
5.2 Recomendaciones.....	181
5.3 Futuras líneas de investigación.....	186

Referencias bibliográficas.....	188
---------------------------------	-----

Anexos

ÍNDICE DE GRÁFICAS

Gráfica 1. ¿Me conozco a mí mismo, se lo que pienso, lo que siento y lo que hago?.....	114
Gráfica 2. ¿Identifico los puntos de vista de mis compañeros con los que tengo conflictos poniéndome en su lugar?	114
Gráfica 3. ¿Uso el diálogo interno para controlar estados emocionales?.....	114
Gráfica 4. ¿Expreso mi ira, asco, miedo, alegría, tristeza y sorpresa?.....	115
Gráfica 5. Utilizo mecanismos para manejar mi rabia. (Ideas para tranquilizarme: respiro profundo, alejarme de la situación o contar hasta diez).....	115
Gráfica 6. ¿Identifico mis cambios de humor y el de los demás?.....	115
Gráfica 7. Reconozco cómo se sienten otras personas cuando son agredidas o se vulneran sus derechos y contribuyo a aliviar su malestar (Competencias emocionales).....	115
Gráfica 8. ¿Influye mi estado emocional para aprender?.....	116
Gráfica 9. Al recibir una llamada de atención de mi maestro y hacerme sentir mal, ¿ya no aprendo?.....	116
Gráfica 10. Al recibir una llamada de atención de mis papás, ¿ya no voy a la escuela con el mismo entusiasmo?.....	116

RESUMEN

La educación emocional es una parte esencial de la educación de cualquier persona y en especial, de los niños. Para conseguir ser emocionalmente competentes se requiere práctica continua de las competencias emocionales, por lo que este tipo de aprendizaje tiene que iniciarse en los primeros años de vida y estar presente durante toda ella. La investigación tuvo como objetivo analizar la importancia e influencia de la educación emocional, para conocer la relación en el proceso de aprendizaje de los alumnos del quinto grado, grupo "B", de la Escuela Primaria "Lic. Benito Juárez", de la comunidad de Porfirio Díaz, Villa Guerrero, Estado de México. Los referentes teóricos, metodológicos y técnicos, fueron necesarios para dar cumplimiento a los objetivos específicos que dieron direccionalidad a este proceso de investigación, aplicando e interviniendo en ellos los alumnos, docentes y padres de familia.

Se fundamenta en temáticas como: La educación emocional, el cerebro emocional y el proceso de aprendizaje en la educación emocional; consultando autores como Bisquerra (2011), Damasio (2009), Goleman (1996), Mayer y Salovey (1990), Gardner (1995), además de, Aprendizajes Clave (2017), Ley Orgánica de Educación (2006), entre otros. La metodología es de enfoque cualitativo y bajo el método etnográfico, aplicando técnicas e instrumentos como lo fueron la entrevista, cuestionario y la observación participante, mediante el diario de campo, para recuperar información que da cuenta de la importancia e influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje de los alumnos. La aplicación de los instrumentos dio como resultado que la educación emocional es importante e influye sustancialmente en que las emociones tienen gran impacto en el proceso de aprendizaje, porque son un elemento primario, fundamental y sustantivo en dicho proceso que permite el desarrollo integral del alumno, además se concluye en que es un proceso educativo, continuo y permanente de ciclo vital.

INTRODUCCIÓN

Las emociones son fundamentales al momento de explicar o interpretar el comportamiento humano pero son muy difíciles de definir, por ello, autores como Condemarín, García, et. al. (2011) en el libro titulado “Con amor se enseña mejor. Propuesta para docentes de hoy” mencionan que existen algunos autores que piensan que las emociones son respuestas corporales desarrolladas a lo largo de la evolución para sobrevivir y adaptarse; otros opinan que son estados mentales, resultado de respuestas corporales, que se hacen conscientes en el cerebro, de ahí que, las emociones según Gregory, citado en Bericat (2012) “no son una determinada substancia, sino una pauta relacional que vincula al yo con su entorno, fundamentalmente con los otros, esto es, con su mundo social” (p. 151). Desde estas perspectivas, las emociones corresponden a sentimientos o estados afectivos experimentados o producidos internamente y que mueven a la acción.

En el ser humano la experiencia de una emoción generalmente involucra un conjunto de cogniciones, actitudes y creencias sobre el mundo, que se utilizan para valorar una situación concreta y, por tanto, influyen en el modo en el que se percibe dicha situación. Las emociones, al ser estados afectivos, indican estados internos personales, motivaciones, deseos, necesidades e incluso objetivos. Cada individuo experimenta una emoción de forma particular, dependiendo de sus experiencias o aprendizajes anteriores, de su carácter y de la situación concreta. Así, algunos autores como Smirnov, Leontiev (1960) argumentan que “las emociones influyen grandemente para regular la actividad y la conducta del sujeto y que solamente aquellos fines hacia los cuales el sujeto tiene una actitud emocional positiva, pueden motivar una actividad creadora” (p. 356).

Actualmente han cobrado relevancia otras teorías que hacen notar la importancia de las emociones en el desarrollo cognitivo y psicosocial (Mayer y

Salovey 1990, Gardner 1995, Goleman 1996; Bisquerra 2000). Sin embargo, Ibáñez (2002) manifiesta que en el ámbito educacional las emociones de los estudiantes no han sido parte de los factores a considerar para el diseño de estrategias metodológicas y evaluativas; por el contrario, la cultura escolar desvaloriza “lo emocional” por considerarlo opuesto a “lo racional”.

Las emociones de los estudiantes son un factor que a menudo pasa desapercibido en el proceso de aprendizaje para la comunidad escolar, sin embargo, para instituciones como la Organización Mundial de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), son un elemento cuyas funciones son esenciales para dos de los cuatro pilares de Delors (1996), o retos, de la educación del presente y futuro.

Además la Ley Orgánica de Educación (2006) menciona uno de los principios educativos en donde se reseña “la educación para la prevención de conflictos y para la resolución pacífica de los mismos, así como la no violencia en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social” (p. 15), al mismo tiempo que precisa las siguientes finalidades vinculadas a la educación de las emociones, “el pleno desarrollo de la personalidad y las capacidades afectivas. El desarrollo de la capacidad para regular su propio aprendizaje, confianza en sus aptitudes y conocimientos y desarrollo de la creatividad, la iniciativa personal y el espíritu emprendedor” (p.15). Las emociones y en el aprendizaje son parte esencial en la formación de la identidad, pero no sólo en ésta, sino en el desarrollo de cada uno para saber actuar ante la sociedad.

Ibáñez (2002) enfatiza que si las emociones de los alumnos definen el espacio de acciones posibles de realizar, entonces las emociones constituyen el aspecto de mayor relevancia para facilitar los aprendizajes en educación, las emociones positivas permitirán la realización de acciones favorables para el aprendizaje, mientras que las emociones negativas no lo permitirán. En el caso de la interacción entre alumnos en el aula, las emociones que fundan las

acciones de los estudiantes serían determinantes para el curso que sigue su aprendizaje, al favorecer o limitar acciones de una cierta clase según sea la emoción que las sustente. De ahí la importancia de las emociones en el ámbito educativo que Cappi (2009) plantea como necesarias para “una educación integral de la persona, (...) que se ocupe de capacitar para la vida con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social y no apuntar únicamente a los aspectos académicos” (p.19). La educación, ante un contexto que se transforma día a día, tiene el reto de renovarse, tratando de ajustarse a un nuevo paradigma, que implica formar de manera integral al estudiantado, donde además de abarcar lo cognitivo, se integren los valores y las emociones.

En relación con lo anterior, la SEP (2017) incorpora libros en la primaria de Educación socioemocional, para atender y apoyar en el proceso de aprendizaje con información relevante para afrontar el reto que implica esta educación, de esta manera surge la educación emocional, y con ello, la pedagogía de las emociones, siendo parte fundamental para el proceso de aprendizaje de los alumnos, esta educación es una respuesta a las necesidades sociales que no están suficientemente atendidas en el curriculum académico ordinario. Entre estas necesidades están la presencia de inseguridad, compulsividad, conflictos, ansiedad, estrés, comportamientos de riesgo, etc. Todo ello es, en gran medida, consecuencia de la falta de atención en las emociones, de esta manera, Bisquerra (2011) menciona que “la educación emocional tiene como objetivo el desarrollo de competencias emocionales” (p.11), entendidas como un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada las emociones.

Bajo este esquema Bisquerra y Pérez (2007) exponen un modelo pentagonal de competencias emocionales, en donde se denota: la conciencia y regulación emocional, autonomía emocional, competencia social, habilidades de vida y bienestar. Las cuales contribuyen a una mejor convivencia humana a fin de

fortalecer el aprecio y respeto por la diversidad cultural, la dignidad de la persona, la integridad de la familia y el bienestar social.

El desarrollo de las competencias emocionales requiere de una práctica continua, de ahí que, De Andrés (2005) sugiere que “ha de ser una tarea compartida por todos los miembros de la comunidad y en ella se incluye la familia” (p. 11). De modo que la educación emocional se inicia en los primeros momentos de la vida, desde el hogar fomentada por los papás, y desde luego, guiada y orientada por los agentes educativos que intervienen en el proceso de aprendizaje de los alumnos.

Como se menciona en líneas anteriores la educación que los padres de familia brindan y el papel que desempeña el docente en la institución educativa, están estrechamente relacionados con el proceso de aprendizaje, dado que ambos observan las emociones que reflejan los estudiantes siendo parte fundamental para que puedan aprender, a ello Llanga, et. al. (2019) menciona que “se considera que la emoción es un elemento esencial para desarrollar el aprendizaje pues tiene influencia en el desarrollo de la afectividad y ayuda a entender los procesos de aprendizaje” (s. p.). De tal forma que tiene carácter procesual, el cual induce al desarrollo integral del educando, la meta, es lograr que el alumno adquiera las competencias emocionales y tenga una mejor comprensión de su vida presente y futura, sobre aquellas acciones que los llevan a detonar emociones negativas, para así conocer la importancia e influencia que tiene esta educación sobre dichos acontecimientos y que interfieren en su aprendizaje.

En el contexto educativo, durante las prácticas profesionales realizadas durante el ciclo escolar 2019-2020, al observar e interactuar con los alumnos se percibió que presentaban inseguridad de sí mismos, compulsividad y constantes conflictos entre ellos, por lo que se cuestionó ¿Por qué los alumnos

presentan conductas agresivas?, ¿Cuál es la participación de los maestros y los padres, respecto a la educación emocional de sus hijos?

La presente tesis consta de cinco capítulos, en el Capítulo I, titulado “Planteamiento del problema”; se hace alusión a los antecedentes del problema, la justificación o fundamentación, el estado del arte, los objetivos y la pregunta de investigación; elementos que se construyeron a partir del desarrollo de las prácticas profesionales realizadas durante el 7° y 8° semestres de la Licenciatura en Educación Primaria, en la Escuela Primaria “Lic. Benito Juárez”, ubicada en Porfirio Díaz, Villa Guerrero, Estado de México.

El desarrollo del Capítulo II, corresponde al “Marco teórico” que da sustento al estudio y permite la comprensión de la importancia e influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje, en donde se exponen tres temas a grandes rasgos como: La Educación Emocional, el cerebro emocional y el proceso de aprendizaje en la Educación Emocional, cada uno se conforma de cuatro a cinco subtemas que proporcionan información relevante acerca de la educación emocional, su importancia e influencia en el proceso de aprendizaje del alumno.

El Capítulo III, titulado “Marco metodológico” definido por Balestrini (2006) como “la instancia referida a los métodos, las diversas reglas, registros, técnicas y protocolos con los cuales una teoría y su método calculan las magnitudes de lo real” (p.125), de ahí que, se presentan aspectos relativos al tipo de investigación, método; incorporados en relación a los objetivos establecidos, que en este caso, se trata de una investigación descriptiva; la selección del universo, así como, el número total de sujetos que la integran; la muestra que se utilizó y cómo fue seleccionada; las técnicas e instrumentos que se emplearon en la recolección de los datos para dar validez, confiabilidad, además de hacer mención de las características esenciales de los mismos, así

como, las formas de procesamiento de la información obtenida, con la finalidad de cumplir con los objetivos de la investigación planteada.

El Capítulo IV, titulado “Análisis e interpretación de información” muestra la descripción, análisis e interpretación de los resultados obtenidos de la investigación, derivados de los instrumentos aplicados a los alumnos, padres de familia y docentes, para finalmente concretar en la discusión y triangulación de las categorías principales, que permitieron destacar las evidencias significativas encontradas en relación a la importancia e influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje.

En el Capítulo V, se alude a las “Conclusiones y recomendaciones” que surgen de este trabajo de investigación, exponiendo los principales hallazgos en función de la pregunta de investigación y al cumplimiento de los objetivos planteados, así como, de los supuestos.

Como parte final se encuentran las referencias bibliográficas y mesográficas consultadas, las cuales se utilizaron para fundamentar, argumentar, analizar e interpretar la información que se recabo por la vía de investigación, además se incluyen los anexos, en los que se agregan los productos y materiales que se utilizaron y elaboraron en el contexto de la investigación que pueden ser utilizados para eventuales consultas.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

“Todo aprendizaje tiene una base emocional”.
Platón

1.1 Planteamiento del problema

La educación del ser humano es algo esencial en donde converge el aprendizaje, sufriendo día a día una transformación para responder de una manera eficaz y eficiente ante una sociedad. Moreira (2003) menciona que “la sociedad es un conjunto de seres humanos, unidos moral, material, espiritual y culturalmente para la satisfacción de comunes necesidades, recíprocos beneficios, aspiraciones semejantes y fines iguales” (p.1), la vida en sociedad sirve como molde de adaptación al ambiente y ayuda en lo que atañe a la protección, la nutrición y la reproducción.

Es en la sociedad donde la casa y la escuela son dos instituciones que educan, pero además las que se encargan del pleno desarrollo, que velan por la formación de los alumnos pero “en el hogar hay muchos momentos y situaciones en que los padres pueden actuar como educadores y facilitadores de procesos de desarrollo intelectual y de habilidades de sus hijos” (Durán, et al. 2002, p. 263).

Se ha generalizado la idea de que se educa en casa y en la escuela se aprende; ambos elementos contribuyen en la formación de una personalidad, pues la escuela se hace cargo de transmitir conocimientos, pero el hogar es el principal transmisor de valores y principios para empezar a moldear una persona íntegra, capaz de desenvolverse en cualquier ámbito.

La educación es una labor que concierne a los maestros, director, padres de familia y sociedad en general, pero además ha de ser una labor en la que los

educandos integren y descubran su pasión para construir su aprendizaje alrededor de ésta.

Según Aristóteles “si el ser humano es emocional por naturaleza y la educación es llevada a cabo por seres humanos, toda educación es emocional”. Es evidente que la educación emocional tiene importancia en el desarrollo del ser humano, siendo una de las principales necesidades de expresar las emociones y sentimientos para poder llegar al autoconocimiento y el conocimiento del otro.

Dentro de algunos aspectos del curriculum anterior del Plan de Estudios 2011 que presenta la asignación de tiempos a la enseñanza de cada una de las asignaturas de la malla curricular pero no al tema de educación emocional, esta educación que se lleva a cabo dentro de este Plan tiende a ignorar o minimizar aspectos emocionales y son cada vez menos tomados en cuenta. Pero a partir del año 2017 se retomó e impulso dentro de los Aprendizajes Clave aspectos del currículo anterior donde “los estudiantes fueran capaces de reconocerse y asumirse como singulares, valiosos, dignos, sujetos de derechos y autónomos, capaces de regular sus emociones con base en principios y valores, además de reconocerse como integrantes de un país diverso y plural” (SEP, 2017, p. 387).

La educación emocional en los programas actuales avanza; hay una mejor articulación de nociones, habilidades, actitudes y valores para fortalecer la formación ética y por ende la educación emocional. Hoy es necesario recuperar el intento centrado en lo que refiere a educación emocional y hacer investigación sobre este tema.

Por ello, la actual reforma educativa (2017) y en ella la nueva escuela mexicana (2019) proponen que los estudiantes adquieran habilidades emocionales como una de las herramientas que les permita desarrollarse de manera integral, por ello es importante plantear una investigación que dé

cuenta de la educación emocional como proceso de aprendizaje en el cual los maestros y alumnos trabajarán e integrarán en su vida los conceptos, valores, actitudes y las habilidades que le permita comprender y manejar sus emociones para el logro de su bienestar.

Por otro lado, la escuela se ha enfocado en terminar los contenidos que se señalan en cada programa de estudios de acuerdo a la malla curricular de cada grado escolar, dedicando esfuerzos a potenciar sólo la dimensión racional del ser humano e inclusive aquellas dimensiones tanto físicas y biológicas, descuidando la dimensión emocional. Hasta el año 2017 fue que se implementaron los Aprendizajes Claves en las escuelas primarias en el Área de Desarrollo Personal y Social, impartiendo la asignatura de “Educación socioemocional”, entregando un cuadernillo que tenía como propósito promover que los estudiantes adquirieran habilidades sociales y emocionales como herramientas para desarrollarse de manera integral.

Por ello, Goleman (1995) afirma que “existen habilidades más importantes que la inteligencia académica a la hora de alcanzar un mayor bienestar laboral, personal, académico y social” (Citado en Extremera y Fernández, 2004, p.2). La educación de hoy en día tiene que educar de manera equilibrada las dimensiones del ser para redimir la condición humana de las nuevas generaciones, potenciando la dimensión emocional de los maestros como gestores del aprendizaje y así sean guías en las emociones de sus alumnos.

Como lo afirma Bach (2001), la educación emocional de los padres hacia sus hijos les brinda la posibilidad de: “crecer junto a sus hijos como personas, compartir con ellos sus ilusiones, debilidades e inquietudes, descubrir quiénes son, qué sienten, qué quieren, qué esperan de la vida y qué pueden ofrecerle a ésta y a sus hijos”. Pero ¿cómo desarrollar la educación emocional?, ¿qué les corresponde a padres y maestros para favorecer una educación emocional?, ¿qué caracteriza a dicha educación?

Es necesario hacer investigación sobre dicho tema, pues para Steiner y Perry (1997) la educación emocional tiene que dirigirse al desarrollo de tres capacidades básicas: “la capacidad para comprender las emociones, la capacidad para expresarlas de una manera productiva y la capacidad para escuchar a los demás y sentir empatía respecto de sus emociones”. Entonces, ¿es importante la educación emocional?

Durante las prácticas profesionales realizadas en el 7° y 8° semestre en el proceso formativo de la Licenciatura en Educación Primaria, durante el Ciclo Escolar 2019-2020 en la comunidad de Porfirio Díaz, municipio de Villa Guerrero, en la Escuela Primaria “Lic. Benito Juárez” con el quinto grado, grupo “B” (*Véase Anexo 1*), a partir de la observación y prácticas realizadas se identificaron las siguientes problemáticas:

- Inseguridad al participar.
- Sentimientos encontrados por temor a cometer errores.
- La convivencia es violenta, conflictiva al integrar equipos de trabajo y proporcionar materiales.
- Comportamientos compulsivos.
- Palabras altisonantes y obscenas provocando golpes y empujones a los compañeros.
- Hablar de temas de violencia vinculados al crimen organizado.

Es importante formar al educando en la educación emocional, forjar una nueva visión acerca del papel que desempeñan las escuelas en la educación del estudiante, reconciliando en las aulas emoción y cognición, pues ambos procesos no se ven separados uno del otro, sino más bien se complementan para la adquisición del aprendizaje. A decir de García (2012) menciona que “surge así la necesidad de un modelo más integral y holístico, que sea capaz de integrar la educación emocional y la educación académica, como partes inherentes del mismo” (p.8).

En tal sentido, dentro de los planes y programas educativos (2011, 2017, 2019) y en las planeaciones didácticas, resulta importante atender el desarrollo de habilidades humanas como el autoconocimiento, el autocontrol, la empatía y el arte de escuchar, así como resolver conflictos y colaborar con los demás. La SEP (2017) afirma que resulta cada vez más claro que las emociones tienen una huella duradera, positiva o negativa, en los logros de aprendizaje de los alumnos. Por ello, el quehacer de la escuela es clave para ayudar a los estudiantes a reconocer sus emociones y para expresarlas, autorregularlas y saber cómo influyen en sus relaciones y su proceso educativo. Las comunidades educativas han de colocar al estudiante y el máximo logro de sus aprendizajes al centro de la práctica educativa y propiciar que éste sienta interés por aprender y se apropie de su proceso de aprendizaje. Respecto a ello, Greeberg (2000) menciona que si se enseñan las habilidades necesarias para la inteligencia emocional será necesario que en las escuelas y, también en los hogares, se fomente un entorno emocional que ayude a las personas a desarrollarse emocionalmente.

Por otra parte, Meyer y Turner (2002) destacan que el apoyo cognoscitivo es necesario pero no suficiente en el proceso de aprendizaje. Las actitudes afectivas de los profesores juegan un papel importante tanto en lo académico o cognoscitivo como en lo interpersonal. Con esto es necesario tener en cuenta que los alumnos ven en el maestro un ejemplo; desde el punto de vista emocional, disfrutan asistir a la escuela, aprenden sin pasar miedo alguno y van edificando y consolidando sus emociones.

La educación es un proceso interpersonal, permeada de emociones que influyen en el acto educativo, provocando reacciones según la situación de enseñanza-aprendizaje vivenciada. Las emociones representan en la actualidad un tema de angustia e impacto en las escuelas debido a la poca importancia en el campo educativo. En este sentido se plantea hacer mayor énfasis en los estados emocionales presentes en el proceso de aprendizaje,

en la adquisición de emociones positivas para el desarrollo de habilidades y destrezas, así como el desarrollo de actitudes y valores.

Derivado de lo expuesto anteriormente, fue necesario plantear una investigación que dé cuenta de la importancia e influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje, favoreciendo el desarrollo de una personalidad integra dotada de competencias emocionales.

1.2 Justificación o fundamentación

La educación es necesaria en todos los sentidos, es un factor que influye en el avance y progreso de las personas y sociedades, además de proveer conocimientos, enriquece la cultura, el espíritu, los valores, emociones y todo aquello que caracteriza al ser humanos. El ser humano por naturaleza teje vínculos con otras personas; respeta y reconoce las emociones y necesidades de los demás desde la empatía.

Es importante investigar la educación emocional en los niños dentro del proceso de aprendizaje, porque de acuerdo con Bisquerra (2000) la educación emocional es un proceso continuo y permanente, presente en la vida de una persona desde su infancia, pasando por la educación básica hasta la superior y por supuesto durante su vida adulta y es en las aulas donde los niños pasan el mayor tiempo de sus vidas interactuando alumno-alumno y alumno-maestro. La responsabilidad no es menor, los niños ingresan a las aulas desde los tres años y egresan al cumplir la mayoría de edad; una parte muy importante de su formación emocional, cognitiva y social se desarrolla en la escuela, con la guía de los maestros.

Las emociones de los estudiantes son un factor que a menudo pasa desapercibido en el proceso de aprendizaje para la comunidad escolar, sin embargo, Moreno (2015) menciona que “para instituciones como la Organización Mundial de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), es un elemento cuyas funciones son esenciales para

dos de los cuatro pilares, o retos, de la educación del presente y futuro. Se trata de aprender a vivir juntos y aprender a ser” (p.4). Hoy es necesario formar a los alumnos no solo en conocimientos teóricos, si no en actitudes, por eso es indispensable plantear una investigación que dé cuenta de la importancia e influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje.

La investigación se justifica en el Nuevo Modelo Educativo (2017) que tiene énfasis en las habilidades socioemocionales, las cuales permiten a los estudiantes ser felices, tener determinación, ser perseverantes y resilientes, que puedan lidiar y adaptarse a nuevas situaciones, y ser creativos. Es por ello que, “la formación académica debe ir de la mano del desarrollo progresivo de habilidades, actitudes y valores, el mejor conocimiento de sí mismo, la autonomía, la autorregulación, la perseverancia y la convivencia” (SEP, 2017,p.74). Es necesario promover en los docentes el apoyo para que orienten a los estudiantes a fortalecer la regulación de sus emociones, así como acompañar, gestionar y monitorear su proceso de aprendizaje

Actualmente en varias escuelas han dejado de implementar esta Área de Desarrollo Personal y Social, debido al tiempo recaído en otras asignaturas que se incluyen en la malla curricular a trabajar; por ello, una de las razones que refleja la necesidad e interés de realizar la presente investigación es que habría que asignar un tiempo para poder conocer las necesidades e intereses de los alumnos respecto a sus emociones, para de esta manera evitar conflictos, groserías, agresiones físicas, psicológicas, etc. Además con la necesidad de atender al modelo pentagonal de las competencias emocionales que plasma Bisquerra y Pérez (2007).

La investigación fue beneficiosa porque el Secretario de Educación Pública “Esteban Moctezuma Barragán” afirmó dentro de su mensaje en el CTE del mes de octubre del 2019, que las clases de Civismo regresarán a los planes de estudio. Con esto se recalca la importancia de la asignatura de Formación

Cívica y Ética, porque es una de las materias que permitirá dar mayor impacto sobre el objeto de estudio para dar beneficio a Niñas, Niños y Adolescentes (NNA). A demás de mencionar que:

“Las nuevas leyes buscan un proceso de mejora continua de la educación y esto no será medido solo en el aprendizaje sino también en el desarrollo de la autoestima, en el desarrollo comunitario de los alumnos, de su creatividad y de su deseo de superación personal. Con responsabilidad social se cultivarán física, intelectual, espiritual, emocional, cultural y socialmente” (s. p.).

El currículo ha de apuntar a desarrollar la razón y la emoción, reconociendo la integralidad de la persona en el proceso educativo pues los Aprendizajes Clave (2017) expresan que el bienestar del estudiante, es clave para el logro de aprendizajes relevantes y sustentables, requiere de la sinergia entre los aspectos cognitivos, emocionales y sociales, fortaleciendo la idea de que la persona y la personalidad no son divisibles en partes abstraídas del conjunto.

Es por ello que se tiene en miras con la Nueva Escuela Mexicana (NEM) un modelo educativo que entrará en vigor a partir del ciclo escolar 2021-2022, en el que se expone y resalta que “los NNA vayan felices a la escuela, y eso solamente se puede lograr a través de una buena educación”. Con esto se busca que los alumnos se reconozcan, aprendan a respetarse a sí mismos y a los demás, a expresar y autorregular sus emociones, a establecer y respetar acuerdos y reglas, así como a manejar y resolver conflictos de manera asertiva. Por ello, el quehacer de la escuela es clave para ayudar a los estudiantes a reconocer y expresar sus emociones, regularlas por sí mismos y saber cómo influyen en sus relaciones y su proceso educativo.

Esta investigación se constituye a partir de la preocupación por conocer la importancia e influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje, para contribuir al desarrollo de competencias emocionales de los

estudiantes, por ello la Pedagogía Proactiva (2016) recomienda “enseñar con amor. No sabes de qué tormentas vienen tus alumnos. A veces, el único lugar seguro que algunos tienen es su salón y tu ejemplo” (s. p.).

La educación emocional repercute diariamente en la convivencia escolar, familiar, cultural y social, el rol de padres de familia y maestros es primordial en el fomento de los valores porque se educa con el ejemplo, pues son practicados en toda acción realizada. Respecto a lo anterior, Martínez (2006) citado por García (2012) infiere que:

“Es conocido que los y las estudiantes tienden en muchas ocasiones a realizar y reproducir lo que dicen y hacen sus maestros y maestras, incluyendo los comportamientos producto de sus emociones, ya sea ante el dominio de conocimiento de imparten o enseñan, o ante las actitudes que asumen frente a la vida, particularmente en el caso niños” (p. 14).

En este sentido, las emociones influyen de manera directa en el modo de pensar y actuar de los individuos, de ahí la importancia de conocer aquello que fomentan padres de familia y docentes para posteriormente realizar un análisis y una reflexión acerca de su incidencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje, siendo esencial identificar la importancia e influencia que trae consigo el fomento de la educación emocional en el contexto escolar.

El tema de las emociones es de alta magnitud y de gran impacto en la familia, escuela y sociedad debido a que puede afectar el desarrollo del niño, a su aprendizaje y al ámbito laboral. Conocer sus emociones le ayudará a comprender que existen momentos de felicidad y momentos de tristeza que hay que saber superar, pues esto facilitará el desarrollo efectivo en todos los ámbitos, adquiriendo trascendencia en su desarrollo personal.

Otra de las razones que justifican esta investigación es el hecho de que los alumnos no solo aprenden conocimientos de matemáticas, lengua o geografía, si no que requieren conocer la parte emocional que los caracteriza, orientarlos a aprender a interactuar con otra gente y a manejar las emociones. De esta forma, los docentes se vuelven referentes en cuanto a actitudes, comportamientos, emociones y sentimientos. Van ayudando a los alumnos a ajustar sus perfiles afectivos y emocionales para poder resolver problemas en el aula. Desde luego, esta tarea comienza en el hogar de cada niño con sus papás, pero continúa en la escuela.

Autores como Jiménez y López (2012) han concluido que el éxito de un persona adulta depende del aprendizaje temprano de la correcta utilización y aprovechamiento de las destrezas para afrontar de manera lógica e inteligente los cambios y dificultades que se le puedan presentar a lo largo de la vida, y que mejor lugar para adquirir y desarrollar estas habilidades y destrezas que la escuela. Siendo este lugar el más indicado para la formación integral de los niños, niñas y jóvenes vale la pena recordar que es la familia la primera instancia llamada a formar estas habilidades en ellos, pues “es la escuela precisamente un espacio más de conocimiento y experiencias en el que se desarrollan las emociones” (López, 2005, p. 154).

La investigación permitió adquirir conocimientos con base al tema de la educación emocional en razón de que incrementa la autoconciencia, favorece el equilibrio emocional, aumentando el autocontrol sobre emociones y sentimientos al reconocerlos, además fomenta relaciones armónicas, potencia el rendimiento laboral, aumenta la motivación y el entusiasmo, desarrolla actitudes positivas y mejora la empatía así como las habilidades sociales dentro y fuera del proceso de aprendizaje. De esta manera, Zúñiga (2016) afirma que:

“La necesidad de los niños de hoy en día es saber expresarse, reconocer lo que les pasa y ponerle nombre, ser escuchados y que sepan escuchar. A la larga crear seres asertivos, socialmente competentes, con capacidad para decidir y superar los obstáculos que se encuentren a lo largo de su vida. Esto es ir más allá de la mera formación intelectual y trabajar de forma explícita en las aulas la inteligencia emocional” (p. 5).

Por lo tanto, esta investigación ayudó a tomar conciencia de lo importante que es desarrollar la inteligencia emocional para impulsar la educación emocional en el proceso de aprendizaje en los niños, maestros y padres de familia para que el educando puedan rendir satisfactoriamente no solo en el área de comunicación o ciencia; sino también en el área personal, que es fundamental para el desarrollo de sus emociones y puedan ser aceptados en la sociedad cumpliendo reglas y normas.

Es necesario que, a partir de dicha investigación, el centro escolar tenga un espacio para la praxis y análisis para llegar a comprender la importancia del tema de estudio para que de esta manera busque establecer medidas que impulsen el fomento de la educación emocional en el aula.

En el ámbito teórico, la investigación contribuyó a incrementar y profundizar el conocimiento respecto a la educación emocional en el ámbito práctico, a partir de la información generada se obtuvieron elementos que permitieron fundamentar la importancia e influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje.

Se espera que este trabajo de tesis logre incidir en la actuación del docente y padres de familia, porque su participación es fundamental en el proceso formativo de los alumnos, ambos brindan una educación que permite a los educandos alcanzar los mejores niveles de aprendizaje y enfrentar los retos que les exige el mundo de hoy.

Todas las razones antes expuestas van unidas al interés de aprender a aprender, de investigar, llevando a realizar la presente investigación no solo para el sector educativo, sino también el personal y social.

1.3 Estado del arte

La investigación como actividad humana es la función más trascendental de la sociedad, cuyo proceso conlleva al ser humano a generar conocimientos y nuevas posibilidades de mejorar la calidad de la educación en las aulas de clase. Hacer de ella una actividad cotidiana en el ser y hacer de los docentes, lo que implica reflexionar y cuestionar la realidad que hoy lo acompaña, generando actividades de razonamiento, pensamiento y acción.

La investigación despierta la curiosidad, la reflexión, el cuestionamiento y la duda y en el contexto educativo puede considerarse como un encuentro entre personas, siendo una actividad ética que requiere de continua reflexión y cuestionamiento, en ella participan docente- alumno- comunidad.

El presente Estado del Conocimiento representa el primer paso para acercarse a la realidad, permite recuperar y reflexionar sobre el conocimiento acumulado del objeto de estudio que refiere a las tendencias teóricas, conceptuales y metodológicas. El propósito es dar cuenta de cómo estos estudios han coadyuvado a la teorización del tema en cuestión, clarificando y precisando con ello la naturaleza de los conceptos o premisas que se asumieron en el trabajo de investigación.

Emprender esta investigación permitió construir un bagaje de argumentación que dio cuenta no solo del desarrollo cognitivo, sino dar mayor énfasis al desarrollo emocional pues ambos elementos son esenciales para el desarrollo de una personalidad íntegra; por ello es necesario cuestionar sobre ¿Qué es la educación emocional?, ¿Qué relación hay entre educación emocional y el proceso de aprendizaje? ¿Cuáles son algunas características de la educación

emocional?, ¿Es importante el aspecto emocional en el aprendizaje?, ¿Qué es necesario trabajar para impulsar la educación emocional?, ¿Cuál es la influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje?, ¿Cuáles son las competencias emocionales que se requieren favorecer en el aula? y ¿Cuáles son las estrategias que se diseñan y ponen en práctica para promover la educación emocional? Los ejes de análisis remitieron en un primer momento a conocer el marco histórico de la educación emocional, para comprender su llegada e incorporación a la educación y, las aportaciones que brinda al proceso de aprendizaje. Pero, ¿Cómo proceder a tal acercamiento?

Del estado de conocimiento

En el desarrollo de la investigación se realizó una búsqueda, selección y análisis de investigaciones, utilizando como recurso el internet, al permitir un extraordinario acceso a la información de bases de datos como lo fueron monografías, revistas y tesis. Utilizando como estrategia de búsqueda, palabra clave como: educación emocional y proceso aprendizaje. El estudio de las emociones como factor que influye en el aprendizaje, se ha venido trabajando por diferentes autores, a continuación se presentan los resultados, lo cuales fueron seleccionados por la relación con el objeto de estudio.

Como una primera aproximación al objeto de conocimiento se revisó una Revista Universitaria de Investigación referente a “La Educación Emocional: conceptos fundamentales”, de Vivas (2003) en el que se presentan aproximaciones de naturaleza teórica, se hace una precisión de los conceptos fundamentales que se requieren para la construcción de un marco teórico de la educación emocional, tales como su definición, justificación, sus referentes teóricos, principios y objetivos, así como la delimitación de los contextos de aplicación de la educación emocional.

Además, se enfatiza que incorporar la formación emocional en la educación reclama un cambio de perspectiva acerca del papel del maestro, de la escuela

y de las interacciones en el aula, esto exige una formación del profesorado y de todos aquellos involucrados en el proceso educativo.

Es así como a partir de estas primeras aproximaciones de los conceptos fundamentales de la educación emocional que se tienen que tener en cuenta dentro del proceso educativo, se privilegian los aspectos cognitivos por encima de los emocionales; respecto a ello García (2012) en la Revista Educación “La Educación Emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje” menciona que estos dos aspectos no son considerados por separado; sin embargo esto es conveniente si se pretende lograr el desarrollo integral del educando. Conocer los estados emocionales de los educandos, puede ayudar al maestro a organizar de manera más eficaz y eficiente el proceso de aprendizaje a implementar.

Pero el desarrollo de la educación emocional cobra influencia en la enseñanza-aprendizaje que según Castillo (2010) en la Tesis de Investigación “Influencia de la inteligencia emocional en la enseñanza, aprendizaje y evaluación de las ciencias naturales” realizado en la Universidad del Valle de la Facultad de Educación e Instituto de Educación y Pedagogía, Santiago de Cali, misma en la que es relevante mencionar que es muy común enseñar a los niños y adolescentes ciencias naturales, matemáticas, historia y otras áreas del conocimiento privilegiando lo cognitivo y olvidándose de enseñar a comprender a otros seres humanos y a sí mismos, tampoco se ha tenido en cuenta en la enseñanza el desarrollo de competencias que faciliten el éxito en la supervivencia social de los individuos como tales y como comunidad.

En efecto para lograr un aprendizaje disciplinar en donde los estudiantes sean excelentes seres humanos, buenos padres, esposos(as), amigos (as), compañeros(as), etc., las escuelas tienen que enseñar habilidades emocionales y sociales para vivir bien. Ethel (2017) menciona que se ha demostrado el papel que juegan las emociones en la capacidad para manejar

las relaciones sociales en el aprendizaje, por ello es necesario prestar atención a la educación emocional y unir mente y corazón en el aula; las clases tienen que incluir elementos para la inteligencia emocional, conciencia de la propia persona, autodominio, empatía, manejo de la rabia, escuchar, resolver conflictos y cooperar entre otros, guiando a los alumnos a que desarrollen sus capacidades para fortalecer su autoestima, aprender a manejar y expresar sus emociones.

Continuando con las aproximaciones al objeto de estudio que es la educación emocional, la Tesis de Investigación de Moreno (2015), titulada “Las emociones como factor que influye en el aprendizaje: Estudio de caso” aporta que las emociones de los estudiantes son un factor que a menudo pasa desapercibido en el proceso de aprendizaje para la comunidad escolar, sin embargo, para las instituciones como la Organización Mundial de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), es un elemento cuyas funciones son esenciales para dos de los cuatro pilares, o retos, de la educación del presente y futuro. Se trata de aprender a vivir juntos y aprender a ser, citados en el informe “La educación encierra un tesoro”, elaborado por la Comisión Internacional sobre la Educación del siglo XXI en 1996, presidida por Jacques Delors (Adam, 2003). De acuerdo con este informe, el factor emotivo es “un complemento indispensable en el desarrollo cognitivo, la autorregulación y conciencia de las emociones son herramientas fundamentales de prevención, debido a que muchos problemas tienen su origen en el ámbito emocional”.

Mientras Bisquerra (2003), menciona en la Revista de Investigación Educativa titulada “Educación Emocional y competencias básicas para la vida” que la educación emocional es una innovación educativa que responde a necesidades sociales no atendidas en las materias académicas ordinarias y que la finalidad es el desarrollo de competencias emocionales que contribuyan a un mejor bienestar personal y social. El desarrollo de la competencia

emocional, considerada como una competencia básica para la vida, desemboca en la educación emocional. Del constructo de inteligencia emocional deriva el desarrollo de competencias emocionales.

Dicho lo anterior, la competencia es el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y eficacia. En el concepto de competencia se integra el saber, saber hacer y saber ser. Mientras que, la dimensión de apoyo emocional del profesorado en el proceso de aprendizaje pasa a ser esencial. En el siglo XXI probablemente se pase de rol tradicional del profesor instructor centrado en la materia a un educador que orienta el aprendizaje del estudiante, al cual presta apoyo emocional. «Conócete a ti mismo» ha sido uno de los objetivos del ser humano y se tiene que tener presente en la educación.

De esta manera, Abarca (2013) en la Tesis Doctoral titulada “La Educación Emocional en la Educación Primaria: Currículo y Practica” menciona que a través de la popularización de la inteligencia emocional desde el ámbito educativo se ha reclamado la necesidad de integrar la educación emocional en el curriculum. El objetivo que se traza es analizar cuáles de los contenidos de la educación emocional se hallan presentes en el diseño curricular base y en la práctica educativa. Se visualizó desde un enfoque mixto, cualitativo y cuantitativo, en donde se analizaron teorías, normas y prácticas docentes.

También Fernández y Teruel (2005) en su monografía sobre “Educación Emocional”, publicada por la Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado reflexionan la necesidad de una visión actualizada del mundo de la inteligencia emocional y sobre el papel que ésta juega en los procesos educativos y de aprendizaje. Ellas argumentan que actualmente, la sociedad está preocupada por muchos problemas, como el estrés, la violencia, la agresividad, el consumo de drogas, la depresión, la anorexia, los conflictos, etc. que tienen que ver con las emociones, respecto al ámbito educativo dicen

que desde hace más de una década, el papel de las emociones en los procesos de aprendizaje está siendo objeto de interés.

Por otro lado, las principales fuentes bibliográficas consultadas por los autores de los trabajos en la categoría de educación emocional correspondieron a: Vivas (2003), García (2012), Castillo (2010), Moreno (2015), Bisquerra (2003), Abarca (2013), Fernández y Teruel (2005), entre otros.

La mayor parte de los trabajos, entre revistas, trabajo de investigación y tesis que se han llevado a cabo en Universidades y en Educación básica, se realizaron en países como España, Costa Rica, Santiago de Cali, México, Venezuela, entre otros.

La revisión de los textos fue distribuida de la siguiente manera: el 43 % (3) equivale a Revistas Universitarias, el 14 % (1) a una monografía y el 43 % (3) a tesis.

1.4 Objetivos

Para el desarrollo de una investigación los objetivos son tareas básicas que orientan el trabajo hacia lo que se pretende conseguir, de esta manera según Cortés (2004) “son las líneas directrices por la que se va a encaminar la investigación. El objetivo es la aspiración, el propósito, el para qué se desarrolla la investigación” (p. 13). Es en esta sección donde se establece que se pretende con la investigación tomando en cuenta lo que se quiere hacer y lo que se quiere lograr.

Aunado a ello se destaca el objetivo general que se conceptualiza como una descripción de la finalidad principal que persigue la investigación; es decir, el motivo que le dio vigencia, este a su vez se divide en específicos donde se plantea lo que se pretende lograr de las variables de estudio y su interrelación; expresan los alcances que se persiguen. Por tal motivo se plantearon los

siguientes objetivos con el fin de alcanzar y poder responder a la pregunta de investigación y así poder especificar el rumbo del trabajo.

Objetivo General

- **Analizar** la importancia e influencia de la educación emocional a través de la utilización pertinente de referentes teóricos, metodológicos y técnicos, para conocer la relación en el proceso de aprendizaje.

Objetivos específicos

- **Examinar** diversas fuentes bibliográficas a través de referentes específicos del tema a investigar para conocer la importancia e influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje.
- **Emplear** la investigación cualitativa mediante el método etnográfico y aplicación de instrumentos para describir la relación entre la educación emocional y el proceso de aprendizaje.

1.5 Pregunta de investigación

La pregunta que guía la presente investigación es *¿Cuál es la importancia e influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje?*

1.6 Supuestos

El trabajo de investigación establece preguntas que tienen que responderse durante el trayecto de la investigación y se realizaron supuestos que sean concordantes con la definición del problema de investigación, con los objetivos, con el diseño y con la información que se desea analizar. Por ello, Schmelkes (2003) menciona que “los supuestos son soluciones tentativas al problema de investigación. La validez se comprueba mediante información empírica, reglas de lógica o en forma cualitativa, siendo estos conjeturas

acerca de características, causas de una situación o problema específicos” (p. 23).

Con relación a esto es preciso analizar los siguientes supuestos que se plantean en torno a la importancia e influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje y que además tiene que ser eficaz y duradera en el tiempo para mejorar la calidad humana y formar una personalidad más integra capaz de conocer sus emociones y la de los demás para aprender a relacionarse y actuar de manera pasiva para la resolución de conflictos, estos son:

- La educación emocional es importante e influye en el proceso de aprendizaje para producir conocimiento en el alumno.
- El autoconocimiento y la autoconciencia de las emociones contribuyen a la autorregulación emocional para el desarrollo de una personalidad integra en la formación de los alumnos.
- El perfil emocional del docente influye sustancialmente en el proceso del desarrollo emocional del alumno, por ello el nivel de dominio de las competencias emocionales es fundamental para llevar a la práctica la educación emocional.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

“He aquí mi secreto, que no puede ser más simple: solo con el corazón se puede ver bien, lo esencial es invisible a los ojos”.

Antoine de Saint-Exupér

El principito

El presente capítulo está destinado a referentes teóricos que sustentan la importancia e influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje, partiendo de un bagaje histórico de las emociones mismas que brindaron los elementos necesarios para la comprensión del papel que juegan las emociones en las instituciones educativas y a lo largo de la vida. A decir de Vivas (2003), el desarrollo emocional es una parte indisoluble del desarrollo global de la persona: se concibe a la persona como una totalidad que abarca cuerpo, emociones, intelecto y espíritu. Es por ello que será necesario partir del reconocimiento de las emociones al tener en cuenta que el ser humano es un ser racional, único e inigualable todos aquellos con emociones distintas.

2.1 La Educación Emocional

2.1.1 El concepto de Educación Emocional

Los seres humanos llegan al mundo, cada uno de ellos dotado de características distintas que aseguran su subsistencia, las cuales se han desarrollado a través del tiempo entre ellas, las emociones.

Aparentemente, hablar de emociones resulta sencillo, sin embargo no lo es, el concepto de educación emocional no puede describirse en una definición breve. Es un marco extenso lo que permite su conceptualización y que a lo largo del Marco Teórico se dieron pistas para poder conceptualizar la educación emocional.

El término es utilizado frecuentemente en el vocablo de cualquier persona, generalmente para describir aquellos hechos que se les han presentado, pero el hecho de que esté presente o utilicen este término, no que significa que se comprenda lo que engloba y conlleva el pleno desarrollo de la conciencia de su existencia y el logro de su regulación en los ámbitos personal y social de su vida, todo ello con la finalidad de aumentar el bienestar.

Según la Real Academia Española (2014) la palabra emoción proviene del latín *emotío*, que significa “movimiento o impulso”, es aquello que impulsa a una acción hacia algo. Esto sugiere que la tendencia a actuar está presente en cada emoción. El concepto ha sido descrito y explicado de forma distinta por diversos estudios que han abordado el tema. Bisquerra (2000) sugiere la siguiente definición “estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan habitualmente como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (s.p.).

Un acontecimiento externo puede ser escuchar una noticia, de un acto de degradación de la calidad de vida, mientras que un pensamiento o un recuerdo que evoca son acontecimientos internos. Las emociones se han estudiado, principalmente, por el papel adaptativo que han tenido a cabo en la evolución del hombre. Gracias a las emociones se produce una actividad que proporciona energía para responder, rápidamente, a un estímulo que atente al bienestar físico o psicológico, permitiendo así la supervivencia.

Desde una perspectiva filosófica se ha considerado a la emoción como un tema valioso para realizar praxis. Sócrates advertía “Conócete a ti mismo” haciendo alusión aquello que existe en el interior del ser humano (emociones y sentimientos).

Bisquerra (2000) resumía la educación emocional en los siguientes términos como:

“Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con el objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se planten en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social” (p.243).

La educación emocional requiere ser un proceso intencional y sistemático, sin embargo, en la actualidad la educación emocional de los educandos por lo general se deja al azar, obteniendo como resultado consecuencias desastrosas y que afectan a corto, mediano y largo plazo a los alumnos y, por ende a la sociedad. Goleman (1996) propone como una posible solución forjar una nueva visión acerca del papel que necesitan desempeñar las escuelas en la educación integral del estudiante, reconciliando en las aulas emoción y cognición. En este sentido, la educación necesita incluir en los programas la enseñanza de habilidades tan esencialmente humanas como el autoconocimiento, el autocontrol, la empatía y el arte de escuchar, así como el resolver aquellos conflictos que se presenten y aprendan en colaboración con los demás a salir adelante.

El papel que juegan las emociones es la capacidad para manejar las relaciones sociales en el aprendizaje, necesarias para prestar atención a la educación emocional y unir mente y corazón en el aula.

La educación emocional es un proceso educativo continuo y permanente, puesto que requiere estar presente a lo largo de todo el curriculum académico y en la formación permanente a lo largo de toda la vida, crece en un enfoque del ciclo vital, en donde se suelen producir conflictos que afectan el estado emocional y que requieren atención psicopedagógica.

La educación emocional es una forma de prevención primaria, que consiste en intentar minimizar la vulnerabilidad de aquellos actos negativos que se viven dentro y fuera de la sociedad. Las NNA (Niñas, Niños y Adolescentes) necesitan dirigir su desarrollo hacia la vida adulta, en donde se les proporcione capacidades y herramientas para enfrentar en la vida problemas como consecuencia de perturbaciones emocionales. Para autores como Steiner y Perry (1997) la educación emocional tiene que dirigirse al desarrollo de tres capacidades básicas: “la capacidad para comprender las emociones, la capacidad para expresarlas de una manera productiva y la capacidad para escuchar los demás y sentir empatía respecto de sus emociones” (p. 27). Al conocer las emociones en las distintas facetas, reflejan el mundo interno que se está viviendo. Esto permite conocer mejor y satisfacer las necesidades y deseos para entender las conductas de las personas.

2.1.2 De la Inteligencia Emocional a la Educación Emocional

Conforme la psicología y filosofía han avanzado en el estudio de las emociones, el término de inteligencia emocional se desarrolló para nombrar todo aquello que incluye el reconocimiento y manejo adecuado de las emociones y sentimientos dentro de la vida, la cual abarca momentos estresantes, complicados o frustrantes y otros tantos de felicidad. La inteligencia emocional es la capacidad para percibir, reconocer y manejar las emociones en lugar de ser manejados por ellas, y de esta manera construir patrones de comunicación asertiva personales e interpersonales.

Se trata de un término reciente que se ha difundido mucho en el Nuevo Modelo Educativo 2017 entre otros. Sin embargo, Sant (2012) afirma que el primer artículo científico sobre inteligencia emocional es el de Mayer y Salovey (1990) quienes definieron a la inteligencia emocional como una característica de la inteligencia social que permite desarrollar la habilidad para dirigir los propios sentimientos y emociones así como la de los demás, para así guiar el

pensamiento y la acción propia pero hubo que esperar cinco años hasta que lo divulgó Daniel Goleman (1995).

La inteligencia emocional, tal como es concebida por Mayer y Salovey (1990), está compuesta por un conjunto de habilidades emocionales, éstas abarcan desde las de nivel básico, que ejecutan funciones fisiológicas fundamentales como la percepción y la atención a nuestros estados fisiológicos o expresivos, a otras de mayor complejidad cognitiva que buscan el manejo personal e interpersonal.

Las cuatro habilidades emocionales de complejidad ascendente planteadas por estos autores son: “la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual” (Mayer y Salovey, 1997, p. 5).

Una de las formulaciones que se toman como referencia es la siguiente (Mayer, Salovey et. al., 2000; Mayer y Salovey, 1997, 2007). En razón de estos psicólogos norteamericanos, se estructura un modelo en cuatro bloques, los cuales son:

- 1. Percepción emocional:** Habilidad en la cual las emociones son percibidas, identificadas, valoradas y expresadas, en uno mismo y en otros, así como la capacidad de expresarlas adecuadamente. Esta destreza emocional se refiere a la habilidad para identificar y reconocer los sentimientos propios y de los demás. Implica prestar atención y decodificar las señales emocionales de la expresión facial, movimientos corporales y tono de voz, además de expresarlas a través obras de arte, música, etc. Incluye la capacidad para expresar las emociones adecuadamente así como la capacidad de discriminar entre expresiones precisas e imprecisas, honestas o deshonestas.

- 2. Facilitación emocional del pensamiento:** Implica la habilidad para tener en cuenta los sentimientos cuando se razona o solucionan problemas. Esta habilidad ayuda a entender cómo las emociones afectan a los pensamientos y cómo el estado emocional puede influir sobre las decisiones, además prioriza procesos cognitivos básicos, focalizando nuestra atención en lo que es efectivamente importante. El estado de humor cambia la perspectiva del individuo, desde el optimismo, favoreciendo la consideración de múltiples puntos de vista. Los estados emocionales facilitan el afrontamiento. Por ejem. El bienestar facilita la creatividad. En función de los estados emocionales, los puntos de vista de los problemas cambian, incluso mejorando nuestro pensamiento creativo: nuestras emociones actúan de forma positiva sobre nuestro razonamiento y nuestra forma de procesar la información.
- 3. Comprensión emocional:** Habilidad para desglosar el amplio y complejo repertorio de señales emocionales, etiquetar las emociones y reconocer en qué categorías se agrupan los sentimientos. Además, implica actividades tanto anticipatorias como retrospectivas, para conocer las causas generadoras del estado anímico y las futuras consecuencias que pueden tener las acciones. La comprensión emocional supone conocer cómo se combinan los diferentes estados emocionales dando lugar a las conocidas emociones secundarias. Por ello, es necesario comprender, analizar y reconocer las emociones, incluyendo la capacidad para interpretar el significado de las emociones complejas y así reconocer las transiciones entre ellas.
- 4. Regulación emocional:** Es una habilidad compleja de la Inteligencia Emocional, incluye la capacidad para estar abiertos a los sentimientos, tanto positivos como negativos y reflexionar sobre los mismos para descartar o aprovechar la información que los acompaña, en función de su utilidad. Abarca el manejo del mundo intrapersonal y también el

interpersonal, esto es, la capacidad para regular las emociones de los demás. Con esta habilidad se alcanzará la regulación consciente de las emociones para lograr un crecimiento emocional e intelectual.

Todas estas capacidades pueden desarrollarse si se hacen conscientemente y prestando atención, gran parte del desarrollo psicológico durante la infancia consiste en aprender a identificar las propias emociones y las de los otros para actuar en consecuencia. Pero por otro lado, para Goleman “la inteligencia emocional consiste en: conocer las propias emociones, manejar las emociones, motivarse a sí mismo, reconocer las emociones de los demás, establecer relaciones positivas con otras personas” (Sant, 2012, p. 24).

Los modelos de los que se hace mención son totalmente diferentes, aportan su parte a la comprensión de la inteligencia Emocional, esto va más allá, todas las personas tienen que aprender que existen competencias emocionales, las cuales su estrategia para desarrollar estas competencias es denominada educación emocional.

Existen diversos modelos de competencias emocionales, algunas de las competencias más representativas, siguiendo el modelo del Grup de Recerca en Orientación Psicopedagógica (GROP) el cual ha sido experimentado con éxito en la educación (Bisquerra, 2009) engloba competencias como lo son: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, habilidades socioemocionales, competencias para la vida y el bienestar.

Son varias las personas que no tienen claro qué es la inteligencia emocional y en qué se diferencia de la educación emocional. Por tanto la inteligencia emocional es una capacidad de ser consciente y gestionar las emociones y las de los demás para cuidar el equilibrio emocional, seguir la orientación de los objetivos que se tracen y construir relaciones sanas y positivas. Por el contrario, según García (2019) “la educación emocional es un proceso pedagógico a través del cual se desarrollan y entrenan las competencias que

engloba la inteligencia emocional” (s.p.). Este proceso tiene que cumplir una serie de características, como lo es estar sistematizado y estructurado, adaptando los objetivos a cada edad, ser vivenciales, para generar emociones, introspección y aprendizaje para perdurar en el tiempo y generar hábitos en el día a día escolar.

Por ello al incluir dentro de las escuelas en los proyectos educativos objetivos, métodos y actividades de educación emocional desarrollarán la inteligencia emocional de la comunidad educativa.

2.1.3 La Educación Emocional desde la pedagogía

La preocupación por la incorporación de las habilidades emocionales en la educación no es nueva. A lo largo de la historia de la pedagogía, numerosos han sido los pedagogos que han abogado por su inclusión en el currículum, derivado de que se pensaba que un alumno inteligente era aquel que obtenía altos porcentajes en las materias de la escuela, pero hoy se sabe que las habilidades cognitivas son solo una parte de las múltiples inteligencias que los niños tienen que desarrollar para ser individuos plenos y exitosos.

A partir de Mayer y Salovey (1990), Gardner (1995) y Goleman (1996), la educación no puede reducirse únicamente a lo académico, a la obtención y procesamiento de la información, al desarrollo estrictamente cognitivo, o a las interacciones sociales, como si éstas se dieran en abstracto, sino que requiere abarcar todas las dimensiones de la existencia humana.

Se destaca que en la indagación teórica centrada en la formación se han encontrados ciertos sentidos que se han erigido como principios pedagógicos que continúan vigentes en el discurso contemporáneo. Uno de los principios que según Flórez afirma es el afecto, lo cual explica de la siguiente manera:

“La primera matriz de formación humana es el afecto materno, cuyo suplemento y relevo posterior en la sociedad moderna es la

comprensión afectuosa del maestro. La afectividad consciente, la motivación, el interés, la buena disposición, los estímulos positivos, la empatía, son variaciones pedagógicas del principio que articula la cabeza con el corazón, la razón con el sentimiento, lo cognitivo con lo afectivo, como lo plantearon Comenius y Pestalozzi” (Vivas, 2003, citado en Flórez, 2001, p. 17).

Si bien la familia es el núcleo más próximo en el que dicha habilidad se aprende, la escuela es el segundo lugar donde el niño puede llevar a cabo este aprendizaje esencial para su desarrollo. En la escuela el alumno tiene la oportunidad de convivir con otros niños de su edad cuyos intereses y metas pueden variar, además de aprender a defender las propias ideas, a proponer nuevas y a fijar límites, donde se aprende a construir hilos de comunicación para relacionarse con los demás, los cuales tienen edades similares y circunstancias parecidas.

Parafraseando a Dewey (1933) citado en Elías, et. al. (2001) mismo que reflexionó profundamente acerca de la naturaleza de la escuela y concluye que además de dedicarse a la formación académica, las escuelas requieren ser espacios donde los estudiantes aprendan acerca de la democracia, las habilidades necesarias para preservarla, el estado mental reflexivo para avanzar en ella y del clima social y emocional necesarios para ejercerla. Así, expone en líneas generales algunas de las habilidades que son necesarias para los ciudadanos en democracia, no sólo habilidades intelectuales sino también habilidades sociales para el intercambio de perspectivas, el diálogo social y las transacciones interpersonales.

El clima que se desarrollaba en la sociedad con respecto a los maestros y padres se consideraban como la autoridad por el simple hecho de saber el papel que efectuaban por ser maestros o padres, pero hoy en día desafortunadamente ocurre lo contrario. La sociedad ha cambiado, las viejas maneras de relacionarse han caducado y ahora la autoridad hay que

ganársela, no se puede pretender enseñar a los hijos o alumnos las bases de la educación emocional si se es incapaz de manejar las propias emociones.

El diálogo, la escucha y la resolución pacífica de conflictos son herramientas que se tienen que aprender a utilizar para aportar a los NNA cimientos emocionales sólidos con los que puedan desarrollarse en el futuro. Debido a ellos todos los maestros así como los padres de familia tienen que conocer los principios de la inteligencia emocional para poder transmitirlos a los NNA. El trabajo en equipo se tiene que fomentar siempre que se pueda en la dinámica escolar, pues no solo se parece más a lo que se pide que hagan en el mundo real, sino más bien pone a prueba las habilidades de inteligencia emocional tanto como la inteligencia cognitiva. Si se enseña a los alumnos a resolver problemas en grupo se les estará dando la oportunidad de aprender a relacionarse con los otros, cumplir metas comunes, ser más asertivos y llegar a acuerdos de forma pacífica.

Hablar de educación emocional en el criterio educativo tendrá que ser un principio, acentuándola en el currículum como una capacidad aprendida en gestionar sentimientos y emociones con la finalidad de optimizar el bienestar personal y social. Como resultado de la revolución educativa y el impacto de la teoría de las inteligencias múltiples, García (2012) afirma que “se ha abierto un nuevo debate en pedagogía que incluye el papel de las emociones como uno de los aspectos fundamentales a ser considerados en la formación integral del educando” (p. 3). Por tanto, entre las competencias básicas del Sistema Educativo conviene desarrollar capacidades en los ejes básicos de los pilares de la educación, así como en las competencias que señala la educación emocional, para que los alumnos desarrollen los conocimientos, habilidades y actitudes y puedan desempeñarse en los diferentes ámbitos de la vida social.

2.1.4 Competencias Emocionales

Las competencias de la educación emocional requieren ser estimuladas desde el diseño curricular. Además, el nuevo marco laboral, con énfasis en la flexibilidad, la adaptación, el trabajo en equipo y la innovación, requieren de la formación de un profesional con un alto nivel de competencias emocionales, incluso Goleman (1999) afirma que “las aptitudes emocionales tienen el doble de importancia que las aptitudes meramente técnicas o intelectuales” (p. 51), porque es en la escuela es donde se aprende a relacionarse, teniendo cada educando la oportunidad de convivir con otros niños.

En razón de la SEP dentro del Plan de estudios 2017 de educación básica, del curso Educación socioemocional menciona que “investigaciones recientes confirman que las emociones y las relaciones interpersonales juegan un papel fundamental en el aprendizaje y en el desarrollo de las niñas, niños y jóvenes” (p.5). Por lo que hoy en día, la educación emocional se contempla como un elemento esencial en el currículo de la educación básica.

En la educación, tanto en la familia como en la escuela requieren incluir elementos que favorezcan las aptitudes emocionales, tales como la creatividad, el optimismo, el autocontrol o la perseverancia, todas ellas necesarias para promover en los alumnos la adquisición de habilidades emocionales como herramientas que les permitan desarrollarse de manera integral. Por ello, es importante que desarrollen sus capacidades para fortalecer su autoestima, aprendan a manejar y expresar sus emociones, establecer acuerdos y resolver conflictos.

La educación emocional tiene que ser considerada como una condición primaria para el despliegue de la personalidad debido a que constituye parte de un proceso continuo y permanente para lograr el desenvolvimiento de las competencias emocionales como elementos fundamentales, para desarrollar el desarrollo integral del alumno, posibilitándole capacitarse para mejorar su

calidad de vida, su capacidad para comunicarse, aprender a resolver conflictos, tomar decisiones, planificar su vida, elevar su autoestima y sobre todo, desarrollar una actitud positiva ante la vida.

Por ello será necesario conceptualizar a una competencia desde la propuesta para el desarrollo de las competencias y aprendizajes clave en la inclusión educativa así, Frade (2019) menciona que una competencia es:

“Una capacidad potencial, adaptativa, trasladable, cognitivo, emocional, conductual, social, cultural, relacional entre sujeto y contexto en el que se desenvuelve, de manera que pueda responder a las demandas del entorno, la competencia es un desempeño específico que se ejecuta cuando se necesita y se caracteriza principalmente según la SEP (2011), por ser una capacidad de resolver situaciones” (p. 9).

De ahí que Bisquerra y Pérez (2007) afirman que las competencias emocionales se han venido trabajando cada vez más en el ámbito educativo, debido a la necesidad que el contexto y la sociedad generan, por eso se han considerado como una categoría que está inmersa en las competencias personales.

Las competencias emocionales son el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales. La finalidad de estas competencias se orienta a aportar valor añadido a las funciones profesionales y promover el bienestar personal y social. Son un aspecto importante de la ciudadanía activa, efectiva y responsable, su adquisición y dominio favorece una mejor adaptación al contexto social y un mejor afrontamiento a los retos que plantea la vida. Entre los aspectos que se ven favorecidos por las competencias emocionales están los procesos de aprendizaje, las relaciones interpersonales, la solución de problemas, la consecución y mantenimiento de un puesto de trabajo, etc.

El modelo de competencias emocionales está en proceso de construcción, análisis y revisión permanente. La versión que aquí se presenta es una actualización de versiones anteriores (Bisquerra y Pérez, 2007). Gráficamente se puede representar mediante la *ilustración 1*, la cual se le puede denominar pentágono de competencias emocionales, en cada una de ellas hay una serie de aspectos más específicos, a los que se podrían denominar como microcompetencias.

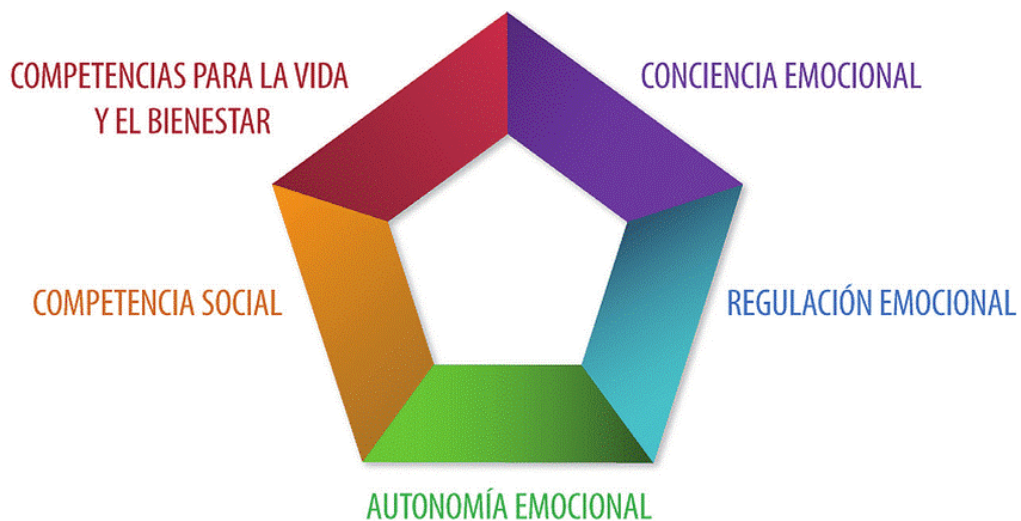


Ilustración 1 El modelo pentagonal de competencias emocionales (Bisquerra y Pérez, 2007)

Las competencias emocionales se estructuran en cinco grandes competencias o bloques (Bisquerra y Pérez, 2007), las cuales son:

- a) **Conciencia emocional:** Es la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado. Dentro de este bloque se pueden especificar una serie de aspectos como los siguientes.
 - **Toma de conciencia de las propias emociones:** Capacidad para percibir con precisión los propios sentimientos y emociones; identificarlos y etiquetarlos. Contempla la posibilidad de experimentar emociones múltiples y de reconocer la incapacidad de tomar

consciencia de los propios sentimientos debido a inatención selectiva o dinámicas inconscientes.

- **Dar nombre a las emociones:** Es la eficacia en el uso del vocabulario emocional adecuado y utilizar las expresiones disponibles en un contexto cultural determinado para designar los fenómenos emocionales.
- **Comprensión de las emociones de los demás:** Es la capacidad para percibir con precisión las emociones y sentimientos de los demás y de implicarse empáticamente en sus vivencias emocionales. Incluye la pericia de servirse de las claves situacionales y expresivas (comunicación verbal y no verbal) que tienen un cierto grado de consenso cultural para el significado emocional.
- **Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento:** Los estados emocionales inciden en el comportamiento y éstos en la emoción; ambos pueden regularse por la cognición (razonamiento, conciencia). Emoción, cognición y comportamiento están en interacción continua.

La conciencia emocional es el primer paso para poder pasar a las otras competencias emocionales.

b) Regulación emocional: Es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas, etc. Las microcompetencias que la configuran son:

- **Expresión emocional apropiada:** Capacidad para expresar las emociones de forma apropiada. Implica la habilidad para comprender que el estado emocional interno no necesita corresponder con la expresión externa. En niveles de mayor madurez, supone la

comprensión del impacto que la propia expresión emocional y el propio comportamiento, puedan tener en otras personas.

- **Regulación de emociones y sentimientos:** Esto significa aceptar que los sentimientos y emociones a menudo requieren ser regulados. Lo cual incluye: regulación de la impulsividad (ira, violencia, comportamientos de riesgo); tolerancia a la frustración para prevenir emociones negativas (la tristeza, el asco, el miedo y la ira); perseverar en el logro de los objetivos a pesar de las dificultades.
 - **Habilidades de afrontamiento:** Afrontar retos y situaciones de conflicto, con las emociones que generan. Esto implica estrategias de autorregulación para gestionar la intensidad y la duración de los estados emocionales.
 - **Competencia para autogenerar emociones positivas:** Capacidad para autogenerarse y experimentar de forma voluntaria y consciente emociones positivas (alegría o felicidad) y disfrutar de la vida. Capacidad para auto-gestionar el propio bienestar emocional en busca de una mejor calidad de vida.
- c) Autonomía emocional:** Es un concepto amplio que incluye un conjunto de características y elementos relacionados con la autogestión personal, entre las que se encuentran la autoestima, actitud positiva ante la vida, responsabilidad, capacidad para analizar críticamente las normas sociales, la capacidad para buscar ayuda y recursos, así como la autoeficacia emocional. Como microcompetencias incluye las siguientes:
- **Autoestima:** Refiere a tener una imagen positiva de sí mismo; estar satisfecho de sí mismo; mantener buenas relaciones consigo mismo.
 - **Automotivación:** Es la capacidad de automotivarse e implicarse emocionalmente en actividades diversas de la vida personal, social,

profesional, de tiempo libre, etc. Motivación y emoción van de la mano. Automotivarse es esencial para dar un sentido a la vida.

- **Autoeficacia emocional:** Se refiere a la percepción de que se es capaz (eficaz) en las relaciones sociales y personales gracias a las competencias emocionales. El individuo se percibe a sí mismo con capacidad para sentirse como desea; para generarse las emociones que necesita. La autoeficacia emocional significa que se acepta la propia experiencia emocional, tanto si es única y excéntrica como si es culturalmente convencional, y esta aceptación está de acuerdo con las creencias del individuo sobre lo que constituye un balance emocional deseable.
- **Responsabilidad:** Se refiere a la capacidad para responder de los propios actos. Es la intención de implicarse en comportamientos seguros, saludables y éticos. Asumir la responsabilidad en la toma de decisiones. Ante la decisión de ¿qué actitudes (positivas o negativas) voy a adoptar ante la vida?, en virtud de la autonomía y libertad, decidir con responsabilidad, sabiendo que en general lo más efectivo es adoptar una actitud positiva.
- **Actitud positiva:** Es la capacidad para decidir qué voy a adoptar una actitud positiva ante la vida. A pesar de que siempre van a sobrar motivos para que la actitud sea negativa. Saber que en situaciones extremas, lo heroico es adoptar una actitud positiva; aunque cueste.
- **Análisis crítico de normas sociales:** Es la capacidad para evaluar críticamente los mensajes sociales, culturales y de los más media, relativos a normas sociales y comportamientos personales. Esto tiene sentido de cara a no adoptar los comportamientos estereotipados propios de la sociedad irreflexiva y acrítica. La autonomía tiene que ayudar a avanzar hacia una sociedad más consciente, libre, autónoma y responsable.

- **Resiliencia:** Es la capacidad que tiene una persona para enfrentarse con éxito a unas condiciones de vida sumamente adversas (pobreza, guerras, orfandad, etc.).
- d) Competencia social:** Es la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas. Esto implica dominar las habilidades sociales básicas, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, actitudes prosociales, asertividad, etc. Las microcompetencias que incluye la competencia social son las siguientes:
- **Dominar las habilidades sociales básicas:** La primera de las habilidades sociales es escuchar. Sin ella, difícilmente se pueda pasar a las demás: saludar, despedirse, dar las gracias, pedir un favor, manifestar agradecimiento, pedir disculpas, aguardar turno, mantener una actitud dialogante, etc.
 - **Respeto por los demás:** Es la intención de aceptar y apreciar las diferencias individuales y grupales y valorar los derechos de todas las personas.
 - **Practicar la comunicación receptiva:** Es la capacidad para atender a los demás tanto en la comunicación verbal como no verbal para recibir los mensajes con precisión.
 - **Practicar la comunicación expresiva:** Es la capacidad para iniciar y mantener conversaciones, expresar los propios pensamientos y sentimientos con claridad, tanto en comunicación verbal como no verbal, y demostrar a los demás que han sido bien comprendidos.
 - **Compartir emociones:** Implica la conciencia de que la estructura y naturaleza de las relaciones vienen en parte definidas tanto por el grado de inmediatez emocional, o sinceridad expresiva, como por el grado de reciprocidad o simetría en la relación.

- **Comportamiento prosocial y cooperación:** Es la capacidad para realizar acciones en favor de otras personas, sin que lo hayan solicitado.
 - **Asertividad:** Significa mantener un comportamiento equilibrado entre la agresividad y la pasividad. Esto implica la capacidad para defender y expresar los propios derechos, opiniones y sentimientos, al mismo tiempo que se respeta a los demás, con sus opiniones y derechos.
 - **Prevención y solución de conflictos:** Es la capacidad para identificar, anticiparse o afrontar resolutivamente conflictos sociales y problemas interpersonales. Implica la capacidad para identificar situaciones que requieren una solución o decisión preventiva y evaluar riesgos, barreras y recursos.
 - **Capacidad para gestionar situaciones emocionales:** Es la habilidad para reconducir situaciones emocionales en contextos sociales. Se trata de activar estrategias de regulación emocional colectiva.
- e) Competencias para la vida y el bienestar:** Son la capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables para afrontar satisfactoriamente los desafíos diarios de la vida, ya sean personales, profesionales, familiares, sociales, de tiempo libre, etc. Las competencias para la vida permiten organizar la vida de forma sana y equilibrada, facilitándonos experiencias de satisfacción o bienestar. Como microcompetencias se incluyen las siguientes:
- **Fijar objetivos adaptativos:** Es la capacidad para fijar objetivos positivos y realistas. Algunos a corto plazo (para un día, semana, mes); otros a largo plazo (un año, varios años).
 - **Toma de decisiones:** Desarrollar mecanismos personales para tomar decisiones sin dilación en situaciones personales, familiares, académicas, profesionales, sociales y de tiempo libre, que acontecen en la vida diaria. Supone asumir la responsabilidad por las propias

decisiones, tomando en consideración aspectos éticos, sociales y de seguridad.

- **Buscar ayuda y recursos:** Capacidad para identificar la necesidad de apoyo y asistencia y saber acceder a los recursos disponibles apropiados.
- **Bienestar emocional:** Es la capacidad para gozar de forma consciente de bienestar (emocional, subjetivo, personal, psicológico) y procurar transmitirlo a las personas con las que se interactúa. Adoptar una actitud favorable al bienestar.
- **Fluir:** Capacidad para generar experiencias óptimas en la vida profesional, personal y social.

Una competencia es concebida como una capacidad para movilizar adecuadamente un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y eficacia, siendo aplicable a las personas, individual o grupalmente, la cual implica según Fernández (2016) conocimientos (“saberes”), habilidades (“saber-hacer”) y actitudes y conductas (“saber estar” y “saber ser”) cada uno integrados entre sí. Así pues, las competencias emocionales constituyen el conjunto y entramado de habilidades, conocimientos y actitudes que posee una persona para comprender, expresar, regular, potenciar y promover su inteligencia emocional para conseguir ser una persona digna de forma holística y ecológica; y convivir responsable y pacíficamente.

Esta se desarrolla a lo largo de la vida y, en general, siempre se puede mejorar, de ahí que el desarrollo de estas competencias emocionales, es el objetivo de la educación emocional, las cuales se basan en la inteligencia emocional; pero para ello principalmente hay que tener en cuenta el ser capaces de entender las propias emociones, antes de poder valorar las de los demás. El núcleo del capítulo consiste en la exposición de un modelo pentagonal de competencias emocionales como lo fueron: conciencia emocional, regulación emocional,

autonomía emocional, competencia social, habilidades de vida para el bienestar. Las cuales contribuyen a la mejor convivencia humana a fin de fortalecer el aprecio y respeto por la diversidad cultural, la dignidad de la persona, la integridad de la familia y el bienestar social.

2.1.5 Objetivos de la Educación Emocional

En los tiempos actuales se demanda enfocar la educación desde una visión humanista, que coloque en el centro del esfuerzo formativo, tanto a las personas como a las relaciones humanas y al medio en el que habitan. Las emociones y las relaciones interpersonales juegan un papel fundamental en el aprendizaje y en el desarrollo de las NNA. Por lo que hoy en día, la educación emocional se contempla como un elemento esencial en el currículo de la educación obligatoria; la cual según Bisquerra y Pérez (2007) persigue los siguientes objetivos generales:

- a)** Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
- b)** Identificar las emociones de los demás.
- c)** Desarrollar la habilidad de regular las propias emociones.
- d)** Prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas intensas.
- e)** Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
- f)** Desarrollar la habilidad de automotivarse.
- g)** Desarrollar la habilidad de relacionarse emocionalmente de manera positiva con los demás.

Los objetivos que persigue la educación emocional tendrán que ser un proceso continuo y permanente, presente en el desarrollo de todo curriculum académico y en la formación a lo largo de la vida, por ello sus implicaciones educativas pueden ubicarse tanto en el plano de la educación formal como informal. En el desarrollo de las competencias emocionales, tanto maestros como padres de familia pueden tener un papel activo en la educación de los sentimientos, actitudes y emociones. Con ello, los estudiantes desarrollarán

herramientas que les permitan poner en práctica acciones y actitudes encaminadas a generar un sentimiento de bienestar consigo mismos y hacia los demás.

Parafraseando a Imbernon (1999) al revisar los objetivos de la escuela, plantea que la misma no puede ya tener como único objetivo la transmisión de conocimientos, sino que también ocuparse de la educación de la persona tanto en los aspectos individuales como sociales. La educación emocional ayuda a las personas a descubrir, conocer y regular sus emociones e incorporarlas como competencias.

La educación emocional busca un equilibrio en la práctica educativa de las competencias cognitivas, emocionales y el repertorio de actitudes, que desencadene en el mejor funcionamiento efectivo de la persona en la convivencia consigo mismo y con los demás.

2.2 El cerebro emocional

La educación emocional resulta ser paulatinamente de mayor interés entre educadores, psicólogos e investigadores, todo lo que tiene que ver con las emociones atrae al público en general, debido a que es algo que todos lo suelen gozar y sentir. Durante el Siglo XXI a pesar de todas aquellas malas noticias que se producen día tras día son testigo de un entusiasmado estudio científico de las emociones. Más increíble son las visiones del cerebro en funcionamiento basadas en la operación mientras se piensa, siente, imagina y sueña.

Sin embargo, una persona que pone a trabajar su cerebro y se le ve provecho en los beneficios que adquiere por la inteligencia que ha desarrollado y que la propia sociedad así lo reconoce, para ser inteligente es necesario unir mente y corazón para actuar y así saber desarrollarse en una vida plena y pacífica. Según el Psicólogo Mares (2019) una persona inteligente es aquella que sabe escoger la mejor alternativa entre las cuales puede disponer en ese momento

y de acuerdo con su circunstancia. Quien es inteligente sabe: comprender, discutir, analizar, deliberar, llegar a un juicio o bien generar una nueva idea. Por otro lado, inteligencia no es encasillar a un alumno, o clasificar a una persona por sus logros personales, sino por la capacidad que tenga de resolver situaciones de la mejor manera.

El cerebro es conocido como un gran órgano que puede tener o no, una inteligencia brillante, puede ser afectado o dañado por diversas vivencias que tienen los alumnos como: eventos dolorosos, violencia familiar, enfermedades emocionales, y en los recordatorios de una creciente corriente de agresividad: adolescentes que van a la escuela con armas, accidentes en autopistas que acaban con disparos, etc. La inteligencia no solo es múltiple sino autónoma, Gardner (2001) afirma que “hay evidencias persuasivas sobre la existencia de varias competencias intelectuales humanas relativamente autónomas” (p. 24), que en lo sucesivo abrevio como “inteligencias humanas”, se requiere reflexionar sobre la responsabilidad que tiene el docente y la oportunidad que posee para impactar en las emociones y pensamientos de los alumnos, cada inteligencia es una competencia autónoma e independiente de las otras; se combina de manera adaptativa para el individuo y la cultura.

2.2.1 Anatomía de las emociones

El cerebro en su conjunto es una de las partes más importantes del cuerpo humano, gracias a él se puede sentir y procesar toda la información que llega al cuerpo a través de los sentidos. Además, genera pensamientos e ideas que nacen dentro de él, así pues, el docente tiene que tener conocimiento sobre la conformación del cerebro y sus funciones, todos los alumnos son diferentes por lo tanto cada cabeza es un mundo. Es necesario tener presente que el cerebro es un músculo y como tal cae en las necesidades de alimentación, derivado de ello se requiere conocer las partes básicas del cerebro emocional para poder entender cómo mejorar y desarrollar ciertas áreas cerebrales de los alumnos.

El sistema límbico, comúnmente conocido como cerebro emocional, tiene un papel fundamental en la aparición de los estados emocionales, no obstante, los procesos límbicos impactan en áreas como el aprendizaje y la memorización. Según Bentham, citado en Rosa (2004), el sistema límbico es el juez que determina qué merece ser aprendido en función de las sensaciones placenteras o dolorosas que se deriven de la experiencia. Existen zonas en las que el sistema límbico actúa de una forma más específica, entre ellas destacando las siguientes:

El cerebro puede dividirse en dos hemisferios claramente delimitables a derecha e izquierda. Gráficamente se puede representar mediante la *ilustración 2*. Ambos hemisferios están conectados entre sí por una estructura denominada “Cuerpo calloso”, formado por millones de fibras nerviosas que recorren todo el cerebro. En razón de Mares (2019) define el “Cuerpo Calloso” como una estructura de un puente que se encarga de intercambiar la información entre los dos hemisferios, los cuales sus tareas fundamentales son:

- **Hemisferio izquierdo:** Es el encargado del razonamiento, del lenguaje hablado, lenguaje escrito, habilidades científicas y numéricas, además tiene el control de la mano derecha. (Lógico-Matemático).
- **Hemisferio derecho:** Es el encargado de la intuición, imaginación, sentido artístico y musical, percepción tridimensional, además tiene el control de la mano izquierda. (Creativo).

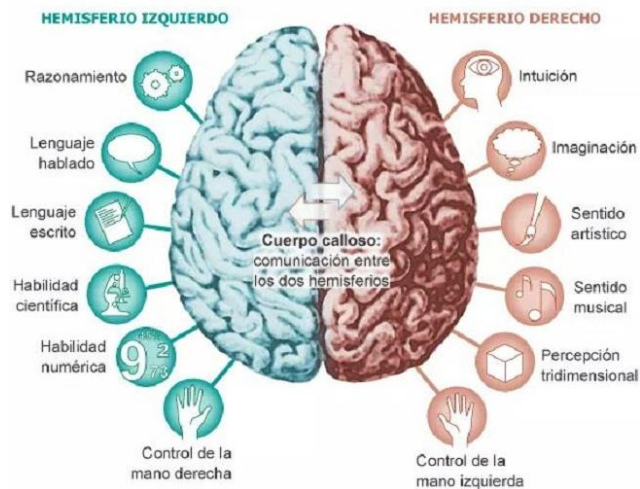


Ilustración 2 Hemisferios cerebrales (Mares 2019)

En general el hemisferio derecho parece estar más especializado en la expresión e interpretación de las emociones, sin embargo, las evidencias empíricas que se poseen apuntan a que el hemisferio izquierdo también interactúa en dichas funciones. Sin embargo, para Martínez, et. al. (2011) menciona que uno de los autores que mejor ha descrito la relevancia del hemisferio derecho en el procesamiento de la información emocional ha sido el neurocientífico y médico neurólogo Antonio Damasio.

Por otro lado, según Nicuesa (2019) menciona que el cerebro se puede dividir en cuatro lóbulos cerebrales, que gráficamente se pueden representar mediante la *ilustración 3*:

1. **Lóbulo frontal:** Se relaciona con el control de los impulsos, el juicio, la producción del lenguaje, la memoria funcional (de trabajo, de corto plazo), funciones motoras, comportamiento sexual, socialización y espontaneidad. Los lóbulos frontales asisten en la planificación, coordinación, control y ejecución de las conductas.
2. **Lóbulo temporal:** Tiene que ver con la memoria. El dominante está implicado en el recuerdo de palabras y nombre de los objetos. El lóbulo

temporal no dominante, por el contrario, está implicado en la memoria visual (caras, imagines, etc.).

3. **Lóbulo occipital:** En el reside la corteza visual y por lo tanto está implicado en las capacidades para ver e interpretar lo que se ve (es asociado a la imaginación).
4. **Lóbulo parietal:** Tiene un importante papel en el procesamiento de la información sensorial procedente de varias partes del cuerpo, el conocimiento de los números y sus relaciones y la manipulación de los objetos (participa en lo motor o kinestésico).

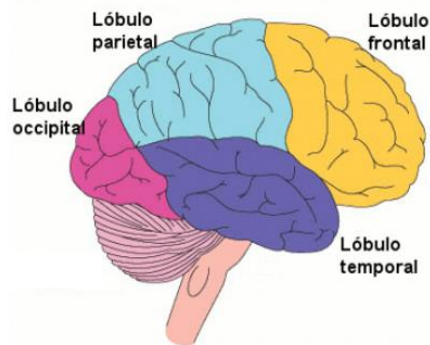


Ilustración 3 Lóbulos cerebrales (Nicuesa, 2019)

En el ser humano, el lóbulo más grande es el frontal, el cual una de las partes más relevantes es la corteza prefrontal, que participa activamente en permitir la conducta adaptativa del individuo e incluso el establecimiento de características concretas de la personalidad. Además el Psicólogo Castellero (2020) menciona que:

- **La corteza prefrontal** se divide en tres subregiones, las cuales son las encargadas de organizar el comportamiento y la toma de decisiones. Estas estructuras son: la corteza orbitofrontal (control de la regulación emocional - inhibir conductas poco aceptables), corteza dorsolateral (permiten planificar, solucionar problemas, memorizar o formar ideas),

corteza ventromedial (percepción y expresión de emociones). Gráficamente se puede representar en la *ilustración 4*.

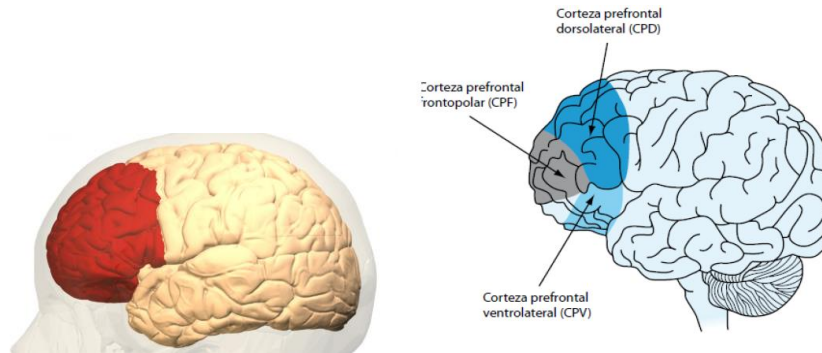


Ilustración 4 Corteza prefrontal y subregiones (Castillero, 2020)

La corteza prefrontal es un área de gran importancia para la supervivencia en el medio en el que se vive y la convivencia en sociedad. Si bien, es el sistema límbico el que mayor vinculación tiene con el terreno de las emociones, la región prefrontal del cerebro tiene una gran importancia tanto a la hora de percibir como de expresar las emociones, traduciéndolas en reacciones fisiológicas o permitiendo su control consciente.

Así mismo, según la Psicóloga Rosa (2004) otra de las zonas en las que el sistema límbico actúa es en:

- **El hipocampo** implicado en procesos mentales relacionados con la memoria, tanto en la memorización de experiencias e informaciones abstractas como en la recuperación de recuerdos, no obstante, es una estructura del cerebro embutida profundamente en el lóbulo temporal. Regula el estímulo, la emoción, lo aprendiendo, y la memoria. Gráficamente se puede representar en la *ilustración 5*.

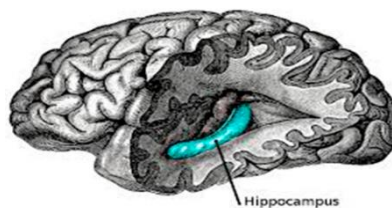


Ilustración 5 Hipocampo (Rosa, 2004)

- **La amígdala cerebral**, la cual es la responsable de almacenar las emociones, sentimientos y todo lo que tenga que ver con ellas. Gráficamente se puede representar mediante la *ilustración 6*. Desde la posición de Mares (2019) la duración de la emoción depende de la idea a la cual está asociada, si la idea es recurrente, la emoción se renueva por sí misma, a lo cual se le conoce como “Punto de enfoque”.

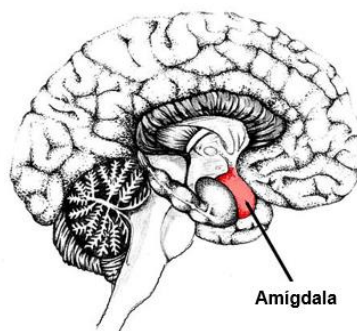


Ilustración 6 Amígdala cerebral (Mares 2019)

La amígdala tiene una gran importancia en el procesamiento emocional, en la anatomía de las emociones, este núcleo cerebral juega un papel esencial en las reacciones emocionales básicas. A decir de la Psicóloga Rosa (2004) la amígdala se sitúa al lado de cada hipocampo, localizada en cada hemisferio. Esta zona está relacionada con la respuesta emocional aprendida, por lo que es una de las zonas involucradas en el aprendizaje emocional. A razón de Goleman (1997) en su libro “Inteligencia Emocional” ha puesto en valor la expresión de emociones y sentimientos del ser humano, pues bien, la parte

del cerebro que gestiona esta información emocional es la amígdala situada en el sistema límbico.

2.2.2 Emociones vs Sentimientos

Durante la investigación surgen interrogantes muy comunes como ¿Qué son las emociones? ¿Son lo mismo sentimientos y emociones? Aunque en la vida diaria se tienen por sinónimos. Emoción y sentimiento pueden parecer el mismo concepto pero en realidad son palabras diferentes. Aprender sus diferencias es de vital importancia para desarrollar la educación emocional y conseguir una vida armónica. Teniendo en cuenta la siguiente frase de Vencent Van Gogh (1890), la cual dice «*No olvidemos que las pequeñas emociones son los grandes capitanes de nuestras vidas y las obedecemos sin darnos cuenta*».

A lo largo de la historia la utilización de los diversos términos emocionales no ha sido clara, precisa y delimitada de ahí su actual dificultad de definición. Según Bisquerra (2000) la emoción puede ser definida como un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que puede ser fuerte. Son reacciones afectivas, más o menos espontáneas, ante eventos significativos. Implica una evaluación de la situación para disponerse a la acción. La duración de una emoción puede ser de algunos segundos a varias horas.

Una emoción es una reacción compleja del cerebro ante un estímulo externo (algo que se ve, u oye) o interno (pensamiento, recuerdo, imagen interna). Emoción viene del latín *emotío*, que significa “movimiento o impulso”, es aquello que impulsa a una acción hacia lago. En contra de lo que se piensa, las emociones son algo transitorio, no permanente que saca del estado habitual y empujan a la acción, son generadas por el sistema límbico. A razón de Broca (1878) citado en Escudero (2003), afirma que es un conjunto de estructuras que se encuentra en el cerebro y cuya función está relacionada con el

aprendizaje, la atención, la memoria y las respuestas emocionales. Son respuestas neurofisiológicas que el cerebro genera ante ciertos estímulos y son comunes a todos y se producen por efecto de los neurotransmisores, que son ciertos químicos que afectan al cerebro.

Si las emociones son las respuestas psicofisiológicas ante los eventos, entonces ¿Qué son los sentimientos? Básicamente, el sentimiento es como vive cada ser humano la emoción. Un sentimiento es la suma de emoción y pensamiento, por lo que su base es cognitiva con un componente subjetivo, los sentimientos necesitan de las evaluaciones, interpretaciones y atribuciones que se hacen de los sucesos internos y externos. Según el biólogo Maturana citado en Zentner y Antoni (2014), “en la medida que uno toma conciencia de una emoción, esta se transforma en sentimiento. Mientras la emoción no sea reconocida, es exclusivamente una manifestación que el individuo vive en sí mismo; aunque los demás la perciban, quien la experimenta no la reconoce” (p.12), en el sentimiento interviene además de la reacción fisiológica un componente cognitivo y subjetivo. Un sentimiento por tanto, se da cuando se etiqueta la emoción y se emite un juicio acerca de ella.

Los sentimientos son el resultado de las emociones, se relacionan con el estado de ánimo afectivo de larga duración (días, semanas, meses e incluso años) se presenta en las personas que experimentan fenómenos determinados. Una emoción no suele durar más que algunos minutos, pero el sentimiento se “queda en el corazón” a veces durante toda la vida, dándose después de las emociones, porque no hay sentimiento sin emoción.

En general las emociones son de menor duración que los sentimientos y son las que impulsan y motivan a las personas a la acción; son más intensas que los sentimientos, pero duran menos que estos. Los sentimientos son la interpretación de las emociones, se es más consciente de ellos y se reflexiona al percibir un sentimiento, tomando decisiones al respecto.

En razón de Cadena (2018) algunas diferencias clave entre sentimiento y emoción son:

- Los sentimientos duran más que las emociones, pero las emociones son más intensas que los sentimientos.
- Los sentimientos son el resultado de las emociones.
- Las emociones son reacciones psicofisiológicas, inconscientes e imposibles de controlar ante diversos estímulos, mientras que los sentimientos son evoluciones conscientes de las emociones. (p.16).

Si se aprende a reconocerlas, entonces se puede dominarlas en lugar de que ellas dominen el cuerpo, lo cual permitirá ser felices y llevar una vida más plena. Los niños tienen que conocer la diferencia entre emoción y sentimiento, debido a que son estados fisiológicos que provienen del subconsciente, y es posible tener una emoción sin sentir un sentimiento. Por el contrario, los sentimientos son subjetivos. Éstos son el producto de los pensamientos conscientes y están atados a las emociones, lo que significa que una persona no puede sentir un sentimiento sin tener una emoción.

Por otro lado, al comprender sus propios sentimientos y emociones los alumnos las convierten en algo esencial para su vida. Al aprender a identificar las emociones son más capaces de lidiar con los sentimientos, el cual es un buen comienzo del desarrollo de las competencias emocionales.

2.2.3 Las emociones “básicas” o principales

Todos los seres humanos sienten, poseen emociones, sentimientos y reacciones condicionadas por el carácter, experiencias, creencias, incluso por la cultura y localización. Los psicólogos distinguen ciertas emociones a las que se denominan básicas o principales, ya que según algunos estudios todos los seres humanos las experimentan.

En relación con el experimento llevado a cabo por el Psicólogo Paul Ekman (1972), citado en Celeste (2019) definió las seis emociones básicas: ira, asco, miedo, alegría, tristeza y sorpresa. Debido a su universalidad y a su presencia en distintas culturas, llegando a la conclusión de que debían ser importantes para la construcción del psiquismo. A partir de entonces, Ekman comenzó a estudiar la conducta no verbal y las expresiones faciales así como también el ocultamiento de las emociones en las expresiones del rostro. Fue así que logró profundizar en el campo de la psicología de las emociones.

Son varios los autores que coinciden en las seis emociones básicas antes mencionadas, entre ellos el neurocientífico y médico neurólogo Damasio (2009) en su libro “En busca de Spinoza. Neurobiología de la emoción y los sentimientos” (p.48), al igual que Bisquerra (2009) en su libro “Psicopedagogía de las emociones”, en el cual realiza un cuadro de “Clasificación de las emociones según diversos autores” (p.89), en el que cita a Johnson-Laird y Oatley (1992). De esta manera, las emociones que a continuación se mencionan ayudan a sobrevivir y han permitido evolucionar, aunque a veces se dificulte la convivencia con los demás, en especial si no se sabe manejarlas.

Son seis las emociones básicas, también conocidas por el nombre de emociones primarias, que Cadena (2018) señala en su libro de “Inteligencia Emocional. Aplicada a niños y jóvenes”, estas son:

- **La sorpresa o asombro:** Se presenta ante acontecimientos inesperados o desconocidos y produce una pausa momentánea.
- **El asco:** Es un gesto que se produce cuando algo a nuestro alrededor produce repulsión o rechazo, sobre todo en las áreas del gusto y el olfato. Es una emoción compleja, que implica una respuesta de rechazo.
- **La tristeza:** Esta emoción genera que el metabolismo corporal se vuelva más lento, reduciendo las energías. Es una emoción negativa caracterizada por un decaimiento en el estado de ánimo habitual de la

persona, que se acompaña de una reducción significativa en su nivel de actividad cognitiva y conductual.

- **La ira:** También llamado enojo, es la forma en que el cuerpo reacciona ante lo que cree que es una amenaza física o psicológica.
- **El miedo:** Se presenta en situaciones de peligro y prepara al cuerpo para luchar o huir.
- **La alegría/felicidad:** Esta emoción aumenta la actividad del área del cerebro que se encarga de reprimir los sentimientos negativos y alejar las preocupaciones. Surge cuando la persona evalúa el objeto o acontecimiento como favorable a la consecución de sus metas particulares. (p. 16)

Existen muchas emociones, pero todas se derivan de las que se acaban de mencionar. Todas las emociones tienen una razón de ser que comenzó hace miles de años y que tiene que ver con sobrevivir. Es necesario aprender a distinguirlas todas y pasar por ellas, aunque algunas resultan más desagradables que otras. Si no se aprende a distinguir y manejar las emociones por medio de la educación emocional, entonces estas pueden revertirse. Todo depende de las emociones básicas, si se aprende a tratar con ellas se observarán resultados en todo lo demás. Bastaría con que se tuviera conocimiento para distinguir y expresar las emociones para lograr una mejor educación emocional y con ella una vida más feliz.

2.2.4 ¿Para qué sirven las emociones?

Conocer para qué sirven las emociones, permitirá en un futuro evitar todos aquellos problemas que aquejan hoy en el hogar, escuela y sociedad. La parte emocional es fundamental en el desarrollo del ser humano, además de los cinco sentidos, se tiene otro que no se ve ni se oye, no se huele ni tiene gusto, y que tampoco se puede tocar: ¡el sexto sentido! Es aquél que hace ver

lo que no se ve a simple vista. Es aquél que ayuda a sentir con todo el cuerpo lo que ocurre en el interior, siendo señales existenciales y de energía.

Malaisi (2015) citado en Sánchez afirma que “las emociones son información auténtica de quiénes somos y qué queremos (...) son energía pura: nuestro sexto sentido”. Las emociones son un papel importante en la humanidad, guían cuando se trata de enfrentar momentos difíciles y tareas importantes para dejarlas en manos del intelecto. Cada emoción ofrece una disposición definida de actuar. Cuando se trata de dar forma a las decisiones y a las acciones los sentimientos cuentan con el pensamiento, pero la inteligencia puede no tener la menor importancia cuando dominan las emociones.

Las emociones más profundas, los sentimientos, las pasiones y anhelos, son guías esenciales. Por su parte, Lemos (2019) afirma que las emociones presentan tres funciones importantes principales, las cuales son:

- **Adaptativa:** cada emoción tiene su propia utilidad. Por ejemplo, el miedo tiene la función de proteger.
- **Motivacional:** energiza la conducta motivada que se realiza de una forma más vigorosa y eficaz.
- **Comunicativa:** abarca la comunicación intrapersonal y la interpersonal. De la intrapersonal se obtiene información propia. En cambio, en la interpersonal se presta atención a la comunicación verbal y no verbal, que influyen en la conducta de los demás.

Las emociones son una respuesta emocional de sensaciones agradables y desagradables que difieren en intensidad y duración. Estas sensaciones sirven para afrontar determinadas circunstancias de la vida con mayor o menor éxito. En relación a las experiencias, las emociones básicas o innatas se pueden transformar en emociones sociales. Estas cumplirán una función elemental al ser aprendidas de acuerdo a las normas de socialización que establecen o no límites con respecto a la expresión de dichas emociones.

Brindar mejores habilidades emocionales a los niños será necesarias para recrear entornos más humanos.

2.2.5 Las claves de la Educación Emocional

Las emociones forman parte de las personas, son seres emocionales e inseparables de ellas. Todas las emociones, tanto las positivas como las negativas, aparecen como consecuencia de una serie de pensamientos que llevan a diversas interpretaciones de las situaciones. Cada una de las emociones, cumplen una función determinada para dar respuesta a las diferentes situaciones y acontecimientos.

Asimismo, la educación emocional para los alumnos es imprescindible en su desarrollo. Siendo clave medular, educarles bajo la incorporación de estrategias que les permita desarrollar habilidades para la gestión de sus emociones. Según Goleman (1997) “las personas que se destacan en estas habilidades se desempeñan bien en cualquier cosa que dependa de la interacción serena con los demás; son estrellas sociales” (p. 65). Las emociones son naturales y necesarias para los seres humanos, pero una mala gestión de las mismas puede resultar perjudicial para el bienestar.

Por su parte, Rodríguez (2019) menciona que existen cuatro claves para llevar a cabo una educación emocional, siendo estas las siguientes:

- **Identificar y reconocer las emociones:** Saber lo que se siente en cada momento, ser consciente de las propias sensaciones y emociones, sin confundirlas.
- **Aceptar y comprender las emociones:** Conocer los pensamientos que llevan a determinadas emociones, aceptar el estado emocional y comprenderlo.
- **Dejar que fluyan y cumplan su función:** Dar tiempo para que las emociones pasen y cumplan su función.

- **Expresarlas de manera adecuada:** Aprender estrategias para lograr una salida adecuada de las emociones.

Ante ello, es importante que los docentes orienten a los alumnos a descifrar sus emociones y no enfocar sus logros solo en resultados externos, dado que en la actualidad la enseñanza se centra en las materias que tienen que ver con los conocimientos lógicos, el mundo externo y el lenguaje formal, pero se concede muy poco espacio al autoconocimiento, a pesar de que las emociones constituyen una fuente única de orientación, porque guían e informan sobre lo que sucede en el interior.

2.3 El proceso de aprendizaje en la Educación Emocional

Dentro del proceso educativo, se ha tendido a privilegiar los aspectos cognitivos por encima de los emocionales. Incluso estos dos aspectos se consideraban por separado; sin embargo esto no es conveniente si se pretende lograr el desarrollo integral del educando. Para poder incorporar los aspectos emocionales en el proceso educativo se tiene que saber caracterizar en qué consisten las emociones, la inteligencia emocional y cómo a partir de éstas surge la educación emocional y qué papel juega ésta dentro del proceso de aprendizaje.

El papel y la naturaleza de la educación han cambiado según la práctica social y cultural de cada época. Qué y cómo enseñar reflejaban los patrones de vida que se tenían que reproducir o modificar; así, al transformarse la manera de entender la educación, cambiaba también la visión del aprendiz. La escuela llegó a utilizar diversos métodos para promover el conocimiento y que los aprendices alcanzaran lo que se esperaba de ellos. En la actualidad, según la UNESCO (2015), al replantear la educación en un nuevo contexto, no solo se han de considerar sus finalidades, sino también la manera en que se estructura el aprendizaje.

2.3.1 Cognición, emoción y aprendizaje

Durante el presente siglo, muchos y muchas especialistas en pedagogía, afirma Woolfolk (2006) citado por García (2012) que:

“La educación consistía en un proceso cognitivo basado en el procesamiento de la información, donde la actividad mental, como expresión del aprendizaje se da gracias a la existencia de conocimientos previos, el nivel, la cantidad y calidad de la acumulación de estos, los cuales articulándose de una manera creativa son generadores de pensamiento productivo” (p.11).

A esto se suma considerar que el aprendizaje es el resultado de la interacción social por medio de esfuerzos cooperativos dirigidos hacia metas compartidas. Esta concepción, implicó un considerable avance con respecto a muchas de las consideraciones de los modelos pedagógicos del siglo XX, pero resultó ser insuficiente para poder explicar el porqué de las dificultades del aprendizaje en una época caracterizada por la presencia de las TIC, al no tomar en cuenta que las actividades mentales y la interacción social están mediadas por las emociones y los sentimientos que poseen y desarrollan los individuos alrededor de dichos aspectos.

Retomando a Dueñas (2002), la educación no puede reducirse únicamente a lo académico, a la obtención y procesamiento de la información, al desarrollo estrictamente cognitivo, o a las interacciones sociales, como si éstas se dieran en abstracto, sino que requiere abarcar todas las dimensiones de la existencia humana. El aprendizaje no es un acto deliberado, no es ni inconsciente ni arbitrario, sino que se da conforme el individuo se desarrolla y se manifiesta como la capacidad para ejecutar una conducta que previamente no se poseía. Sin embargo, esto no dice cómo es que el sujeto alcanza tal conducta o capacidad y mucho menos qué lo motiva a alcanzarla.

Bruner (1960) consideró que el aprendizaje involucra tres procesos, casi simultáneos: la adquisición (que implica información nueva o un refinamiento de la información ya existente), la transformación (que implica el manipular el conocimiento para ajustarlo a las nuevas tareas) y la evaluación (para comprobar si la manera en que se manipula la información es la adecuada). Para lograr esto, el proceso educativo tendrá que tener en cuenta la predisposición del educando hacia el aprendizaje, lo que de una u otra manera implica carácter emocional con que asume el aprendizaje en sí mismo. A razón de Bisquerra (2005) citado por García (2012) la adquisición, transmisión y evaluación, implican una acumulación de experiencias que son interpretadas y comprendidas, las cuales están inseparables a lo que las personas son y sienten.

El aprendizaje, por tanto solo es posible en un entorno social, en el que se construyen las estructuras de conocimiento, denominadas “destrezas”, las cuales son cada vez más complejas cuando se maneja más información. Constituye un constructo individual y social que se ve afectado por las apreciaciones y valores que, individual y socialmente, se le atribuyen a las emociones en razón de ser estas construidas en términos culturales y contextuales, aspectos que determinan y regulan, cuáles emociones son las apropiadas o aceptadas para la interacción entre el sujeto y el ambiente, de tal manera que no hay aprendizajes fuera del espacio emocional. Según Pekrum (2000) citado en Casassus (2006), las emociones son determinantes para facilitar u obstaculizar dichos aprendizajes, los cuales a su vez están determinados por los intereses o necesidades del sujeto, en su interacción con el entorno.

De esta manera, se requiere considerar que el aprendizaje es el producto cultural de dos vertientes que interactúan entre sí de manera dinámica, la racional, ligada a la cognición y, la emocional, ligada a los sentimientos, de forma tal que es difícil, sino imposible, separar lo que corresponde a uno u otro

dominio. Estos aspectos, vistos en conjunto, generan un marco conceptual que permite explicar que el pensamiento, aunque parezca ser radical, está cargado de aspectos emocionales, de hecho no existe pensamiento puro, ni radical ni emocional (Casassus, 2006), porque los pensamientos dependen de los intereses o necesidades de las personas, y estos aspectos están mediados con el entorno por medio de las emociones.

2.3.2 El aprendizaje en la Educación Emocional

Para Seattler (1990) los objetivos conductistas fueron descripciones escritas de conductas específicas terminales que fueron manifestadas en términos de conductas observables y medibles. Para que un recuerdo se plasme en la memoria de una persona necesita estar asociado a una emoción. Durante toda la existencia se aprenden infinidad de cosas pero con el paso del tiempo solo algunas perdurarán en los recuerdos y las emociones serán las responsables de que esto ocurra, por lo cual la educación emocional es un elemento esencial para desarrollar el aprendizaje pues tiene influencia en el desarrollo de la afectividad y ayuda a entender los procesos de aprendizaje.

Las aportaciones que anteriormente Goleman realizó, permitió un cambio trascendental que impactó no solo a la psicología o a la sociedad, sino a la propia educación. Por ello hoy la escuela está centrando sus esfuerzos para convertirse en un espacio para el desarrollo integral atendiendo a la educación emocional, entendida según Bisquerra (2000) como un proceso de carácter no solo educativo, sino continuo y permanente.

Desde la visión de la Secretaría de Educación Pública (SEP) planteada en el Modelo Educativo (2017), la educación emocional es un proceso de aprendizaje que promueve una integración no solo de conceptos, sino de habilidades, actitudes y valores para comprender y regular las emociones.

Los procesos de aprendizaje son procesos extremadamente complejos en razón de ser el resultado de múltiples causas que se articulen en un solo

producto. Sin embargo, estas causas son fundamentalmente de dos órdenes: cognitivo y emocional. A pesar de esto, el Modelo Educativo imperante, en general tiende a ignorar o minimizar los aspectos emocionales y en la medida que el educando asciende dentro del mismo, éstos son cada vez menos tomados en cuenta. Esta visión educativa requiere un planteamiento dialógico del aprendizaje que considere según la SEP (2017) en que “la educación puede ser transformadora y contribuir a un futuro sostenible para todos” (p. 433). Para ello, es necesario adoptar una perspectiva integral de la educación y el aprendizaje, que incluya tanto aspectos cognitivos como emocionales y éticos. Esto implica ir más allá del aprendizaje académico convencional, con los retos que este esfuerzo presenta.

Durante el proceso de aprendizaje para obtener conocimientos, las emociones servirán para identificar a los agentes, situaciones o cualquier cosa que represente un factor que impida o bien facilite apropiarse de los saberes; además de esto, la emoción permite evaluar la dimensión del obstáculo que determina la reacción del sujeto, para planear una estrategia que lo conduzca al conocimiento. Al respecto, Bradley, et. al. (1994) (citado en Moreno, 2015) afirma que:

“Las emociones afectan las funciones cognoscitivas al influir en los estímulos que se atiende, en la forma en que se percibe a sí mismo y a los demás, y en la manera en que interpreta y recuerda diversas características de situaciones de la vida. Los estados emocionales pueden afectar el aprendizaje, la memoria, los juicios sociales y la creatividad. Las respuestas emocionales tienen una función importante en la organización y categorización de las experiencias vitales” (p.40).

En efecto, las emociones interfieren en el aprendizaje, y en la memoria; siendo un conjunto importante, porque funcionan como un termómetro para el alumno, al estar consciente de los indicadores que revela, donde podría estar en

posibilidades de establecer parámetros para valorar qué tan agradable o desagradable es para él el objeto de estudio y determinar con respecto a sus intereses en qué medida le resulta atractivo y, por lo tanto, definir qué cantidad de energía está dispuesto a dedicar para aprender, al mismo tiempo sopesa sus habilidades y nivel de aptitud para hacer frente a las situación cognitiva. Lo ideal para el aprendizaje es que las emociones se manejen de forma consiente porque cada una influye de manera distinta en los procesos cognitivos.

2.3.3 El rol del maestro en la Educación Emocional de los alumnos

Meyer y Turner (2002) destacan que el apoyo cognoscitivo es necesario pero no suficiente en el proceso de aprendizaje. Los resultados de las investigaciones confirman que las actitudes afectivas de los profesores juegan un papel importante tanto en lo académico o cognoscitivo como en lo interpersonal. La impresión que los procesos educacionales hacen en el futuro emocional de los alumnos puede entenderse en dos direcciones. Por un lado, los procesos de escolarización están impregnados de un complejo de relaciones personales que hacen una particular huella en las personas, principalmente en los primeros años de formación.

Por otro lado, en todos los tiempos, el maestro ha constituido un modelo a seguir para sus alumnos, por lo tanto la manera en que maneje sus emociones se constituye en un marco de referencia para los alumnos. Martín y Bock (1997) citado en Vivas (2003) al respecto afirman que “los alumnos que tienen profesores inteligentes, desde el punto de vista emocional, disfrutan asistiendo a la escuela, aprenden sin pasar miedo alguno y van edificando una sana autoestima. Pero, sobre todo, la postura humana del profesor trasciende a ellos” (p. 14).

Para los psicólogos educacionales es fundamental que toda persona que se dedique a enseñar tenga habilidades para relacionarse con los alumnos en

diversas circunstancias. Rasgos primordiales en un maestro como la flexibilidad, la tolerancia, el sentido del humor, la capacidad para relajarse, ser innovador y poder improvisar. En cuanto a esto, Abarca (2003) citado en Vivas (2003) menciona que los maestros pueden cumplir un papel esencial en la construcción de una educación basada en las emociones del estudiantado.

El compromiso del docente con el desarrollo emocional de los alumnos no se circunscribe sólo a las primeras etapas, sino que requiere estar presente a lo largo de todo el proceso educativo. El docente necesita constituirse en un mediador esencial de las habilidades emocionales en el alumno. Además de saber seleccionar, programar y presentar al estudiante aquellos estímulos que modifiquen su trayectoria emocional, le hagan sentirse bien consigo mismo y desarrolle su capacidad para regular sus reacciones emocionales.

En el sentido de lo anteriormente expuesto, Gallego, Alonso, et. al. (1999) precisan que un buen profesional de la enseñanza tiene que tener conciencia de sus propias emociones, tener la capacidad de controlarlas, ser capaz de motivarse a sí mismo, empatizar con sus alumnos, padres y demás personal y tener habilidades sociales para crear y mantener relaciones, para reconocer el conflicto y saber solucionarlo, además de encontrar el tono de voz adecuado para dirigirse a todos los agentes que intervienen en la educación del educando.

Del mismo modo, estos autores también señalan que frecuentemente el docente en su actividad del día a día dentro de las aulas, se enfrenta a múltiples situaciones que tienen que ver con un pobre desarrollo de la inteligencia emocional de sus alumnos, por ejemplo patrones actitudinales y conductuales poco apropiados, dificultades para relacionarse, existencia de etiquetados y estigmatizados, afrontamiento inefectivo de los problemas, entre otros. Para esta delicada tarea, precisan que:

“Resulta imprescindible que el educador tenga una clara conciencia de sí mismo y de sus procesos emocionales. La introspección y el reconocimiento de sus puntos débiles y fuertes, la confianza en sí mismo que demuestre, la atención que preste a sus estados de ánimo interiores y la expresión que haga de las mismas ante sus alumnos son aspectos que un educador competente debe trabajar y afianzar antes de enfrentarse a la enseñanza de la inteligencia emocional a su grupo de alumnos” (p. 55).

Esta idea es compartida también por Pérez, Reyes, et. al. (2001) citado en Vivas (2003) quienes sostienen que la formación para los maestros tiene tanto que ver con la adquisición de una mayor información y conocimiento como con la reflexión sobre su propia actuación, con el análisis sobre la adecuación de sus propios hábitos de comportamiento docente.

Asimismo, dentro de los compromisos emocionales de la profesión docente, existen pocas investigaciones acerca de lo que los profesores realmente son: las cualidades y hábitos mentales que son necesarios para enfrentar los sucesos que día a día ocurren en el salón de clases. Se espera que los maestros sean razonables y justos, que manejen consistentemente sus emociones, sentimientos, mentes y conductas, sea cual sea el curso del día. Al respecto, Vivas (2003) afirma que:

“Constantemente los profesores deben enfrentarse a situaciones, que ocurren tanto al interior del aula como fuera de ellas, que afectan la vida de sus alumnos. Problemas como la violencia entre los alumnos o hacia profesores, los embarazos no deseados, el consumo de drogas, los maltratos físicos y psicológicos, continuos fracasos escolares o trastornos emocionales o afectivos” (p.16).

Esta situación se encuentra con una doble ausencia: por un lado, el profesorado no ha sido formado para atender este tipo de problemas, y por

otro, la ausencia de programas dirigidos a potenciar las habilidades afectivas, emocionales y sociales de los alumnos con el objetivo de prepararlos con las herramientas necesarias para la vida. La educación emocional dentro y fuera de las escuelas resulta fundamental, por lo tanto se necesita tener un impacto en la preparación del futuro así como en la formación permanente.

2.3.4 El papel de las instituciones educativas en la Educación Emocional

Las instituciones educativas se trazan objetivos, los cuales durante el trayecto necesitan cumplir y así medir el logro de éstos. Al respecto, Imbernon (1999) citado en Vivas (2003) al revisar los objetivos, plantea que la escuela no puede ya tener como único objetivo la transmisión de conocimientos, sino que también necesita ocuparse de la educación de la persona tanto en los aspectos individuales como sociales. Al respecto afirma:

“La escuela y el aula como contextos donde las personas se implican en actividades, asumen papeles y participan de relaciones sociales son contextos donde se desarrollan las capacidades no sólo de tipo cognitivo sino también las de tipo afectivo, moral y social” (p.17).

La vida emocional funciona como un motor de las conductas que se registran en las instituciones educativas. En la mayoría de los conflictos que se encuentran en la vida cotidiana de los centros y de las aulas, están implicados los factores emocionales y afectivos que se construyen en la interacción entre las personas que hacen vida en ella.

Algunos ven la escuela como un lugar para aprender materias académicas, donde las habilidades sociales y emocionales se aprenden en otros espacios como la casa o en la comunidad. Al respecto, Elías , et. al. (2001) citado en Vivas (2003) afirman que es indiscutible que la promoción de las habilidades de la educación emocional implican esfuerzos adicionales y coordinados con los padres y las comunidades, pero que no requieren abordarse este asunto como si la educación emocional y los aspectos académicos fueran vías

incompatibles o que interfiere uno con otro, sino que se requiere plantear la convergencia en los esfuerzos académicos y las emociones.

Es posible desarrollar las habilidades emocionales a partir de un ambiente educativo y crear un clima escolar seguro, cálido y cuidadoso, que conduzca tanto al aprendizaje académico como al manejo de las habilidades emocionales. Al respecto, Elías, et. al. (2001) citado en Vivas (2003) destacan tres condiciones necesarias para desarrollar el papel de las instituciones en el aprendizaje emocional y social, las cuales son:

- a)** Las escuelas requieren concebirse como comunidades de aprendizaje, donde el aprendizaje emocional esté integrado con el académico.
- b)** La formación de los profesores para construir aprendizaje emocional y social, preocuparse no sólo por el desarrollo de las habilidades sociales y emocionales de sus alumnos, sino también por su propio desarrollo emocional y la aplicación de esas habilidades.
- c)** Los padres juegan un papel activo en el desarrollo académico y en el desarrollo emocional de sus hijos. (p.18)

Se precisa que en las instituciones educativas se logran desarrollar iniciativas como la evaluación del potencial emocional de sus miembros (profesores, alumnos, padres, etc.), la identificación de las redes emocionales y del ambiente emocional de la institución que contribuyen a la vida integral del educando.

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

“La vida es una comedia para aquellos que piensan y una tragedia para aquellos que sienten”.
Horace Walpole

Desde un punto etimológico, investigar proviene de la palabra latina *in* (en) y *vestigare* (hallar, indagar, inquirir), mismo que aplicado al campo de las ciencias sociales alude al hecho de indagar para explicar y diagnosticar ciertas situaciones, con la posibilidad de generar conocimientos prácticos que ayuden a mejorar y transformar la realidad vivida.

La investigación surge como un elemento primordial del ser humano para conocer y comprender el mundo en el que vive, pues desde sus orígenes han tenido una tendencia natural a buscar el por qué de las cosas. A través del tiempo se han logrado desarrollar diversas formas de obtener información por medio de distintos paradigmas, definidos de acuerdo con Bello, Villalobos y Vélez (s.f.) como un conjunto de creencias y actitudes, una visión del mundo que involucra explícitamente una metodología determinada.

Sin embargo, la investigación científica en ámbitos educativos y sociales surge de la necesidad del hombre para dar solución a problemas y responder cuestionamientos variantes eficiente y eficazmente a fin de conocer el entorno que lo rodea y de esta manera pueda transformarla en función de satisfacer sus necesidades básicas. Por lo tanto, la investigación se caracteriza por captar la atención de científicos, investigadores y maestros, siendo su papel de este último, conocer una pedagogía problematizadora dentro de las aulas.

La investigación que se realizó estuvo encaminada a una metodología que permitió llegar a las praxis mediante el conocimiento formulado de métodos, técnicas e instrumentos de un proceso teórico, práctico o puede ser ambos a

la vez. Mediante su aplicación se logró la adquisición, organización y sistematización de conocimiento teórico y experimental. “Es el requisito básico para manejar y comprender los procedimientos teóricos y empíricos de las ciencias. Indica el camino más adecuado para la explicación de principios lógicos de carácter general, que puedan aplicarse a los propósitos específicos de la investigación. Por ende toda investigación supone una lógica y a la vez un proceso” (Zorrilla, 1992, p.28).

Una de las características que tiene este tipo de investigación es que es innovadora y creativa por ello la investigación fue encaminada a “profundizar el conocimiento de un proceso ya sea teórico, práctico o teórico-práctico, parte del conocimiento científico y lo lleva a la solución de problemas de la sociedad que de una forma u otra no han sido investigados o su investigación se ha conducido en otra dirección” (Cortés 2004, p. 8).

El trabajo de toda investigación resulta ser constante y depende del desarrollo de acciones planificadas para el investigador y que se basarán sobre el objeto de estudio en distintas temáticas, con la finalidad de resolver, total o parcialmente el problema detectado con el que se inició la investigación.

La metodología se refiere al conjunto de “métodos de investigación que se siguen para alcanzar los objetivos en una ciencia o estudio” (Robert K., 2002, p.96). Por ello, la elección de la metodología apoyó al cumplimiento de los objetivos e intereses que se plantearon al inicio para llevar a cabo el proceso de investigación.

3.1 Tipo de investigación

Teniendo en cuenta que el objetivo general de la investigación busca analizar la importancia e influencia de la educación emocional a través de la utilización pertinente de referentes teóricos, metodológicos y técnicos, para conocer la relación en el proceso de aprendizaje de los alumnos del quinto grado. Se hace necesario hacer una investigación que permita lograr una

comprensión desde lo que se ha trazado dentro del objetivo; es por esto que la investigación que se ajusta al diseño y ejecución es cualitativa, bajo el nivel de estudio descriptivo que estudia situaciones que generalmente ocurren en condiciones naturales.

Partiendo de las necesidades y los fines de la investigación, el estudio planteado parte del enfoque cualitativo, que a decir de Grinnell (1997) citado en Hernández (2006, p.16) es una especie de “paraguas” en el que se incluyen diversas concepciones, visiones, técnicas y estudios no cuantitativos.

Además, “la investigación cualitativa por ser inductiva, permite explorar y describir para que de esta forma se puedan originar perspectivas teóricas” (Hernández, 2010, p. 9). En este sentido, permitió comprender la importancia que tiene la educación emocional en el proceso de aprendizaje para desarrollar personas integrales, misma que responde a la pregunta general del objeto de estudio.

La importancia de basar la investigación en el enfoque cualitativo, es el reconocimiento del carácter reflexivo que posee, mismo que considera al investigador como el principal instrumento de investigación, cuya meta principal es reunir y examinar sus observaciones al tener contacto directo con los participantes para lo cual es necesario “ver a través de los ojos de la gente que uno está estudiando [...] logrando la capacidad de penetrar los contextos de significado con los cuales ellos operan” (Mella, 1998, p.8).

La selección del enfoque antes mencionado fue útil debido a que permitió llevar a cabo la recolección, análisis e interpretación de datos descriptivos, de aquellos aspectos homogéneos del comportamiento del ser humano; en esencia, de las emociones. Por ello, el proceso de investigación contribuyó al ámbito educativo, debido a que se atendió a las necesidades educativas y factores que son involucrados en el proceso de aprendizaje del educando.

3.1.1 Método

Para Taylor y Bogdan (1986), la palabra metodología señala el modo en que se enfocan los problemas y se buscan las respuestas. El término está compuesto del vocablo *método* y el sustantivo griego *logos* (juicio, estudio), que en general se define como “la descripción, el análisis y la valoración crítica de los métodos de investigación” (Mora, 2004, p. 87).

Por otro lado, el término método proviene del griego *meta* (hacia, a lo largo) y *odos* (camino), entendido como el conjunto de procedimientos y actividades que se realizan de forma sistemática para llegar a un fin, que a decir de Herrera (1998) es utilizado para alcanzar los objetivos de una investigación; en síntesis, conocer, comprender y actuar sobre el fenómeno que se investiga.

La elección del método no se realiza al azar, sino que guarda una estricta relación con el enfoque metodológico y con el objeto de estudio. En el enfoque cualitativo, los métodos “están destinados a asegurar un estrecho ajuste entre los datos y lo que la gente realmente dice y hace” (Taylor y Bogdan, 1986, p. 21), lo que otorga veracidad al conocimiento generado a lo largo del proceso de la investigación.

Cazares (2002) afirma que “el método es un procedimiento concreto que se emplea de acuerdo con el objeto y con los fines de la investigación para organizar los pasos de ésta y propiciar los resultados coherentes” (p.17). Por ello, para el desarrollo de la investigación se consideró el Método Etnográfico, el cual se caracteriza por la historia de vida, que una persona cuenta o considera la parte más importante de su existencia.

Fue indispensable considerar que en la etnografía el investigador participa en la cotidianidad de la gente durante períodos prolongados de tiempo, en este caso las visitas domiciliarias realizadas en el mes de abril y durante las prácticas profesionales. Además Pérez, et. al. (2006) menciona que “la etnografía proporciona una forma de acercamiento a los fenómenos que es

particularmente útil en el campo de la educación” (p.46). La importancia que los factores subjetivos de los propios individuos y de las relaciones que se dan entre ellos hacen de la etnografía un método fértil en la comprensión de interacciones y significados.

La etnografía, o ciencia del pueblo es un método de investigación social que se originó en la década de los setenta. Tiene su origen en países como Gran Bretaña, Estados Unidos y Australia, para mejorar la calidad de la educación y resolver problemas a nivel pedagógico. Este método de investigación de las Ciencias Sociales que proviene, fundamentalmente, de la Antropología social y/o cultural. El sociólogo Giddens (2004) define la etnografía como:

“El estudio directo de personas o grupos durante un cierto período de tiempo, utilizando la observación participante o las entrevistas para conocer su comportamiento social. La investigación etnográfica pretende revelar los significados que sustentan las acciones sociales; esto se consigue mediante la participación directa del investigador en las interacciones que constituyen la realidad social del grupo estudiado” (p. 810).

Cresswell y Wolcott (Citados en Álvarez, 2003) consideran que la etnografía es una forma de mirar; asimismo, plantean como propósito de la investigación lo siguiente:

“Describir lo que las personas de un sitio, estrato o contexto determinado hacen habitualmente y explicar los significados que le atribuyen a ese comportamiento realizado en circunstancias comunes o especiales, presentando sus resultados de manera que se resalten las regularidades que implica un proceso cultural” (p. 76).

El método consiste en llevar a cabo una descripción e interpretación de datos recolectados a través del proceso de las jornadas de prácticas profesionales, observación participante y referentes técnicos como el diario de campo,

cuestionarios y entrevistas a alumnos, padres de familia y docentes. Al explicar, comprender, y dar cuenta del desarrollo de la educación emocional de los alumnos para favorecer el proceso de aprendizaje que “la etnografía admite, dentro del marco de la investigación, las experiencias subjetivas tanto del investigador como de los participantes” (Lecompte, pg. 34). Para el desarrollo de esta investigación fue útil la recolección y análisis de datos cualitativos; para luego con el método etnográfico sea necesario describir e interpretar de manera profunda los resultados obtenidos tras la aplicación de los instrumentos antes mencionados.

Una investigación etnográfica no puede quedarse en lo meramente descriptivo; debe profundizar, con preguntas adicionales, en el significado de las cosas para las personas estudiadas. Por ello, Boyle (1994) citado en Álvarez (2003), menciona que existen subtipos de etnografía según sea la unidad social que el etnógrafo desea estudiar. Por ello, se decide realizar la investigación en el método etnográfico bajo el subtipo de “Etnografía de corte transversal” la cual es conocida como la realización de “estudios de un momento determinado de los grupos que se investigan, y no procesos interaccionales o procesos en el tiempo” (p. 77). De hecho, estos factores orientan a retomar el camino de Wolcott (1999), en donde se sintetiza diciendo que el etnógrafo comienza su estudio con una mirada a las personas en interacción cotidiana y continúa tratando de discernir los patrones recurrentes, como ciclos de vida, sucesos y temas culturales.

Álvarez (2003), menciona dentro del resumen mínimo de los marcos referenciales interpretativos, que la etnografía “se aboca al estudio de los significados culturales que prevalecen en personas o grupos” (p.99). Por ello, el procedimiento de la etnografía requiere de una descripción detallada del grupo formado entre diversos individuos y que comparten entre ellos una interacción social.

La etnografía se caracteriza por intentar comprender el punto de vista del individuo en su contexto. Álvarez (2008) menciona que las características más destacadas son:

- La participación prolongada en el contexto a estudiar para dar cuenta del punto de vista de "los nativos".
- La observación participante por parte del investigador como "nativo marginal".
- La descripción reflexiva con carácter holista.

La participación prolongada en el contexto estudiando, el punto de vista de "los nativos" se refiere a la necesidad de convivir con el grupo a estudiar durante períodos de tiempo continuados para comprender las interacciones que se producen entre sus miembros y poder dar cuenta fiel de las dialécticas relaciones que se producen entre las interacciones sociales y los significados que se construyen.

Serra (2004) citado en Álvarez (2008) plantea que "se considera que uno de los requisitos para la obtención de una buena etnografía es un trabajo de campo prolongado en el que se produzcan un contacto directo y una toma de datos sobre el terreno. La presencia en el campo y la vinculación con las personas que son objeto de estudio durante un periodo largo se consideran necesarias porque permiten reunir, en su ambiente natural, datos sobre el comportamiento de las personas y los acontecimientos, y situarlos en el contexto en el que adquieren significación, lo que facilita su comprensión y la formulación de hipótesis pertinentes" (p.167). La participación prolongada permite crear relaciones cercanas que favorecen la recogida de unos datos fiable que de otro modo serían muy difíciles de lograr y de comprender.

La observación participante del investigador como "nativo marginal", hace referencia a que el etnógrafo nunca es uno más en el grupo que estudia, pero tiene que intentar integrarse lo máximo posible para realizar adecuadamente

su investigación. Como plantean Hamersley y Atkinson (2005) citado en Álvarez (2008), el etnógrafo tiene que "vivir en dos mundos simultáneamente, el de la participación y el de la investigación" (p. 130). El mundo de la participación implica tratar de "ser uno más" en el grupo, tratando de interferir lo menos posible en el modo de vida de los sujetos estudiados. El mundo de la investigación supone, además de trabajo de despacho, no olvidarse de que uno es investigador y tiene que asumir cierta distancia con aquello que observa. Por ello, se habla de que el etnógrafo asume una identidad de "nativo marginal".

La descripción reflexiva con carácter holista supone para el etnógrafo la necesidad de realizar un trabajo en el que se relacione a los individuos, grupos u organizaciones con su entorno socio-económico, físico y simbólico de modo holístico. Para ello se requiere generar una "descripción densa" que aborde las principales estructuras de significación, de aquellas que al investigador le resultan más significativas para dar a conocer la realidad que ha estudiado, y que sirven para contextualizar los casos y comprender sus dinámicas culturales.

En el ámbito educativo, utilizar la etnografía como método para mejorar y comprender el fenómeno que está teniendo lugar en la práctica; lo cual permite analizar y describir a profundidad los procesos educativos, poniendo en análisis y contraste dicha situación problemática con referentes teóricos. Con base en esto la etnografía es una de las mejores propuestas para llevar a cabo un trabajo de investigación en el aula, porque involucra a todos los agentes educativos, considerando sus perspectivas mediante la recolección de datos, lo que aporta elementos indispensables para la descripción e interpretación de los resultados.

3.2 Selección del universo

El muestreo en el enfoque cualitativo se define de acuerdo con los fines que orientan el proceso, de manera que elegir quién o quiénes fueron la fuente principal de información, es una decisión que se toma estando en el campo de investigación, de modo que reflejen la realidad y los diversos puntos de vista de los participantes del fenómeno a estudiar.

En congruencia con la finalidad que se persigue con el objeto de estudio y en razón del grupo, se procede a presentar la población en que se realiza el proceso de observación, y la muestra elegida para dar cabida al estudio sobre la importancia e influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje.

La comunidad de Porfirio Díaz es uno de los últimos pueblos que se localiza al oeste del Municipio de Villa Guerrero, siendo uno de los 125 municipios del Estado de México. Se trata de una comunidad principalmente rural que tiene una superficie de 210,535 km² y cuya cabecera municipal es la población homónima de Villa Guerrero. Limita al norte con Toluca, Tenango del Valle y Tenancingo; al sur con Ixtapan de la Sal; al este con Tenancingo y Zumpahuacán; y al oeste con Coatepec Harinas y Toluca. El pueblo donde se realizó la investigación fue en Porfirio Díaz (*Véase Anexo 2*), limitando al norte con Tequimilpa y Matlazinca, al norte con San Pedro Buenos Aires, al sur con el Carmen y al oeste con Cuentla.

Actualmente, Villa Guerrero también es conocido como "La Capital de la Flor en México". Esto se debe a que el municipio de Villa Guerrero, es el principal productor de flores en México. Porfirio Díaz, es una comunidad de clase media baja, una gran cantidad de padres de familia emigran a los Estados Unidos a trabajar, ausentándose gran parte del año; un bajo porcentaje de los padres son profesionistas o comerciantes establecidos, la mayoría desempeñan trabajos de jornaleros; por lo cual los padres de familia no son muy

participativos en las actividades inherentes al ámbito educativo. La principal fuente de sustentos de los hogares es la producción de flores, así como el sembradío de esprado, algunos otros padres de familia se dedican a la agricultura, sembradío, cosechar y vender maíz, algunos son propietarios, otro porcentaje trabaja únicamente como jornaleros.

Porfirio Díaz, cuenta con servicios públicos como lo son la energía eléctrica, agua (escasa en el estanque), drenaje, teléfono, internet y transporte público (para algunas casas alejadas y pertenecientes a esta comunidad es complicado contar con estos servicios y la red eléctrica así como de agua potable). En lo que respecta a la educación que oferta esta población son los siguientes niveles (*Véase Anexo 3*): Dos preescolares; de los cuales uno se encuentra ubicado en la parte centro de la localidad, en la calle 05 de Mayo, llamado “Nicolás Copérnico” y otro en la Joya de Porfirio Díaz; en la calle Francisco Javier Mina, limitando con el Carmen, y denominado como “Martha Hernández de Guadarrama”, una Escuela Primaria ubicada en la carretera principal, a una cuadra del jardín central; lado este, llamada “Lic. Benito Juárez”, y finalmente dos cuadras abajo de la Escuela Primaria se encuentra una Escuela Secundaria registrada como “Antonio de Mendoza”.

La investigación se realizó dentro de la Escuela Primaria “Lic. Benito Juárez” perteneciente a la Zona Escolar P-238 y con C.C.T. 15EPR0763C, se encuentra en el domicilio calle Hidalgo s/n ubicada en la comunidad de Porfirio Díaz perteneciente al Municipio de Villa Guerrero, Estado de México. Es el lugar seleccionado por ser la zona donde se llevan a cabo las prácticas profesionales, además que permite la facilitación de la recopilación de información y por el conocimiento adquirido con base a las características del lugar.

3.2.1 Población

La población “es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones, o bien subgrupo de la población de la cual se recolectan los datos y que es representativa...” (Hernández, 2004, p. 303). La escuela primaria “Lic. Benito Juárez” cuenta con una matrícula de 179 alumnos, los cuales integran la comunidad estudiantil y de la cual surge la presente investigación.

El personal docente y de apoyo se conforma por: un directivo, 10 docentes frente a grupo, promotores de Educación para la Salud, Física y Artística y maestro de cómputo.

Dicha institución es de organización completa, cuenta con los grados de primero a sexto, (paralelos solo en primero, segundo, quinto y sexto). El edificio escolar está conformado por una dirección, 11 aulas de las cuales 10 están a la disposición de los docentes para impartir clase y la otra es una sala de cómputo; además cuenta con dos sanitarios, tienda escolar, mesas para que los alumnos disfruten de sus alimentos o realicen algún trabajo, patio cívico, dos áreas verdes, una cancha de basquetbol y una bodega. Cuenta con los servicios de agua potable, luz eléctrica, drenaje e internet. Con relación a los materiales, está equipada con recursos de audio y tecnológicos que ayudan al desarrollo de otras habilidades de los alumnos.

Cubre el turno matutino con un horario de 9:00 a.m. a 14:00 hrs., dentro de este horario se toma un receso de 12:00 a 12:30 p.m.

La escuela cuenta con dos programas educativos de apoyo, como lo son el Programa Nacional de Convivencia Escolar (PNCE) cuyo objetivo es favorecer el establecimiento de ambientes de convivencia escolar sana y pacífica que coadyuven a prevenir situaciones de acoso escolar y por otro lado el Programa de Fortalecimiento a la Calidad Educativa (PFCE) el cual tiene por objetivo fortalecer las capacidades didácticas de los docentes y directivos para

desarrollar las habilidades de lenguaje, comunicación y matemáticas en los/as educandos.

La investigación se realizó durante el ciclo escolar 2019-2020 tiempo necesario para la aplicación de instrumentos que sirvieron para evidenciar los resultados más contundentes que permitieron verificar la importancia e influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje de los alumnos del 5º grado de la escuela primaria “Lic. Benito Juárez”.

3.3 Muestra

Se conceptualiza como el “subgrupo de la población de interés sobre el cual se recolectaron datos, y que tienen que definirse o delimitarse con precisión, siendo que esto deberá ser representativo de dicha población” (Sampieri, 2010, p. 41). Los participantes que forman parte en esta investigación son 17 alumnos, cuyas edades en promedio oscilan entre los 9 y 10 años de edad; además de contar con el profesor y padres de familia que integran e influyen dentro del quinto grado, grupo “B”. De los 17 alumnos que integran el grupo, 10 son niñas y 7 son niños, alumnos que pertenecen a la misma comunidad y que asisten a la escuela por cercanía.

De acuerdo con la prueba aplicada a los alumnos que integran el quinto grado, grupo “B” retomado de la propuesta de Ibarra (2006) en su Libro “Aprende fácilmente con tus imágenes, sonidos y sensaciones” (pp. 138- 140). Los alumnos presentan las siguientes características de aprendizaje (*Véase Anexo 4. Gráfica 1*).

El estilo de aprendizaje de los alumnos más sobresaliente es el kinestésico, por lo que, los alumnos Kinestésicos, cuando procesan la información la asocian a sensaciones y movimientos; aprenden mediante la manipulación.

La naturaleza del niño en esta etapa es la actividad constante de acciones que le sean significativas y que retomem su desarrollo físico así como cognitivo,

pues son factores que contribuyen en la realización de actividades, relaciones intrapersonales e interpersonales que se hacen presentes formando amistades duraderas y mostrando confianza en aquellos más cercanos a su realidad. Además de tener en cuenta este factor de convivencia, se observan actitudes agresivas y conflictivas que dificultan la armonía dentro del aula, debido a que no saben cómo manejar sus emociones para la resolución de los problemas.

Por otro lado, intervienen como participantes informativos los padres de familia correspondientes y el titular del grupo, a fin de obtener información acerca de la importancia e influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje de los estudiantes.

3.3.1 Técnicas e instrumentos

El investigador cualitativo requiere ser empático para lograr “comprender a las personas dentro del marco de referencias de ellas mismas” (Taylor, Bodgan, 1986, p.21), por lo cual aparta sus propias creencias y perspectivas para lograr entender el fenómeno tal como es experimentado por los sujetos, sin interponer juicios de valor que den un sentido erróneo a las conclusiones generadas en el proceso de interpretación.

Las técnicas de recolección de datos, de acuerdo con Hurtado (2000), son todos los procedimientos y actividades que permiten obtener la información necesaria para dar respuesta al objetivo de la investigación y alcanzar la finalidad.

En razón a sus características, pertinencia y viabilidad, y para los fines que confiere la investigación, se seleccionaron como técnicas los cuestionarios, entrevista semiestructurada, y la observación participante a través de un diario de campo.

La elección de los instrumentos se eligió con pertinencia de acuerdo con el fin que confiere la investigación, de manera que estos arrojen la información

necesaria y permita dar cabida al proceso de análisis y reflexión para rescatar las fortalezas, debilidades y áreas de oportunidad con lo que se abra el ciclo de mejora.

Para el proceso de recopilación de información y por ser una investigación cualitativa se utilizaron cuestionarios con preguntas cerradas dirigidas a los alumnos y preguntas abiertas a los padres de familia, encaminadas en torno a la importancia e influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje, la entrevista semi-estructurada a docentes del tercer ciclo (5° y 6°), además de la observación participante a través de un diario de campo, como instrumentos fundamentales para el desarrollo de la investigación. Los instrumentos se elaboraron con la mayor claridad y precisión, retomando posturas de autores que sustentan el marco metodológico, para ser aplicado a todos aquellos que intervienen dentro del objeto de estudio. A continuación se detalla en qué consiste cada referente técnico:

3.3.1.1 Cuestionario

El cuestionario es uno de los instrumentos implementados para la recolección de datos; en donde los participantes proporcionan información. El tipo de cuestionario depende de los objetivos que persigue la investigación. Por ello, es necesario conocer el tipo de preguntas a emplear en un cuestionario abierto, siendo aquellas en las que se pregunta al sujeto algo y se le deja en libertad de responder como quiera. Este tipo de cuestionario es muy útil y proporciona mucha información, pero requiere más tiempo por parte del informante. Mientras que en el cuestionario cerrado es aquél que está estructurado de tal manera que, al informante se le ofrecen sólo determinadas alternativas de respuesta.

Los cuestionarios contienen preguntas abiertas y cerradas “con una planeación que permite el acceso a la subjetividad de los participantes” (Álvarez, 2003, p. 184), los ejes de análisis de cada cuestionario surgieron a

partir de la construcción de los objetivos y de la pregunta de investigación, lo que permitió recabar información sobre la educación emocional que se fomenta en la escuela primaria y la importancia de esta desde las perspectivas de quienes participan para su fortalecimiento y desarrollo de las emociones en el educando.

El uso de este instrumento favoreció el desarrollo de capacidades de observación y categorización de la realidad, que permitieron conocer aspectos más allá de los que se normalizan y pasan inadvertidos. Se procedió a formular preguntas cerradas a los alumnos, y abiertas a padres de familia, en las cuales algunas preguntas que se consideraron para la elaboración del cuestionario y que logran los objetivos y pregunta de investigación son:

1. Alumnos (Preguntas cerradas) (Véase Anexo 5)

- ¿Me conozco a mí mismo, se lo que pienso, lo que siento y hago?
- ¿Expreso mi ira, asco, miedo, alegría, tristeza y sorpresa?
- ¿Identifico mis cambios de humor y el de los demás?
- ¿Influye mi estado emocional para aprender?
- Al recibir una llamada de atención de mi maestro y hacerme sentir mal, ¿ya no aprendo?
- Al recibir una llamada de atención de mis papás, ¿ya no voy a la escuela con el mismo entusiasmo?

2. Padres de familia (Preguntas abiertas) (Véase Anexo 6)

- ¿Es importante el aspecto emocional en el aprendizaje de su hijo/a?
- ¿Qué expresiones y comportamientos observa en su hijo/a que según su criterio tienen educación emocional?
- ¿Considera que la educación emocional tiene relación para el aprendizaje?
- ¿Se observa en su hijo/a educación emocional?

- ¿Considera que el manejo de las emociones influye para que su hijo/a aprenda lo que tiene que aprender en la escuela?

Mediante la implementación de este instrumento se recabaron las aproximaciones sobre la educación emocional, favoreciendo la recopilación de información de manera clara y precisa al ser leídas, analizadas y reflexionadas, cada una de las preguntas.

3.3.1.2 Entrevista

Otro de los instrumentos que se empleó para llevar a cabo el desarrollo de este trabajo de investigación, desde el enfoque cualitativo, es la entrevista que consiste en la “conversación con una estructura y un propósito” (Álvarez, 2003, p. 184), dirigida a una persona para recabar información oral que el entrevistado brinde al entrevistador. Es una técnica de gran utilidad en la investigación debido a que adopta la forma de diálogo.

La clasificación de las entrevistas de acuerdo a sus planeación corresponde a tres tipos: “entrevistas estructuradas o enfocadas, las preguntas se fijan de antemano, con un determinado orden y contiene un conjunto de categorías u opciones para que el sujeto elija. La entrevista semiestructurada: presenta un grado mayor de flexibilidad que las estructuradas, debido a que parten de preguntas planeadas, que pueden ajustarse a los entrevistados, mientras que la entrevista no estructurada: es más informal, más flexible y se planea de manera tal, que puede adaptarse a los sujetos y a las condiciones” (Díaz, et al. 2013, p. 3). La entrevista de cualquier índole es un instrumento más para recabar datos, permitiendo obtener información más profunda y detallada.

Con su uso se pretende recuperar información pertinente para comprender, interpretar, analizar y expandir el conocimiento sobre la importancia e influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje de los estudiantes. La información recabada a través de este instrumento fue vital

para la reestructuración de las mismas a fin de mejorar la práctica docente y por ende favorecer el aprendizaje de los alumnos.

De esta manera, y con la intención de asegurar la conservación de la veracidad de los datos, se considera las pautas propuestas por Moreno (1991) para desarrollar el proceso de obtención de información mediante la entrevista, los cuales son:

- Dar instrucciones y aclaraciones que sitúen al entrevistador en el tema.
- Dar instrucción breve que incluya aspectos relacionados con el entrevistador, entrevistado, la situación y objetivos de la investigación.
- Utilizar un lenguaje comprensible.
- Emplear preguntas que se refieran a acontecimientos determinados.
- Neutralizar las tendencias de respuestas, preguntando lo mismo mediante formulaciones opuestas.
- Aseverar la confiabilidad de la información y el secreto profesional.
- Contrastar la información a través de otras fuentes.
- Evitar hacer sugerencias.

La entrevista semiestructurada se dirige al director escolar, así como a docentes del tercer ciclo (5° y 6°), debido a que pueden ofrecer diversas perspectivas sobre la forma en que promueven la educación emocional en los alumnos. Los ejes de análisis de la entrevista surgieron a partir de la construcción de los objetivos y de la pregunta de investigación, procediendo a formular trece preguntas de respuesta abierta, y un cuadro con cinco afirmaciones; en la cual el docente demuestra lo que en realidad conoce de la temática en cuestión. Algunas de las preguntas que se consideraron para la elaboración de la entrevista y que logran los objetivos y pregunta de investigación son:

1. Maestros (Preguntas abiertas) (Véase Anexo 7)

- ¿Qué es la educación emocional?
- ¿Es importante el aspecto emocional en el aprendizaje de los niños?
- ¿Qué expresiones y comportamientos observa en los alumnos que según su criterio tienen educación emocional?
- ¿Considera que la educación emocional tiene relación para el aprendizaje?
- ¿Qué es necesario trabajar para impulsar la educación emocional en los alumnos?
- ¿Cuál es la influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje de los alumnos?
- ¿Cuáles son las competencias emocionales que se requieren favorecer en el aula?
- ¿Cuáles son las estrategias que diseña y pone en práctica para promover la educación emocional en el proceso de aprendizaje de los alumnos?

La finalidad de las interrogantes es identificar:

- Si el docente conoce qué es la educación emocional y cuáles son las competencias emocionales que se requieren favorecer en el aula.
- Las estrategias que diseña y pone en práctica para promover el desarrollo emocional.
- La importancia que le otorga a la educación emocional en el proceso de aprendizaje de los alumnos; de manera que reconozca si efectivamente genera espacios en el aula para fomentar el desarrollo emocional.

3.3.1.3 Observación participante (Diario de campo)

La observación se define como la piedra angular del conocimiento, que a decir de Adler (2003) citado en Álvarez (2003) consiste en obtener

impresiones del mundo circundante por medio de todas las facultades humanas, actividad que responde a los propósitos de la profesión y resulta ser significativa para la formación como docentes.

De acuerdo con Taylor y Bogdan (1986), la observación participante se trata de entrar en el campo sin hipótesis o preconceptos específicos. Los observadores permanecen relativamente pasivos a lo largo del curso del trabajo de campo, pero en especial durante los primeros días. Las observaciones que se obtienen son útiles solo en la medida en que pueden ser recordadas y registradas.

La observación es un tipo de trabajo de campo, en el que los investigadores se formulan preguntas para permitir que la gente hable sobre lo que tiene en mente y lo que le preocupa, sin forzarla a responder a lo que los investigadores requieren (Taylor y Bogdan, et. al., 1987). Para que sea eficaz la observación, se requiere tener en claro que las palabras y símbolos utilizados en sus mundos pueden tener significados diferentes en los mundos de sus informantes.

Cabe mencionar que el proceso de observación participante es fundamental para la realización de los diarios de campo donde se registran las incidencias del acontecer dentro de la práctica, mismos que permiten hacer una reflexión y análisis detallado.

En este sentido, se precisa definir el diario de campo como una herramienta importante que permite conocer de manera detallada las situaciones que tienen lugar dentro del aula. De acuerdo con Porlán y Martín (1991), es una herramienta que ha de proporcionar el desarrollo de un nivel más profundo de descripción de la dinámica del aula mediante el registro de los hechos importantes de las emociones que intervinieron en el proceso de aprendizaje.

Dentro de la observación participante se empleó el diario de campo, orientado en ejes de análisis que permitieron el alcance de los propósitos de la investigación y que convergen en la educación emocional como lo son:

- Actitudes que muestran los alumnos.
- Disposición del trabajo en equipo.
- Estrategias que utiliza el docente.
- Participación de los padres de familia en las actividades escolares.
- Rasgos del contexto en el que se desarrollan, etc.

3.4 Procesamiento de la información

En este apartado se presenta información relativa al cómo se realizó el procesamiento de información, que se recuperó de las técnicas e instrumentos aplicados a alumnos, padres de familia y docentes; además de hacer mención de la estrategia para el análisis e interpretación de los resultados. Según Gorina y Berenguer (2017) se conceptualizó el procesamiento de la información, en el marco del proceso de investigación de las Ciencias Pedagógicas, como “un proceso holístico y sinérgico, consistente en el sometimiento de determinados datos gestionados (representativos de una realidad pedagógica) a un conjunto de tratamientos u operaciones mínimas, con el fin de extraer de ellos información válida y confiable, necesaria para cumplir el objetivo investigativo, es decir, una potencialidad innovativa” (p. 6). De esta manera, permitió analizar y describir los resultados, para su posterior organización e interpretación y culminar con la triangulación y definición de las categorías principales para dar respuesta a los objetivos, así como a la pregunta de investigación.

La investigación se circunscribe bajo el enfoque cualitativo, en el cual se toman como referencias las voces, las creencias, reflexiones y vivencias de las personas participantes. Con este proceso investigativo no se pretende generar

leyes universales, más bien se busca el análisis y reflexión de la importancia e influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje.

Según Hernández, et. al. (2010) citado en Morera, et. al (2018), afirma que “el enfoque cualitativo se desarrolla en ambientes naturales, no busca replicar la experiencia y los significados se extraen de los datos. Este enfoque requiere de un proceso inductivo y recurrente, donde se analiza la realidad subjetiva” (p.31); esto quiere decir, que en la investigación cualitativa, el investigador realiza un análisis minucioso, considerando todos los detalles en la recolección de la información, lo cual permitirá obtener conclusiones de primera fuente.

Además, el enfoque cualitativo permitió profundizar en las ideas, para ampliarlas, dar riqueza interpretativa y contextualizar el fenómeno en estudio en el trabajo de campo; se partió de lo particular a lo general, relacionando los sujetos en estudio con la problemática que se analizó. Una de las características del enfoque cualitativo según Carrillo (2017) “es la paradoja de que, aunque usualmente son pocas las personas a quienes se estudia, la cantidad de información obtenida es muy grande” (s.p.). El primer paso fue la obtención de la información que los participantes proporcionaron, una vez realizado esto, el análisis comienza con la comparación de palabras, identificando opiniones, sentimientos o ideas que se repetían, aunque fueran expresadas con palabras o con estilos diferentes.

El análisis tiene que ser sistemático, seguir una secuencia y un orden, Krueger (1998) citado en Álvarez (2003) propone seis pasos: La fase de obtención de información, consiste en contar con una secuencia ordenada de preguntas, el segundo paso equivale a la captura, la organización y el manejo de la información, el tercer paso es la codificación de la información, la cual refiere a una etiqueta que se coloca a los textos con comentarios, opiniones, sentimientos etc., y que pueden repetirse. De acuerdo con Strauss y Corbin (1998) citado en Álvarez (2003) existen dos tipos de código o formas de codificar, los cuales son:

- **Códigos abiertos:** Son el primer acercamiento al texto, cuando se señalan porciones de texto o palabras que llaman la atención.
- **Codificación axial:** Se va dando cuando diferentes categorías y subcategorías o familias de códigos se relacionan entre sí, buscando encontrar una explicación.

Es importante recalcar que la codificación no es de ninguna manera un proceso rígido, puede iniciarse determinando ciertos códigos y, conforme el análisis avanza, pueden surgir nuevas categorías que sustituyan, incluyan o subdividan categorías anteriores.

El cuarto paso que Krueger (1998) citado en Álvarez (2003) propone es la verificación participante que consiste en brindar la oportunidad a los participantes de verificar lo que el investigador ha encontrado; referente al quinto paso, el investigador se reúne con el colaborador para ver si se observaron y escucharon la misma cosa y para verificar coincidencias en la percepción de la sesión, finalmente, se plantea la conveniencia de que los resultados se compartan con los participantes y otros investigadores.

En efecto, el código seleccionado para el procesamiento de la información fue la codificación abierta, con el fin de desnudar conceptos, ideas y sentidos, respecto a esto Strauss y Corbin (2002) son claros señalando que “para descubrir y desarrollar los conceptos debemos abrir el texto y exponer los pensamientos, ideas y significados contenidos en él” (p. 111). Esta investigación es profundamente inductiva, porque prescinde de una teoría para aplicar conceptos, leyes o dimensiones al texto que se está codificando. La codificación abierta resulta del examen minucioso de los datos para identificar y conceptualizar los significados que el texto contiene.

El análisis que se realizó es verificable, se conservan los cuestionarios, las entrevistas y el diario de campo. El análisis de la información conduce a una mejor comprensión del tema de investigación, lleva a explicaciones

alternativas, representa un proceso de comparación que encuentra patrones y compara datos, y es a la vez un proceso ordenado y cuidadoso con gran flexibilidad.

Por otro lado, la manera en cómo se realizó el procesamiento de la información fue mediante las técnicas (observación participante y entrevista semiestructurada) e instrumentos (diario de campo, cuestionario abierto y cerrado) para la recolección de la información, siendo herramientas que permitieron recolectar los datos para dar respuesta a la pregunta de investigación. En este caso, la información se obtuvo principalmente del personal docente del tercer ciclo educativo, así como el directivo, además de los alumnos del quinto grado, grupo “B” y padres de familia.

Para obtener la información que da sustento a este estudio, se elaboró una matriz que orientó el proceso de recolección, en esta matriz se incluyeron los objetivos propuestos, así como las interrogantes que se presentaban en cada uno de las técnicas e instrumentos para la recolección de información. Este ejercicio permitió definir y estructurar las siguientes técnicas e instrumentos para la recolección de la información:

- **Observación participante (Diario de clases):** esta es una de las técnicas de recolección de información que se utilizó durante la práctica profesional. Al tener presente los objetivos de esta investigación, se procedió a diseñar el instrumento de diario de campo, para registrar las incidencias del acontecer dentro de la práctica, mismos que permitieron hacer una reflexión y análisis detallado.
- **Entrevista semiestructurada y cuestionario (abierto y cerrado):** se presentó una serie de preguntas, las cuales se elaboraron previamente. En el desarrollo de estas técnicas e instrumentos, se procuró generar un clima de confianza que facilitara la participación de los agentes que intervendrían. Antes de iniciar, se brindaron algunas indicaciones, con el fin de lograr respuestas claras y concisas; se estableció a priori el

tiempo para la participación y abordar todas las interrogantes vinculadas con los objetivos de la presente investigación y en torno a la opinión de las personas expertas, sobre creencias y experiencias en la importancia e influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje.

La información se recolectó mediante las técnicas e instrumentos indicados anteriormente en un 100% de la muestra designada, luego se realizó la descripción y ordenamiento de resultados aplicados a alumnos, padres de familia y docentes, para ser ordenados de acuerdo con los objetivos propuestos y la literatura consultada, con el propósito de extraer los significados relevantes. Posteriormente, para organizar la información de manera articulada, se procedió con la asignación de códigos, agrupación de ideas, conceptos o temas afines, por otro lado, la presentación de la descripción gráfica solo se realizó en los cuestionarios de los alumnos, por ser preguntas cerradas y con respuestas dicotómicas.

Una vez organizada esta información, se agrupó sistemáticamente por temas sobre determinados constructos y sus relaciones. De esta manera, emergieron las categorías de análisis, dentro de las que se integraron los diferentes segmentos de texto, los cuales posibilitaron la localización ordenada de la información, de acuerdo con este proceso, para su respectivo análisis e interpretación de resultados, y culminar con la discusión y triangulación de la información recopilada integrada en dos categorías principales (educación emocional-proceso de aprendizaje).

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE INFORMACIÓN

“En un sentido muy real, todos tenemos dos mentes, una mente que piensa y otra mente que siente”.

Daniel Goleman

4.1 Descripción, análisis e interpretación de datos

Una vez concluida la etapa de colección y procesamiento de datos se inicia con una fase importante de la investigación: el análisis de datos. Kerlinger (1983) citado en Ávila (2006) afirma que “analizar significa establecer categorías, ordenar, manipular y resumir los datos” (p. 113). En esta etapa del proceso de investigación se procede a racionalizar los datos recolectados a fin de explicar e interpretar las posibles relaciones que expresan las variables estudiadas, cuando se obtienen los datos se procede a su análisis e interpretación; actividad que conduce al descubrimiento de su significado.

La estrategia de análisis de datos, por tratarse de una investigación cualitativa se centra en la codificación (Hernández et. al., 2010). A través del análisis y lectura detallada de las respuestas obtenidas de los instrumentos de investigación, como lo fueron los cuestionarios dirigidos a alumnos y padres de familia, la entrevista a docentes y el diario de clase; obtenidos durante el tiempo escolar y visitas domiciliarias. Se realiza la triangulación de las categorías principales para dar respuesta a la pregunta de investigación. Estos instrumentos son de interés para la comprensión de los sentidos y significados que el grupo o comunidad en estudio asigna a sus acciones, de ahí que, el método etnográfico se caracteriza por el empleo de citas directas del grupo observado, dejando que los informantes hablen por sí mismos.

Investigadores como Taylor y Bogdan (1986), plantean el tratamiento de los datos a través de un análisis comprensivo, articulado sobre la comprensión y rastreo de los mismos, mediante la búsqueda de categorías fundamentales en

los hechos que se han descrito a lo largo de los diferentes instrumentos utilizados en la investigación cualitativa. A través de los instrumentos implementados se realiza una descripción de los resultados, se pretende detectar frases, códigos que se repitan y permitan identificar y agrupar las respuestas. De esta manera Ávila (2006) afirma que “si una hipótesis es soportada por la evidencia empírica se llega a la solución del problema, completando el ciclo de investigación” (p.26). En efecto, el análisis tiene que expresarse de manera clara y simple utilizando lógica tanto inductiva como deductiva.

El análisis de datos es el precedente para la interpretación, esta se efectúa en términos de los resultados de la investigación, Kerlinger (1983) citado en Ávila (2006) menciona que “esta actividad consiste en establecer inferencias sobre las relaciones entre las variables estudiadas para extraer conclusiones y recomendaciones” (p. 113), con la finalidad de alcanzar los objetivos del estudio.

La descripción, análisis e interpretación de los resultados se hace a la luz de la pregunta que guía la presente investigación, la cual fue ¿Cuál es la importancia e influencia de la educación emocional en relación al proceso de aprendizaje?, además de esto, vale la pena mencionar que el objetivo general a alcanzar es analizar la importancia e influencia de la educación emocional a través de la utilización pertinente de referentes teóricos, metodológicos y técnicos, para conocer la relación en el proceso de aprendizaje.

Mientras que el primer objetivo específico hace hincapié en examinar diversas fuentes bibliográficas a través de referentes específicos del tema a investigar para conocer la importancia e influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje; el segundo da apertura a emplear la investigación cualitativa mediante el método etnográfico y aplicación de instrumentos para describir la relación entre la educación emocional y el proceso de aprendizaje.

En este apartado se incorporan las variables que permiten describir las características esenciales de los participantes; en torno a las categorías de educación emocional y el proceso de aprendizaje. Las áreas que se exploraron corresponden al ámbito persona (alumnos), familiar (tutores) y escolar (colectivo docente), de la Escuela Primaria “Lic. Benito Juárez” de la Comunidad de Porfirio Díaz, Municipio de Villa Guerrero, Estado de México.

En primer lugar, se presenta la descripción de los resultados obtenidos en los cuestionarios con respuestas cerradas, aplicados a los alumnos del quinto grado, grupo “B” de la institución antes mencionada, debido a que las prácticas profesionales se realizaron con alumnos que integran este grupo. Posteriormente, se plasma el análisis e interpretación de los resultados de los cuestionarios aplicados. En seguida se muestra la descripción de los resultados del cuestionario abierto dirigido a los padres de familia, con una numeración del 1 al 17 derivado del número total de alumnos; así mismo, se efectúa el análisis e interpretación de los resultados adquiridos en este instrumento.

Al mismo tiempo, se genera la descripción de los resultados de las entrevistas aplicadas a docentes del tercer ciclo (5° y 6°) además del director escolar. Las respuestas se encuentran numeradas del 1 al 5, debido a que son la cantidad total de docentes a los cuales se les entrevistó; igualmente, se hace un análisis e interpretación de los resultados obtenidos en este instrumento, posteriormente se describe, analiza e interpreta la observación participante dentro del diario de campo.

4.1.1 Alumnos

4.1.1.1 Descripción de resultados de los cuestionarios

El cuestionario aplicado a los alumnos estuvo conformado por 10 preguntas cerradas; las cuales consideraron información acerca de la educación emocional. Los resultados se muestran enseguida:

1. **¿Me conozco a mí mismo, se lo que pienso, lo que siento y lo que hago?**
(9 niñas y 7 niños) 16 alumnos opinan que sí y 1 (niña) algunas veces.
2. **¿Identifico los puntos de vista de mis compañeros con los que tengo conflictos poniéndome en su lugar?**
(2 niñas y 1 niño) 3 alumnos opinan que sí, (5 niñas y 2 niños) 7 algunas veces y (3 niñas y 4 niños) 7 no.
3. **¿Uso el diálogo interno para controlar estados emocionales?**
(1 niña y 2 niños) 3 alumnos opinan que sí, (6 niñas y 5 niños) 11 algunas veces y (3 niñas) 3 no.
4. **¿Expreso mi ira, asco, miedo, alegría, tristeza y sorpresa?**
(8 niñas y 5 niños) 13 alumnos opinan que sí y (2 niñas y 2 niños) 4 algunas veces.
5. **Utilizo mecanismos para manejar mi rabia. (Ideas para tranquilizarme: respiro profundo, alejarme de la situación o contar hasta diez).**
(1 niña y 1 niño) 2 alumnos opinan que sí, (4 niñas y 1 niño) 5 algunas veces y (5 niñas y 5 niños) 10 no.
6. **¿Identifico mis cambios de humor y el de los demás?**
(6 niñas y 6 niños) 12 alumnos opinan que sí, (3 niñas) 3 algunas veces y (1 niña y 1 niño) 2 no.
7. **Reconozco cómo se sienten otras personas cuando son agredidas o se vulneran sus derechos y contribuyo a aliviar su malestar. (Competencias emocionales)**
(2 niñas) 2 alumnos opinan que sí, (7 niñas y 6 niños) 13 algunas veces y (1 niña y 1 niño) 2 no.
8. **¿Influye mi estado emocional para aprender?**
(7 niñas y 5 niños) 12 alumnos opinan que sí, (3 niñas) 3 algunas veces y (2 niños) 2 no.

9. Al recibir una llamada de atención de mi maestro y hacerme sentir mal, ¿ya no aprendo?

(1 niña y 2 niños) **3** alumnos opinan que sí, (2 niñas y 3 niños) **5** algunas veces y (7 niñas y 2 niños) **9** no.

10. Al recibir una llamada de atención de mis papás, ¿ya no voy a la escuela con el mismo entusiasmo?

(1 niño) **1** alumno opina que sí, (2 niñas y 2 niños) **4** algunas veces y (8 niñas y 4 niños) **12** no.

4.1.1.2 Análisis e interpretación de los resultados de los cuestionarios

El análisis e interpretación de las respuestas de los cuestionarios se centra en las categorías: educación emocional y proceso de aprendizaje, las primeras preguntas estuvieron encaminadas hacia el conocimiento que tienen de sí mismos, sobre lo que piensan, lo que sienten y hacen, fungiendo como una capacidad de estar conscientes y de conocer sus cualidades y defectos.

La habilidad del autoconocimiento es importante cuando hay que tomar decisiones en la vida, es la primera aptitud de la educación emocional. De ahí que, Rogers citado por Skaluri (2012) se interesó en el estudio del individuo en sí mismo. Para esto desarrolló una teoría de la personalidad centrada en el yo, en la que se ve al hombre como ser racional, con el mejor conocimiento posible de sí mismo y de sus reacciones, proponiendo además el autoconocimiento como base de la personalidad y cada individuo como ser individual y único.

Por otro lado, Goleman (1999) define la inteligencia emocional como el autoconocimiento del potencial para reconocer sentimientos tanto propios como ajenos, la fuerza para motivarse, con el objetivo de mejorar las emociones, y las relaciones con los demás. Este mismo autor señala que la inteligencia emocional permite la conciencia de los propios sentimientos en el

momento en el que se experimentan, dándole una atención progresiva a los propios estados internos.

Con respecto al autoconocimiento al analizar las respuestas de los alumnos se deduce que la mayoría se conocen a sí mismos, saben lo que piensa, lo que sienten y lo que hacen, mientras que uno de ellos solo algunas veces. Quiénes se conocen bien saben gestionar mejor sus emociones, sin llegar a desestabilizarse, incluso en los momentos de mayor dificultad; por tanto, desarrollar el autoconocimiento es el punto de partida para mejorar el bienestar emocional.

A ello, el autoconocimiento es la primera competencia de la inteligencia emocional, conocerse a sí mismos es fundamental; además de ser la base para poder desarrollar cualquiera de las demás competencias emocionales. De esta manera, el autoconocimiento es conocer los propios estados internos, preferencias, recursos e intuiciones. Goleman (1999) menciona que las aptitudes del autoconocimiento son la base de tres aptitudes emocionales: Conciencia emocional, Autoevaluación precisa y Confianza en sí mismo.

Una vez que se sabe que los alumnos tienen capacidad de autoconocerse se cuestionó sobre la capacidad que tienen de identificar los puntos de vista de los demás compañeros con los que tienen conflictos, sabiéndose poner en su lugar. Si bien es sabido, los conflictos son situaciones desagradables donde se produce un desacuerdo en un determinado tema entre dos o más personas. Muchas veces, es difícil encontrar la solución para resolverlos porque es fácil sólo ver el punto de vista propio. Un primer paso para empezar a resolver el conflicto tiene que ver con aprender a ponerse en el lugar de la otra persona para saber cómo se está sintiendo y por tanto, comprender su visión del conflicto.

Con respecto a lo anterior surge la empatía, como una capacidad para ponerse en el lugar del otro. En cuestión de emociones la teoría es muy fácil,

pero la práctica a menudo cuesta llevarla a cabo. Por tanto, la minoría de los alumnos si saben ponerse en el lugar de otras personas, mientras que la mayoría solo algunas veces o no. Para autores como Steiner y Perry (1997) la educación emocional tiene que dirigirse al desarrollo de tres capacidades básicas: “la capacidad para comprender las emociones, la capacidad para expresarlas de una manera productiva y la capacidad para escuchar los demás y sentir empatía respecto de sus emociones” (p. 27). Cuando se usa la empatía, se fomenta la educación emocional, porque se aprende a conocer tanto los propios puntos fuertes como aquellos puntos a mejorar y se sabe cómo usar las herramientas y recursos disponibles. La empatía, puede servir para tomar distancia de uno mismo cuando se está enfrentado a una situación a una persona y poder entrar en el mundo emocional del otro.

Aunado a ello, la mayoría del alumnado suelen usar algunas veces el diálogo interno para controlar estados emocionales. Investigadores como Mayer y Salovey (1997), consideran la empatía como un elemento que incluye la percepción de emociones de los otros, así como la comprensión de las mismas. En el caso de los conflictos, la empatía ayuda comprender las emociones de los demás y de esta manera poder ser resueltos con asertividad y entender el punto de vista de la otra persona sin dejar de defender el propio, de ahí que, identificar los puntos de vista de los demás y sentir empatía, tiene relación con la regulación emocional, tanto de las emociones de uno mismo como de la persona con la que empatiza, según las conductas seleccionadas como consecuencia de experimentar la emoción. Una de las habilidades más reclamadas actualmente en los distintos ámbitos sociales y/o laborales es saber cómo controlar las emociones y los pensamientos que se generan como reacción a una situación.

Un Club de Formación especializado en Ciencias Sociales (2017) menciona que la regulación o control emocional es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada, teniendo un diálogo interno que consiste en

dirigir y manejar las emociones, tanto positivas como negativas de forma eficaz, logrando el desarrollo de las competencias emocionales. Con la práctica continua de las acciones y pensamientos positivos, se logra tener control sobre los momentos negativos y por lo tanto sobre las reacciones ante dichas emociones.

Cuando ello ocurre, autores como Murcia et. al. (2012) menciona que “se tiene un dominio de nosotros mismos y nuestras reacciones, se tiene el autocontrol, entendido como la facultad de frenar nuestros impulsos y pensar antes de actuar, lo que se considera una actuación bastante inteligente” (p. 3). Quien llega a conocerse bien, es capaz de controlar sus propias emociones, motivarse a sí mismo y recurrir a la empatía para lograr comprender, entender y tolerar las actuaciones de los demás, aunque no las comparta o no esté de acuerdo con ellas.

Por consiguiente, se hace necesario e indispensable desarrollar habilidades emocionales en los alumnos que le permitan llegar a la expresión y autocontrol de las emociones, para mejorar las relaciones interpersonales y cultivar la educación emocional, pues al analizar los resultados se evidencia que la mayoría de los educandos expresan las emociones básicas, por otro lado, además de expresar, es importante transmitir al alumno que todos necesitan saber lo que sienten para que los demás lo conozcan. Como lo hace notar Bisquerra (2009) afirmando que “la expresión emocional es la manifestación externa de la emoción, lo cual se produce a través de la comunicación verbal y no verbal, como la expresión de la cara” (p. 21). Es necesario recalcar que expresar las emociones, hablar sobre los sentimientos que se sienten, ayuda a pensar y actuar de la manera más adecuada, si se comparten las emociones, sean las que sean, se sentirán mejor y encontrarán ayuda en los demás.

En efecto, expresar las emociones tiene que ser una parte fundamental de la vida y de las relaciones, tanto con los demás como con uno mismo, y la

dificultad para identificarlas y expresarlas correctamente puede crear problemas y gran malestar; por ello, utilizar mecanismos para manejar la ira o enojo fue un eje de análisis que está ligado con la regulación de las emociones, el cual permitió conocer que la minoría de los alumnos emplean mecanismos e ideas para tranquilizarse, respiran profundo, se alejan de la situación o cuentan hasta diez, para controlar sus emociones negativas.

Para autores como Bisquerra y Pérez (2007) mencionan que un objetivo general de la educación emocional es identificar las emociones de los demás; por ello, se pretendió analizar las respuestas que efectuaron los educandos respecto a la identificación de los cambios de humor propios y de aquellos que lo rodean, la mayoría logra identificar estos cambios repentinos del estado de ánimo, así como los altibajos emocionales. Teniendo en cuenta a Martínez (2018) refiere que “la persona experimenta varias emociones diferentes en un corto periodo de tiempo” (s.p.). Estos cambios pueden tratarse de un síntoma, una enfermedad o cambio hormonal, sin embargo, estos cambios suelen estar acompañados de más problemas psicológicos, físicos o del entorno de los alumnos. Para aprender a identificar las emociones resulta necesario ser consciente de las emociones y sentimientos de los demás y para ello se tiene que aprender a leer no solo el rostro de las personas, sino su lenguaje no verbal.

Así mismo, el desarrollo de las competencias emocionales es el objetivo de la educación emocional, estas competencias se basan en la inteligencia emocional, por ello al reconocer cómo se sienten otras personas cuando son agredidas o se vulneran sus derechos y se contribuye a aliviar su malestar es cuando las competencias emocionales entran en juego, respecto a las respuestas que emitieron los alumnos en esta cuestión, resulta que la mayoría solo algunas veces lo reconocen. Por esta razón, los Estándares Básicos de Competencias Ciudadanas (2004), manifiestan que “las competencias emocionales permiten la identificación y respuesta constructiva ante las

emociones propias y las de los demás. Un ejemplo pertinente es reconocer los propios sentimientos y tener empatía, es decir, compartir las emociones de otros” (p. 157). La empatía conecta emocionalmente con las otras personas y motiva a actuar a favor del bien común. Retomando el concepto de competencia como “saber hacer”, se trata de ofrecer a los alumnos las herramientas necesarias para relacionarse con otros de una manera comprensiva y justa para que sean capaces de resolver problemas cotidianos.

En relación con la influencia que tiene las emociones en el proceso de aprendizaje de los alumnos, la mayoría de ellos manifiesta que sí influye su estado emocional para que aprendan, por lo que se denota que el proceso de aprendizaje está totalmente vinculado a las emociones que viven los niños tanto dentro como fuera del aula. Con respecto a ello, Jensen (2004) citado en Cruz (2017) reitera que “las emociones se engranan en el significado y predicen el aprendizaje futuro porque involucran los objetivos, creencias, sesgos y expectativas (...) En el aula, los estados emocionales son una importante condición en torno a la cual los educadores deben dirigir la enseñanza” (p.133). Las emociones son una parte inherente a los seres humanos, estas influyen positiva o negativamente en todas las acciones del individuo, y en el aprendizaje no es la excepción, de tal manera que, influyen de una forma clave en el proceso de aprendizaje, actuando directamente sobre el conocimiento.

En la investigación que se realizó con los alumnos, se reconoce mediante sus respuestas que las emociones del docente influyen significativamente en el aprendizaje de ellos, pues en muchas de las ocasiones mediante la observación participante se denotó que las emociones que el docente manifiesta al momento de enseñar, motiva o desmotiva el aprendizaje de los estudiantes, por tal motivo, con respecto a las prácticas que desempeña el docente dentro del aula, la mayoría de los alumnos manifiestan que al recibir una llamada de atención por parte del maestro y al hacerlos sentir mal no

logran aprender. Por ello, el profesor tiene que promover una creación de emociones positivas en clase y permitir que los alumnos sean capaces de desarrollar sus habilidades, respecto a esto Extremera, et. al. (2003) señala que los profesores son un modelo adulto a seguir por sus alumnos en tanto son la figura que posee el conocimiento, pero también la forma ideal de ver, razonar y reaccionar ante la vida. La responsabilidad de promover esa energía en el aula, de crear espacios emocionalmente positivos, ambientes interactivos entre todos los miembros de la clase es ineludiblemente tarea del maestro.

En relación con la cuestión anterior, también es tarea de los padres procurar crear al estudiante un ambiente estimulante e idóneo dentro de su hogar para su proceso de crecimiento intelectual, porque solo estando bien, conseguirá desarrollarse dentro del aula. De ahí que, la mayoría de los educandos al recibir una llamada de atención desde su casa, mencionan que no van a la escuela con el mismo entusiasmo, por lo consiguiente, los niños necesitan aprender a entender sus emociones y también las de los demás, ellos son los que sufren con mayor intensidad cuando se viven conflictos en casa, son los que llevan la peor parte porque se pueden socavar en su personalidad aspectos negativos que les hagan tener una pesada carga emocional. Con base a Mollón (2015) señala que “la familia siendo el primer contexto socializador con el que se relacionan los hijos, también debe saber enseñar una buena educación emocional” (p.10). Los padres tienen un papel crucial, participan como primer elemento socializador en la educación emocional de los niños, puesto que es donde se inician las primeras relaciones y vínculos afectivos con éstos.

La educación emocional no tiene que enseñarse únicamente en el ámbito escolar, sino que son muchos los contextos que intervienen, puesto que en todo momento se tienen emociones, siendo vitales en la adquisición del aprendizaje de los alumnos. La emoción suscitada y la implicación del educando en el aprendizaje, hacen que este se consolide de una forma mucho

más firme, a su vez, cuando el profesor se preocupa por despertar la motivación de los alumnos, la enseñanza se produce de una forma mucho más fluida, por ello hay que colocar a los niños en el centro de su proceso de aprendizaje, entendiendo sus emociones y fomentando una educación emocional.

4.1.1.3 Descripción gráfica de los resultados de los cuestionarios

1. **¿Me conozco a mí mismo, se lo que pienso, lo que siento y lo que hago?**



2. **¿Identifico los puntos de vista de mis compañeros con los que tengo conflictos poniéndome en su lugar?**



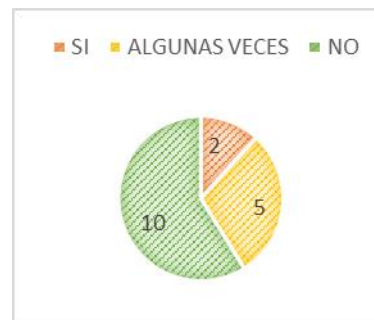
3. **¿Uso el diálogo interno para controlar estados emocionales?**



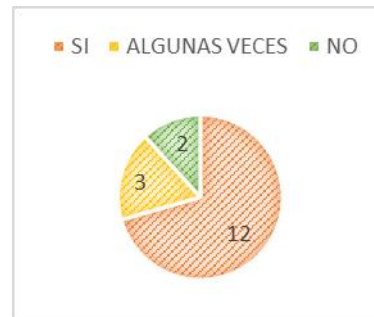
4. ¿Expreso mi ira, asco, miedo, alegría, tristeza y sorpresa?



5. Utilizo mecanismos para manejar mi rabia. (Ideas para tranquilizarme: respiro profundo, alejarme de la situación o contar hasta diez).



6. ¿Identifico mis cambios de humor y el de los demás?



7. Reconozco cómo se sienten otras personas cuando son agredidas o se vulneran sus derechos y contribuyo a aliviar su malestar. (Competencias emocionales)



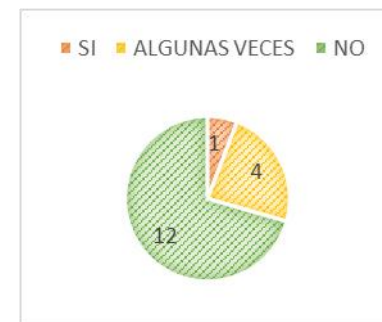
8. ¿Influye mi estado emocional para aprender?



9. Al recibir una llamada de atención de mi maestro y hacerme sentir mal, ¿ya no aprendo?



10. Al recibir una llamada de atención de mis papás, ¿ya no voy a la escuela con el mismo entusiasmo?



4.1.2 Padres de familia

4.1.2.1 Descripción de resultados de los cuestionarios

El cuestionario aplicado a los padres de familia estuvo conformado por 11 preguntas abiertas y una tabla con cinco afirmaciones; las cuales consideraron información acerca de la educación emocional y el proceso de aprendizaje. Los resultados se muestran enseguida:

1. ¿Es importante el aspecto emocional en el aprendizaje de su hijo/a?

1. Sí, porque cuando esta triste no le hecha ganas a la escuela.

2. Sí, para que pueda desenvolverse en la vida.

3. Sí, porque si está bien puede aprender más y echarle muchas ganas.
4. Sí, para que su aprendizaje sea más provechoso y fácil para ella.
5. Sí, si sus emociones son negativas no hay ninguna manera de que pueda concentrarse.
6. Sí, porque es una forma de conocer cómo se encuentra emocionalmente para la adquisición del aprendizaje.
7. Sí, eso le ayuda a ser mejor y lograr todo lo que ella se proponga.
8. Sí, aprende muchas cosas nuevas.
9. Sí, entre mejor este emocionalmente mejor aprende.
10. Sí, le gusta ir a la escuela aprender cosas nuevas y jugar con sus compañeros.
11. Sí, porque si está contento hace las cosas con muchas ganas y si está enojado no hace las cosas bien.
12. Sí, depende de cómo se sienta es la manera en cómo va actuando en la vida, estando bien emocionalmente hace bien las cosas.
13. Sí, porque aprende.
14. Sí, depende como se sienta emocionalmente lo representa al aprender.
15. Sí, lo considero importante para que pueda aprender sin problemas y entender correctamente las enseñanzas del maestro.
16. Sí.
17. Sí, para ponerse a jugar y motivarla a seguir adelante.

2. ¿Qué expresiones y comportamientos observa en su hijo/a que según su criterio tienen educación emocional?

No. Tutor	Expresiones	Comportamientos
1	Sentimental.	Tranquilo.
2	La mayoría de tiempo está más contento.	Es tranquila.

3	Se enoja con sus hermanos.	Se comporta bien ante la gente.
4	Más feliz, emocionada.	Si se le apoya en material, tareas o lo que se requiera en la escuela, asiste a la escuela con más entusiasmo.
5	Felicidad, le gusta bailar.	Tranquila, pero si tiene su carácter.
6	Grita cuando no le parece algo.	Es muy tranquilo.
7	Dice lo que siente y lo demuestra.	En acciones sobre lo que siente.
8	Sentimental.	Enojón.
9	En ocasiones está feliz a veces triste, enojada, etc.	Seria, tranquila y feliz.
10	Se enoja con sus hermanos pero también convive con ellos.	Feliz y a veces le da miedo.
11	A veces alegre o de enojo. En este tiempo que no hay clases se aburre y no quiere hacer el trabajo escolar con mucha alegría.	Rebelde y vulnerable.
12	Tímida, intrometida, aislada, cohibida.	Tranquila, platicadora, extrovertida.
13	Enojona y feliz.	Tranquila.
14	Enojada, aburrida, pero es feliz.	Su comportamiento ante responsabilidades se molesta, pero si es comprometida con lo que se le asigna.
15	Es alegre y feliz al asistir a la escuela.	Es un poco enojón.
16	Tranquilo, no se enoja.	Tranquilo.
17	Sensible y enojona.	Triste y alegre.

3. ¿Considera que la educación emocional tiene relación para el aprendizaje?

1. Sí, si está tranquilo va a poder aprender.
2. Sí, yo pienso que solo así pueden aprender mejor.
3. Sí, porque si no tiene emoción no aprendería.
4. Sí, porque al asistir a clases a veces es cansado y tedioso, pero si ella tiene lo más importante que es la motivación va aprender mejor.
5. Sí, tiene que ver en la manera en cómo se siente para que pueda aprender.

6. Sí, porque pueden tener confianza en sí mismos y libertad de expresión.
7. Sí, les ayuda a aprender mejor y sentirse mejor.
8. Sí, se distraen y aprenden con más entusiasmo.
9. Sí, porque a veces de sus emociones es como se expresa y pone atención y aprende.
10. Sí, si está de buen humor va aprender.
11. Sí, porque si está feliz hace las cosas con más gusto y aprende más.
12. Sí, si ella es integrada para relacionarse con los compañeros puede aprender más, si no hay estancamiento.
13. Sí, aprende rápidamente.
14. Sí, porque si ella va con problemas, no se va a poder concentrar en la escuela.
15. Sí, para estar tranquilo y aprender mejor.
16. Sí.
17. Sí, a veces no porque va desde el bienestar familiar.

4. ¿Se observa en su hijo/a educación emocional?, ¿Cómo lo observa?

1. Sí, al estar platicando y demostrarme sus emociones.
2. Sí, se relaciona fácilmente.
3. Sí, al estar interactuando con las demás personas.
4. Regular, porque no siempre lo sabe educar uno como padres.
5. No, suele arrebatarse al hablar. No sabe expresarse con claridad lo que quiere decir.
6. Sí, es un niño alegre y tranquilo, tiene la autoestima alta.
7. A veces, porque es un poco tímida o callada.
8. Sí, en su manera de actuar.

9. Sí, por la manera en que lo manifiesta y como se relaciona con las personas.
10. Sí, cuando está contento tiene buen humor.
11. Sí, pues muy inquieto, solo quisiera estar jugando con el celular, cosa que ya casi no se lo presto hasta que haga sus deberes, pero lo pone muy ansioso.
12. Algunas veces, rezonga, contesta, alegre y sabe relacionarse con las personas.
13. Sí, se relaciona fácilmente con las personas.
14. Sí, al mirar que se siente segura de sí misma.
15. Sí, en su forma de hablar y expresarse.
16. Sí, cuando está contento y en sus cambios de humor.
17. Sí, sabe tranquilizar sus emociones.

5. ¿Qué es necesario trabajar para impulsar la educación emocional en su hijo/a?

1. Establecer conversación con las demás personas.
2. Ponerle más atención, dedicarme más con ella.
3. Su autoestima y autorregular sus emociones.
4. Darle la seguridad como persona y cuidar su integridad física.
5. Su manera de conversar, su autoestima y que sea más decidida.
6. Conversar con ella y preguntarle cómo se siente, estar al tanto de sus necesidades.
7. Que tenga más seguridad en sí misma y lo exprese.
8. Su autoestima y estarlo motivando.
9. La educación en los valores.
10. Motivarlo que si puede hacerlo y apoyarlo en sus tareas.
11. Más actividades físicas, porque desde que está en casa lo veo más ansiosos de querer jugar fútbol o agarrar el celular.
12. Las relaciones personales e interpersonales.

13. Controlar su enojo.
14. Aprender a controlar su carácter.
15. Su autoestima y autorregular sus emociones.
16. Darle consejos.
17. Platicar frecuentemente sobre cómo se siente.

6. ¿Qué relación considera que hay entre educación emocional y el proceso de aprendizaje de su hijo/a?

1. Mucha porque si está contento aprenderá mejor.
2. En estar bien emocionalmente para adquirir el conocimiento.
3. Considero que hay una conexión estrechamente conectada para que pueda aprender mi hijo.
4. Primero su educación emocional que se obtiene durante su vida, con amor y paciencia, cuidados, atención y todo el apoyo que esté en nuestras manos.
5. Varea, si la regaña no aprende.
6. Es saber cómo esta emocionalmente, para que pueda adquirir el aprendizaje.
7. En que mientras ella este bien y exprese lo que siente, ella está lista para aprender mejor.
8. Una motivación para el aprendizaje.
9. Tiene que estar emocionalmente estable.
10. Depende del optimismo que lleven desde casa.
11. Si porque le gusta participar y se preocupa por sus compañeros.
12. Saber desenvolverse en público.
13. Hay una relación eficiente en cuanto al adquirir el aprendizaje.
14. Mucha porque si está bien emocionalmente se va a desempeñar mejor en la escuela.
15. Motivarlos para aprender todo los aprendizajes recibidos.
16. - - -.

17. Estar bien emocionalmente para adquirir sus conocimientos.

7. ¿Cuál es la influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje de su hijo/a?

1. Influye en todo el trabajo que realizan dentro y fuera de la escuela, porque en todo el día se presentan muchas emociones.
2. Cuando está contenta aprende más fácil.
3. Que este bien y va con ganas para aprender.
4. Tal vez el ejemplo.
5. Existe una disciplina desde casa para que pueda realizar su tarea por si sola. No hay motivación.
6. Motivarlo para adquirir el conocimiento esperado.
7. En que ella tenga mejor facilidad de palabra y seguridad.
8. La motivación del maestro para elevar sus emociones y pueda aprender.
9. Influye el 100%.
10. Depende de la mentalidad que lleve desde casa para el desarrollo de las actividades escolares.
11. Cuando está feliz es más fácil que aprenda, cuando está enojado igual pero hace las cosas de mala gana.
12. Motivarla para la elaboración de su trabajo.
13. Influye en la adquisición del aprendizaje.
14. Si emocionalmente está bien, va a estar bien en la escuela.
15. Con un buen ejemplo y teniendo buena relación con el profesor.
16. - - -.
17. En la mayoría de veces influye para el desempeño de las actividades.

8. ¿Cuáles son las estrategias que diseña y pone en práctica para promover la educación emocional en el proceso de aprendizaje de su hijo/a?

1. Platicar con él para que le eche ganas en la escuela.
2. Platico con ella y le hago ver que tiene que estudiar para que aprenda.
3. Pues yo le digo que le eche ganas a estudiar.
4. Decirle que ella puede, preguntarle cómo le fue, en que le puedo ayudar, qué va hacer de grande, muchos detalles más.
5. Platico más de cosas cotidianas, de sus emociones casi no.
6. Estimularlo para la elaboración del trabajo.
7. Platicar con ella, apoyándola y guiándola.
8. Motivarlo para hacer sus actividades, pero los cambios en esta edad le afectan y platico sobre cómo se siente.
9. Ponerle la atención suficiente, hablar mucho con ella, darle mucha confianza y dejar que exprese todo lo que siente.
10. Motivarlo para que siga estudiando y decirle que si puede que le eche ganas.
11. Lo motivo en decirle que si le echa ganas va a obtener lo que quiere en la vida, le digo que el que no estudia sufre más para tener lo que quiere.
12. Preguntar cómo se siente.
13. Platicar para orientarla a seguir adelante.
14. Platicar frecuentemente, para orientarla a seguir adelante y todo lo que se proponga lo podrá alcanzar.
15. Demostrándole que es una persona valiosa en casa.
16. Platicar con él.
17. Platicar sobre sus sentimientos y emociones.

9. ¿Su hijo/a responde cuando se le regaña?, ¿Qué responde?, ¿Cómo responde?

1. No. ¡Ay me estas regañando! Enojado.
2. Sí. Que ponga a su hermana y no a ella. Enojada.
3. Sí. Nada más a mí me regañas. Enojada.
4. Sí. Trata de decir el motivo de su actitud. Depende como me ve, si estoy enojada baja la voz, si no sube la voz ella.
5. Sí. No me dejas jugar. Enojada.
6. No. Llora. No responde.
7. A veces. Que porque ella, que no fue. Un poco molesta y a veces se exalta.
8. Sí. ¡Su hijo no me deja aprender! Serio y enojado.
9. Sí. En defensa de lo acontecido si es que tiene la razón. Seria y triste a veces.
10. Sí. Expone sus razones de su comportamiento. Enojado y triste.
11. Sí. Que haga yo las cosas, que caigo gordo, que si yo nunca fui niña, etc. Enojado, gritando o a veces bien.
12. Sí. ¡Ay! Yo no que te ayude mi hermano, ¡Ay! Yo ya hice esto. Enojada.
13. ¡Ay ma' tú por todo me regañas! Enojada y triste.
14. Sí. Todo yo, siempre yo, nada más mis hermanas. Enojada.
15. Sí. En ocasiones cuando él tiene la razón. Molesto.
16. No. Llora cuando no hay razón y se queda callado cuando existe una razón.
17. Sí. ¡Ahorita voy!, ¡Ya voy! Feliz.

10. ¿Piensa que su hijo/a tiene un buen manejo de las emociones?

1. Sí, más o menos. Es muy sentimental al dirigirle la palabra.
2. No, a veces tiene un mal manejo de su gestión emocional.
3. No, aun no aprende autorregularlas.

4. No, no siempre, le falta controlar sus impulsos.
5. No, aun no puede.
6. Sí, porque sabe afrontar sus problemas.
7. A veces, porque suele ser sensible y callada, y le cuesta expresarse a veces.
8. Sí, rápido se le olvida.
9. Sí, porque no ha acontecido hechos mayores.
10. No, porque cuando hace las cosas busca la manera de decir lo que lo hizo enojar.
11. Sí, porque cuando hay motivo de felicidad lo hace sonriendo, y cuando hay motivo de no darle lo que quiere se enoja.
12. Sí, según el papel en la sociedad es cómo va a actuar con las personas.
13. Sí, si las sabe controlar.
14. No, es muy vulnerable ante las situaciones que vive.
15. Sí, en ocasiones porque es un poco enojón.
16. Sí, no es explosivo ni nada de eso.
17. Sí, siempre anda bien contenta a pesar de que la regañan.

11. ¿El manejo de las emociones influye para que su hijo/a aprenda lo que tiene que aprender en la escuela?

1. Sí, si aprende a manejar sus emociones, puede aprender mucho mejor.
2. Sí, cambia de humor constantemente.
3. Sí, no aprendería y no le echaría ganas.
4. No, pienso que en la escuela trata de manejar mejor sus emociones.
5. Sí, dependiendo del humor va a realizar las actividades.
6. Sí, porque todo se refleja en el aula.
7. No, hasta el momento no.

8. Sí, de los malos ratos que tienen antes de llegar a la escuela, se van tensos, entonces el manejo de las emociones si influyen.
9. Sí, porque si va mal emocionalmente no aprende bien.
10. Sí, porque si esta triste o enojado no va con interés de estudiar.
11. Sí, porque depende el cambio de humor de cada persona.
12. Sí, depende del humor.
13. Sí, sabe regular sus emociones.
14. Sí, sí sabe controlar sus emociones va a poder aprender.
15. Sí, pues si está tranquilo y alegre aprende mejor.
16. Sí.
17. Sí, depende de su estado emocional para que pueda aprender lo que el maestro le enseña.

12. Lea las siguientes afirmaciones y seleccione dos de las respuestas que considere correcta en cada afirmación.

AFIRMACIONES	SI	NO	TOTAL
Su hijo/a sabe afrontar sus emociones.	16	1	17
Al implementar actividades de trabajo su hijo/a reconoce sus emociones básicas como: ira, asco, miedo, alegría, tristeza y sorpresa.	17	0	17
Su hijo/a sabe nombrar sus emociones en las diversas situaciones cotidianas.	13	4	17
Su hijo/a socializa constantemente con sus compañeros.	12	5	17
Escuchar a los demás es importante para su hijo/a.	13	4	17
TOTAL: 17 PADRES DE FAMILIA DEL QUINTO GRADO, GRUPO "B".			

4.1.2.2 Análisis e interpretación de los resultados de los cuestionarios

Educar a un hijo es la tarea más complicada que desarrolla un progenitor a lo largo de su vida, por un lado, porque necesita ir afrontando los obstáculos que depara la vida y hacerse responsable de los quehaceres cotidianos, y por el otro, porque se necesita aprender a ser padre dentro de las posibilidades y limitaciones que se tiene, con esfuerzo e implicación, paciencia, perseverancia y cantidades inmensas de amor y comprensión.

Además, de saber combinar diferentes estilos educativos, ya que no sirve de nada repartir toneladas de amor si luego, no existen normas claras a seguir y un símbolo de autoridad que marque la diferencia entre lo que está bien y mal.

Los padres de familia son un ámbito importante para el desarrollo de una adecuada inteligencia emocional y esta sea promovida a una educación emocional; es el primer lugar donde se construyen los primeros vínculos, relaciones y emociones, son los modelos y guías a seguir por sus hijos. En efecto, tras las visitas domiciliarias realizadas a los 17 tutores que están a cargo de sus hijos dentro de la institución, se les aplicó un cuestionario abierto, porque son ellos los que conocen mejor a sus hijos, en los cuales se dirigió cuestionamientos relacionados a las categorías de: educación emocional y proceso de aprendizaje, expresando que es importante el aspecto emocional en el aprendizaje de sus hijos además se analiza e interpreta lo siguiente:

Las emociones son fundamentales para que puedan desenvolverse en la vida, y puedan conocerse, dependiendo como se sientan es la manera en cómo van actuar ante la vida, puesto que, estando bien emocionalmente harán bien las cosas. A decir de Ruiz (2020) la educación emocional permite alcanzar un mejor conocimiento de las propias emociones y el dominio suficiente como para llevar a la persona hacia su proyecto vital individual. Al estar emocionalmente estables pueden aprender más, les colocan empeño a las actividades para que puedan aprender sin problemas y entender correctamente las enseñanzas del maestro, adquiriendo un aprendizaje de provecho y fácil para ellos, y así logren todo lo que se propongan. Pero al presentar emociones negativas no podrán concentrarse y aprender; estando contentos hacen las cosas con ganas y si están enojados no hacen las cosas bien.

Es necesario que se lleve a cabo una profunda reflexión sobre la importancia de los sentimientos y las emociones que presentan los alumnos, así como la

conveniencia de realizar un replanteamiento del tema en el ámbito educativo, de manera precisa y comprometida con la acción, teniendo presente el desarrollo de las emociones de los niños. A razón de ello, Dueñas (2002) destaca que “el desarrollo y comprensión de las emociones en los niños es un proceso continuo y gradual de aprendizaje que va de las emociones simples a las más complejas” (p.11). En efecto, la importancia del aspecto emocional en el aprendizaje de los alumnos está relacionado; por una parte, la emoción es un medio fundamental para promover el aprendizaje y; por otra, las actividades que se realizan en la escuela, influyen de una manera decisiva en el desarrollo de la afectividad en cada alumno.

Frente a la siguiente pregunta, se cuestionó sobre qué expresiones y comportamientos observaban en sus hijos que según su criterio tenían educación emocional, respondiendo algunas de sus expresiones más frecuentes; las cuales fueron que son muy sentimentales o contentos ante situaciones que les promueve felicidad, incluso los que tiene más hermanos se enojan repetidamente, en ocasiones al ser regañados lloran y se sienten tristes; además de ello, gritan cuando no les parece algo, por el contrario existen algunos papás que mencionan que sus hijos son tímidos y se aíslan de los demás. Con relación a sus comportamientos, los papás afirman que sus hijos son tranquilos y se comportan bien ante la gente aunque en ocasiones suelen enojarse, así mismo, algunos de ellos son rebeldes y vulnerables ante las diversas situaciones que se les presenten, tienen miedo de estar solos en casa y buscan una compañía, por otro lado, respecto a la escuela mencionan que si se les apoya con el material y las tareas asisten a la escuela con más entusiasmo.

Respecto a lo anterior, desde el punto de vista de Álvarez (2000) menciona que la educación emocional surge como una respuesta educativa a una serie de necesidades que se dan en la sociedad actual: ansiedad, depresión, problemas de disciplina, violencia, drogadicción, trastornos de la alimentación,

etc. Todos los alumnos necesitan sentirse seguros emocionalmente, tener sentimientos de bienestar y estabilidad emocional ante sus expresiones y comportamientos, pues ellos van cambiando sus estrategias para poder hacer frente a las distintas experiencias a través del control de las emociones; en efecto, los niños se enfrentan mejor a sus emociones a medida que van comprendiendo sus causas.

Los padres de familia consideran que la educación emocional tiene relación para el aprendizaje de sus hijos, como resultado se observa que las emociones son fundamentales para que puedan aprender, porque al asistir a clases a veces es cansado y tedioso, pero si ellos tiene un aspecto importante que es la motivación van asimilar mejor y, al tener confianza en sí mismos podrán expresarse libremente, estar tranquilos, sentirse mejor, de tal suerte que, teniendo buen humor ponen atención y aprenden, al estar felices realizan las cosas con más entusiasmo, por lo que al integrarse con los demás se relacionan y pueden ilustrarse entre ellos; no obstante, si tienen problemas desde casa, no podrán concentrarse en la escuela, sin embargo, si están tranquilos aprenderán, esto depende desde el bienestar familiar que se le brinde a los hijos.

Por ello, la relación que tiene la educación emocional en el aprendizaje; son las emociones como la base sustancial, siendo el sostén de todo aprendizaje efectivo y duradero que los alumnos pueden adquirir en el trayecto de la escuela. Con respecto a ello, Sylwester (1995), expresa de manera categórica que:

“La emoción es muy importante para el proceso educativo porque dirige nuestra atención, que a su vez dirige el aprendizaje y la memoria (...). Al separar la emoción de la lógica y la razón del aula, hemos simplificado el control y la evaluación de la escuela, pero también hemos separado las dos caras de la misma moneda, y perdido algo

importante en el proceso. Es imposible separar la emoción de las demás actividades de la vida. No lo hagamos” (p.72).

Por tal motivo, si hay relación entre la educación emocional con el aprendizaje, es una parte fundamental para que los niños desarrollen confianza y seguridad en sí mismos, base que favorecerá la relación con los demás. Las emociones influirán en el desarrollo futuro de los alumnos, afectando a su empatía, impulsividad, construcción de la identidad, sentimientos y entre otras cosas, a la capacidad de dar sin recibir nada a cambio.

Fue importante considerar además cómo observan la educación emocional en sus hijos, destacando que la mayoría de los padres de familia la examinan al estar conversando, socializando e interactuando fácilmente con las demás personas, no existen problemas al relacionarse porque se sienten seguros de sí mismos, o incluso la notan en los cambios de humor y al tranquilizar sus emociones. Por otro lado, algunos de los padres suelen observarla algunas veces, debido a que sus hijos son tímidos, callados, rezongones, incluso suelen mencionar que no siempre lo saben educar y no toman mucha importancia a sus emociones. Sin embargo, uno de ellos, no la observa, porque no sabe expresarse con claridad lo que quiere decir, tener amigos se le dificulta, al igual que relacionarse con ellos.

Analizando las respuestas emitidas, sin duda alguna, la educación y acompañamiento emocional por parte de los papás es la base de un buen desarrollo tanto físico como psicológico, implicada en la adquisición de capacidades, habilidades, autoestima, identidad y autonomía. La educación emocional se imparte durante toda la vida, debido a que las emociones son algo que ocurre en todo momento. Parafraseando a Goleman (1995) refiere que solo basta con observar a los niños, para darse cuenta de que las emociones conducen a la acción; es sólo en el mundo «civilizado» de los adultos en donde se encuentran con esa extraña anomalía del reino animal en

la que las emociones “los impulsos básicos que nos incitan a actuar” parecen hallarse disociadas de las reacciones. Los sentimientos, las aspiraciones y los anhelos más profundos parten de una emoción.

Desarrollar la educación emocional desde el hogar es imprescindible para que los niños aprendan a canalizar sus emociones y adquieran las habilidades necesarias para el siglo XXI, en efecto, la educación emocional proporciona una manera de saber actuar, desenvolverse en diversos campos de la vida cotidiana, en la comprensión y valoración de los sentimientos de los alumnos. Cabe considerar que antes incluso de aprender a caminar, y mucho antes de aprender a leer, ya se aprende a relacionarnos con el mundo a través de las emociones. Desde la cuna ya se muestran los instintos básicos y universales que nadie enseña: se sabe reír y llorar.

En concordancia a ello, los padres de familia consideran que para impulsar la educación emocional en sus hijos, resulta necesario establecer conversaciones con las demás personas (relaciones personales e interpersonales), elevar su autoestima, autorregular y controlar sus emociones, motivarlos, desarrollar su seguridad en sí mismos al expresarse, impulsar sus valores, así como, conversar con ellos y preguntar cómo se sienten, darles consejos, cuidar su integridad física, ponerles más atención y estar al tanto de sus necesidades. Como plantea De Andrés (2005) “es en las primeras etapas de la escolarización donde el desarrollo emocional desempeña un papel fundamental para la vida, y constituye una condición necesaria para el desarrollo de todas las dimensiones de la persona” (p.4). Ciertamente las emociones tienen que trabajarse en todas las etapas educativas, en todas las edades, debería ser materia obligatoria en cada curso académico, incluso en las etapas educativas superiores. Las habilidades emocionales son de vital importancia para tener éxito en la vida, sin embargo, se puede observar que nadie prepara para ese ámbito tan importante.

En la relación que existe entre la educación emocional y el proceso de aprendizaje; son las emociones las que influyen sustancialmente en ambos, porque son parte de la vida diaria, es por ello que se relaciona con la educación iniciando desde los primeros días de vida y estando presente a lo largo de la existencia, juegan un papel importante en las competencias emocionales que son los conocimientos y capacidades que cada individuo tiene, aquello mencionado permite interiorizar y resolver diferentes problemas que se presenten, evitando así malos comportamientos de las emociones negativas.

Los padres, consideran que la relación entre la educación emocional y el proceso de aprendizaje de sus hijos, se obtiene durante toda la vida, demostrándoles amor, paciencia, motivarlos, cuidándolos, expresando atención y brindando todo el apoyo que este en sus manos, para que vayan a la escuela con optimismo, y participen en las diversas actividades, a la vez que, convivan con sus demás compañeros; por lo que, es necesario estar emocionalmente estable para que puedan cultivarse, porque si se les regaña no pueden aprender, al estar bien expresan lo que sienten y ellos estarán listos para instruir lo que los maestros les enseñen y de esta manera pierdan el miedo a desenvolverse ante el público. Al respecto, parafraseando a López (2005) menciona que educar emocionalmente significa validar las emociones, empatizar con los demás, ayudar a identificar y a nombrar las emociones que se están sintiendo, poner límites, enseñar formas aceptables de expresión y de relación con los demás, quererse y aceptarse a uno mismo, respetar a los demás y proponer estrategias para resolver problemas, la educación de las emociones tiene que servir de puente para aproximar lo que se quiere ser, desde un punto de vista ético, y lo que se es, desde un punto de vista biológico.

La educación emocional viene a ser un proceso de enseñanza continuo y permanente de reflexiones, dinámicas, herramientas y métodos de autoconciencia a nivel de establecer relaciones con otros y consigo mismo, potenciando la inteligencia y competencias emocionales para un desarrollo

cognitivo, contribuyendo a la realización de un bienestar social y personal, en donde se regulen las emociones positivas y negativas, proporcionando habilidades afirmativas en la educación actual y la de un futuro dentro de la sociedad.

De allí que los padres reflexionan sobre la influencia que tiene la educación emocional sobre el proceso de aprendizaje, mencionando que influye el 100%, todo deriva de las emociones que presenten, pues será un parteaguas para que puedan realizar el trabajo, cuando estén felices aprenderán más fácil y con gusto, por otro lado, si están enojados harán las cosas de mala gana, además, es importante el ejemplo que se les dé desde casa y motivarlos tanto en el hogar como en la escuela para elevar sus emociones y puedan adquirir el conocimiento esperado, pero también depende de la mentalidad que lleven desde su entorno familiar para el desarrollo de las actividades escolares, pues si emocionalmente están bien, estarán bien en la escuela; entablando una buena relación con los maestros y con sus compañeros, esto les permitirá tener una facilidad de palabra y seguridad al expresarse.

La educación emocional influye en la atención, la memoria y en el razonamiento lógico, de forma que, si las emociones están bien gestionadas, ayudan a prestar atención a lo realmente importante. Sin emoción no hay curiosidad, atención, aprendizaje y memoria. Los padres de familia mencionan que en esta educación influye también la motivación, sin embargo, la motivación y la emoción son dos procesos distintos que están íntimamente relacionados. Ambas implican movimiento, las emociones son las que mueven, las que impulsan a actuar, y la motivación es la responsable de mantener la atención sostenida en el tiempo, la disposición al esfuerzo mantenido por conseguir una meta. A ello Pelaz (2016) menciona que tanto la motivación como la emoción, influyen en la percepción, la atención y el aprendizaje, las cuales refiere de la siguiente manera:

- **Atención:** las motivaciones y emociones hacen captar una información y no otra. Allí donde se pone una atención es hacia donde se dirige y se enfoca. Cuando se siente una emoción de alegría, se presta atención a aquellas cosas que van en línea con la alegría que se siente. Las emociones incómodas reducen la atención y la concentración, mientras que las agradables la amplían, haciendo que se preste más atención a más cosas, lo que aumenta la capacidad para relacionar y asociar elementos diferentes.
- **Percepción:** las motivaciones y emociones afectan a la forma en la que se interpreta la información. La percepción de las situaciones o la realidad que viven, es muy distinta dependiendo de la emoción con la que se afronte.
- **Aprendizaje:** las motivaciones y emociones potencian o inhiben la adquisición de conocimientos y habilidades. Las emociones desagradables tienen especial capacidad para concretar y retener la atención en lo que preocupa. Cuando la emoción es de tristeza, preocupación o disgusto, la atención se centra en las consecuencias negativas, y eso lleva a no buscar otras opciones para cambiarla, lo cual no propicia el aprendizaje.

Solo puede ser verdaderamente aprendido aquello que dice algo, llama la atención y genera emoción, aquello que es diferente y sobresale de la monotonía, de esta manera, el proceso de aprendizaje no puede ser entendido sin el aspecto emocional, sin reconocer que es la emoción lo que suscita el aprendizaje.

El análisis precedente corresponde a las estrategias que diseñan y ponen en práctica los padres de familia para promover la educación emocional en el proceso de aprendizaje de sus hijos, respecto a ello afirman que los apoyan, guían y platican constantemente sobre sus sentimientos y emociones, los cuestionan respecto a cómo se sienten, qué les gusta o disgusta, qué van a

ser de grandes, etc., les dan confianza para dejar que expresen todo lo que sienten, a la vez que sientan que son personas valiosas en casa. Los estimulan y motivan para hacer sus actividades diciéndoles que todo lo que se propongan lo podrán alcanzar, si le colocan empeño para que aprendan van a obtener lo que quieren en la vida, les mencionan que “el que no estudia sufre más para tener lo que quiere”, sin embargo, al dirigir esta cuestión a un padre de familia cayó a la razón de que no implementa ningún tipo de estrategia para impulsar la educación emocional, nunca platica con su hijo/a sobre sus emociones o sentimientos, las pláticas eran cotidianas y conocía poco este aspecto.

Entre los principales hallazgos se encontró que los padres consideran esencial apoyar a sus hijos en diferentes momentos, utilizando estrategias para brindar ese apoyo; además resaltan la importancia del afecto y la motivación para hacerlos sentir seguros y aprender a manejar las situaciones que se les presentan en momentos de conflicto, asumen que de esta manera pueden ser más competentes en el manejo de sus emociones pues el pensador Maslow (2016) considera la motivación como un estado de impulso, en el que se manifiestan motivos que tienen por objeto la reducción de una tensión causada por una necesidad. Cuanto más fuerte es la tensión más intensa suele ser la motivación. El interés en el proceso de aprendizaje expresa la intencionalidad de la persona por realizar algún objetivo; por ello, se dice que el interés está unido a las necesidades, las cuales lo condicionan.

La educación emocional tiene como primer punto la motivación, con la cual se adquiere un mejor conocimiento, con su ayuda se pueden prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas, desarrollando la habilidad para cambiarlas a positivas, para relacionarse emocionalmente de manera eficaz con los demás compañeros, debido a que los individuos tienen que identificar sus sentimientos, emociones y aprender de ellos, al momento que permite decidir cuál serían las conductas apropiadas para manejar diversas

situaciones dentro de un contexto, desarrollando la inteligencia emocional para comprender y generar habilidades de razonamiento para una relación positiva entre individuos.

Lo más habitual dentro del contexto familiar es que los hijos no puedan afrontar sus problemas con emociones negativas, y puedan llegar a la solución mediante berrinches, gritos, rabietas, etc. causando todo lo antes mencionado que levanten la voz al ser regañados por parte de los padres. De cierta manera, se cuestionó respecto a ello, y la mayoría de los papás afirman que sí les responden, más aún los que tienen hermanos, diciendo “¡Nada más a mí me regaña!, ¡Ahorita voy!, ¡Ya voy!, ¡No me dejas jugar!, Yo ya hice x cosa, ¡Le corresponde a mi hermano!, ¿Por qué yo?, ¡Yo no fui!, ¡Haga usted las cosas!, ¡Cae gordo!, ¡Parece que nunca fue niña!, ¡Todo yo!, ¡Siempre yo!

Mientras que algunos exponen el motivo de su actitud y en cuestión de tener la razón, dicen no merecer el regaño, así mismo, los alumnos al ver a sus papás molestos no levantan la voz, de lo contrario son ellos quienes gritan. Las emociones ante estos acontecimientos suelen ser de felicidad (tono burlón), enojo y tristeza, llegando todas ellas a provocar el llanto y exaltarse ante la situación, sin embargo, existen dos papás que mencionaron que sus hijos no les responden, solo lloran al recibir una llamada de atención y se enojan.

Una de las principales preocupaciones de los padres hoy en día es la educación de sus hijos, pero en muchas ocasiones se olvidan de un aspecto imprescindible para el óptimo desarrollo del niño, la educación emocional. Con base a la Psicóloga infantil Tarí (2009), quien considera que dar educación emocional a un niño, es “enseñarle a enfrentarse a los problemas que se presentan a lo largo de su vida de una manera adecuada. Lo que va a tener beneficios no sólo en la infancia sino también en la edad adulta, adquiriendo herramientas imprescindibles para vivir en sociedad” (s.p.). Desde pequeños, los padres ayudan a sus hijos a andar, a ir en bici, a leer, a escribir, habilidades

todas ellas necesarias para su desarrollo integral. Y, sin embargo, no prestan la misma atención a otros tipos de aprendizajes igual de importantes, como lo son aprender a identificar, a controlar y a gestionar sus propias emociones.

Al contrario, la mayoría de los padres de familia cuestionados piensan que sus hijos si tienen un buen manejo de las emociones; argumentando que saben afrontar sus problemas porque no son explosivos, siempre andan contentos a pesar de que los regañan, rápido se le olvida y no han acontecido a hechos mayores; de esta manera, cuando hay motivo de felicidad lo hacen sonriendo, y cuando hay motivo de no darles lo que quieren se enojan, pero además de esto, dependiendo del papel que se les dé ante los demás es cómo van a actuar con las personas. Por otro lado, son la minoría de los papás que mencionan que sus hijos solo algunas veces suelen tener manejo de sus emociones porque en ocasiones son sensibles, sentimentales y callados, les cuesta trabajo expresar lo que sienten y se enojan. Así mismo, solo algunos padres argumentan que no saben manejar sus emociones debido a que aún son vulnerables ante las situaciones que viven y tienen un mal manejo de su gestión emocional, autorregulación e impulsos, conllevándolos a no poder manejarlas.

Por lo consiguiente, la regulación de las emociones, es un elemento relevante de la educación emocional, la regulación no se refiere a la represión, sino al control o manejo de las emociones. En la opinión de Goleman (2000) citado en García, et. al. (2010), refiere a “la inteligencia emocional como un conjunto de destrezas, actitudes, habilidades y competencias que determinan la conducta de un individuo, sus reacciones o sus estados mentales” (p.3). De manera que, es la capacidad de reconocer las emociones, sentimientos y emplearlas de manera productiva haciendo uso de las competencias emocionales, las cuales permitirán establecer buenas relaciones con el entorno.

El desarrollo y manejo de estas destrezas, actitudes habilidades y competencias ayudarán a que el aprendizaje sea mucho más adecuado, en otras palabras, el control de las emociones permitirá que se encamine a un aprendizaje mucho más profundo y significativo, como resultado, se promueve la autorregulación y manejo adecuado de las emociones y sentimientos, convirtiéndose así en una vía que permita los aprendizajes de manera más profunda. Por tal motivo, esto llevo a cuestionar a los padres de familia sobre la influencia del manejo de las emociones para que sus hijos puedan aprender lo que tienen que aprender en la escuela, revelando sus respuestas en el siguiente párrafo.

Se evidencia que para la mayoría de los padres de familia, consideran importante el manejo de las emociones para que sus hijos puedan aprender, además, aluden el valor de aprender a manejar sus emociones para que logren formarse mejor, si no es así no aprenderían y no le colocarían el suficiente empeño a las actividades, todo ello se ve reflejado en el aula pues de los malos ratos que tienen antes de llegar a la escuela, se van tensos, y con poco interés de estudiar, por ello el manejo, control y regulación de las emociones si influyen para que puedan aprender. Sin embargo, algunos de los papás mencionan que hasta el momento no influye el manejo, porque en la escuela tratan de manipular sus emociones por sí solos.

De esta manera, la enseñanza del manejo de las emociones en el ámbito educativo se vuelve una herramienta necesaria no solo para el aprendizaje escolar, sino para enfrentar los desafíos diarios que presentan las personas. De acuerdo con el Psicoterapeuta Domínguez (2020) la manera en cómo influyen las emociones en el aprendizaje de los niños y jóvenes es definitivo. Lo que éstos sienten y experimentan emocionalmente durante el proceso de aprendizaje en el entorno educativo es un factor elemental en su éxito o su fracaso académico, es por ello que, en este contexto, tiene que privilegiarse el desarrollo de la inteligencia emocional y potenciar a la educación emocional.

En líneas generales, los padres de familia respondieron a una tabla con afirmaciones en torno a sus hijos, la cual se resumen los resultados de la siguiente manera: la mayoría de los padres de familia mencionan que sus hijos sí saben afrontar sus emociones y uno no, de esta manera, en su totalidad afirman que sí reconocen sus emociones básicas (ira, asco, miedo, alegría, tristeza y sorpresa) al implementar actividades de trabajo, la mayoría de ellos afirman que sus hijos saben nombrar sus emociones en las diversas situaciones cotidianas, así como, socializar constantemente con sus compañeros, no obstante, indican que para sus hijos sí es importante escuchar a los demás y para algunos de ellos no.

En el estudio descrito en el párrafo anterior, cabe mencionar el desarrollo que tiene la educación emocional y que hace referencia al proceso de aprendizaje por el cual los alumnos construyen su identidad, su autoestima, su seguridad y la confianza en sí mismos y en el mundo que lo rodea, a través de las interacciones que establecen con su entorno. Tal y como lo plantea Roldán (2016) la educación emocional tiene que estar presente en la crianza infantil tanto en la familia como en la escuela. Gracias a este proceso los educandos pueden afrontar, distinguir y nombrar las emociones, así como, identificarlas, manejarlas, expresarlas y controlarlas, en efecto, una adecuada educación emocional ayuda a gestionar mejor las emociones, y por consiguiente a ser felices y empáticos con los demás.

4.1.3 Docentes

4.1.3.1 Descripción de los resultados de las entrevistas

La entrevista estuvo dirigida a cuatro docentes que integran el tercer ciclo de la educación básica (5 “A”, 5 “B”, 6 “A” y 6 “B”), los cuales se encuentran frente a grupo de la Escuela Primaria “Lic. Benito Juárez”, así mismo también se dirigió al director escolar que encabeza dicha institución.

La entrevista aplicada estuvo conformado por 13 preguntas abiertas y una tabla con cinco afirmaciones; las cuales consideraron información acerca de la educación emocional y el proceso de aprendizaje. Los resultados se muestran enseguida:

1. ¿Qué es la educación emocional?

1. Es un proceso que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral.
2. Proceso educativo que se da tanto en la escuela como en la vida, para resolver conflictos, manifestar y controlar emociones. No considero una definición estándar.
3. Proceso educativo que tiene que estar presente a lo largo del todo el proceso y de forma permanente a lo largo de la vida.
4. Es un proceso de enseñanza de las habilidades emocionales a través del acompañamiento educativo. Busca el desarrollo de competencias emocionales.
5. Es un proceso de aprendizaje en que cada persona trabaja y se integra en su vida para adquirir su identidad personal.

2. ¿Conoce algunas características de la educación emocional?

1. Sí. El autoconocimiento y autocontrol, así como la empatía y habilidades sociales.
2. No.
3. Sí. Mayor aprendizaje significativo cuando se trabaja con base a sus emociones.
4. Sí. La conciencia social, empatía, autoconocimiento, buenas relaciones con los demás y autocontrol de las emociones, además de la autoestima.
5. Sí. Las habilidades que tiene cada persona. La forma de aplicar los valores, así como demostrar sus emociones.

- 3. ¿Es importante el aspecto emocional en el aprendizaje de los niños?**
1. Sí. Para que aprendan a autorregular sus emociones.
 2. Sí. Puede determinar un buen aprendizaje.
 3. Sí. A partir de cómo se sienta el alumno es su nivel de aprendizaje, si el alumno se encuentra en equilibrio y estable emocionalmente o feliz, su recepción al aprendizaje será mayor que si se sintiera de manera contraria su disposición sería negativa.
 4. Sí. Porque las emociones forman una parte muy importante en nuestra vida cotidiana y en todas las actividades que realizamos.
 5. Sí. Porque es fundamental para adquirir sus aprendizajes de manera personal.
- 4. ¿Qué aspecto de carácter emocional influye para que aprendan los alumnos?**
1. Confianza, comunicación y disposición para el trabajo.
 2. La confianza, la empatía, creativos y asertivos.
 3. Los alumnos emocionalmente positivos y felices son mayor receptores. Los alumnos con emociones negativas como tristeza muestran mayor desinterés.
 4. Autoconocimiento, autoestima, capacidades de autorreflexión y conocimiento de las personas con las que socializan los alumnos.
 5. Sus emociones o situaciones que se le presentan a lo largo de su vida.
- 5. ¿Qué expresiones y comportamientos observa en los alumnos que según su criterio tienen educación emocional?**

No. Docente	Expresiones	Comportamientos
1	Alegría y felicidad.	Tienen mayor seguridad y confianza, solucionan conflictos con base en el diálogo, argumentan, etc.

2	Saludos, preguntas que hacen al no entender un tema.	Educados, responsables, asertivos.
3	Sonrisas.	Seguridad, participación, colaborativos, solidarios y responsables ante el trabajo en clase.
4	¡Es fácil el ejercicio!, ¿Te ayudo?, ¡Creo que sí puedo!, ¡Voy a sacar un 10!	Ayudan como tutores a los compañeros que son más lentos o que se les dificulta. Son más expresivos y alegres.
5	Creatividad, iniciativa para abordar un trabajo, preguntas que hacen.	Participación en el trabajo, como integrarse con sus compañeros.

6. ¿Considera que la educación emocional tiene relación para el aprendizaje?

1. Sí. Porque determina (el manejo de emociones/ autorregulación de emociones) la disposición del alumno para aprender.
2. Sí. Puede determinar la adquisición de sus aprendizajes.
3. Sí. Los alumnos con mayor tratamiento emocional muestran comportamientos y actitudes positivas ante el aprendizaje.
4. Sí. Porque si existe apatía, desánimo o si los niños piensan que no son capaces y menos para ayudar a otros, entonces es más difícil llevar a cabo el proceso de aprendizaje.
5. Sí. Influye para integrarse al trabajo de cierto grupo.

7. ¿Se observa en los alumnos educación emocional?

1. Sí. Se observa en la forma de resolver conflictos, relacionarse con sus compañeros y en su comportamiento en general.
2. Sí. Se observa sobre todo en su comportamiento diario.
3. Sí. Se observa en que los alumnos son responsables, seguros de sí mismos, dispuestos al trabajo, alegres y positivos.
4. Sí. Se observa en algunos que casi no participan por medio a equivocarse.

5. Sí. Se observa en forma de expresarse y en la forma de convivir con grupo.

8. ¿Qué es necesario trabajar para impulsar la educación emocional en los alumnos?

1. Situación de conflicto real y diversificado de acuerdo al contexto.
2. Considerar la empatía con los alumnos.
3. Es necesario impulsar su autoestima, hacerlos sentir importantes, trabajar en valores y llevar a cabo actividades que potencien su desarrollo emocional.
4. La confianza en sí mismos, en sus compañeros y en el docente. La autoestima es un elemento muy relevante.
5. Si para crear un clima agradable dentro de un grupo.

9. ¿Qué relación considera que hay entre educación emocional y el proceso de aprendizaje de los alumnos?

1. Incide directamente en la dinámica escolar.
2. Pueden ser procesos simultáneos al desarrollar sus capacidades de adquisición de conocimiento. Si al alumno le agrada lo que hace en la escuela su aprendizaje será mejor.
3. Todo tipo de relación, el aprendizaje fluye cuando un alumno está estable emocionalmente.
4. Los alumnos aprenden de acuerdo a sus habilidades o capacidades y la educación emocional los encamina ya sea a mejorar o iniciar una mayor fortaleza educativa.
5. Tienen mucha relación porque si hay una actitud positiva habrá mayor aprendizaje.

10. ¿Cuál es la influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje de los alumnos?

1. ---
2. Determinate en la adquisición de sus aprendizajes esperados.
3. Influye de manera positiva por que brinda herramientas básicas al alumno para una autoestima estable y así sean más seguros y estén dispuestos al aprendizaje y suban su rendimiento académico.
4. Cuando los niños se sienten capaces de resolver cualquier planteamiento, o por lo menos hacen el intento por lograrlo.
5. La integración y la forma de comportarse en ciertos trabajos.

11. ¿Qué factores de la educación emocional influyen en el proceso de aprendizaje de los alumnos?

1. La familia y el ambiente escolar.
2. Puede ser la autoestima que el alumno demuestra al aprender algo.
3. Responsabilidad, participación, mayor rendimiento. Es igual o lo mismo a contento, alegre, positivo.
4. Autoconocimiento, autorreflexión y autoestima.
5. Principalmente su autoestima que tiene para adquirir ciertos aprendizajes.

12. ¿Cuáles son las competencias emocionales que se requieren favorecer en el aula?

1. La autorregulación emocional.
2. Responsabilidad, asertividad y empatía.
3. Autoestima, autorregulación, cuidado de sí mismo.
4. Autorreflexión y autoconocimiento.
5. Responsabilidad, solidaridad, asertividad, empatía y ciertas habilidades.

13. ¿Cuáles son las estrategias que diseña y pone en práctica para promover la educación emocional en el proceso de aprendizaje de los alumnos?

1. De expresión, socialización, participación voluntaria en diversas actividades, dilemas, cortometrajes, etc.
2. No hay estrategias específicas, considero que al conocer a mis alumnos diseño actividades propias para el grupo de acuerdo a sus gustos e intereses.
3. Se integran actividades del programa PNCE, se realizan actividades de inicio como dinámicas de integración, de responsabilidad y de colaboración.
4. Motivar la participación sin miedo a equivocarse, hablar sobre ellos mismos y sus experiencias diarias, el trabajo con un diario grupal.
5. Conocer sus actitudes y comportamientos de los alumnos.

14. Lea las siguientes afirmaciones y seleccione dos de las respuestas que considere correcta en cada afirmación.

AFIRMACIONES	SI	NO	TOTAL
Los alumnos saben afrontar sus emociones.	5	0	5
Al implementar actividades de trabajo sus alumnos reconocen sus emociones básicas como: ira, asco, miedo, alegría, tristeza y sorpresa.	5	0	5
Los alumnos saben nombrar sus emociones en las diversas situaciones cotidianas.	4	1	5
Los alumnos socializan constantemente con sus compañeros.	5	0	5
Escuchar a los demás es importante para los alumnos.	5	0	5
TOTAL: CINCO DOCENTES (SEXTO "A", "B"- QUINTO "A", "B" Y DIRECTOR ESCOLAR)			

4.1.3.2 Análisis e interpretación de los resultados de las entrevistas

Este análisis se hace a la luz del tema de investigación y el cual el objetivo principal es obtener información en torno a cómo influye la educación

emocional en el proceso de aprendizaje de los niños y niñas de la institución educativa antes mencionada.

El conocimiento emocional del docente según el Plan Integral de Salud Mental de Andalucía (2020) es una competencia emocional básica para afrontar los retos de la vida y constituyen un factor protector ante conductas de riesgo o problemas emocionales, además de ser un aspecto fundamental para el aprendizaje y el desarrollo de las competencias en los alumnos porque el profesor se convierte en un modelo de aprendizaje vicario a través del cual el alumno aprende a razonar, expresar, y regular todas esas pequeñas incidencias y frustraciones que transcurren durante el largo proceso de aprendizaje en el aula.

La primera pregunta que se dirigió a los docentes consistía en saber la definición que tienen de la educación emocional, afirmando de manera general que es un proceso educativo de aprendizaje y enseñanza, el cual tiene que estar presente en todo el trayecto educativo y de forma permanente a lo largo de la vida, esta educación pretende potenciar las habilidades emocionales, así como, el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral, para resolver conflictos, manifestar y controlar sus emociones para adquirir su identidad personal.

Visto de esta manera, los docentes reconocen algunos elementos que componen a la educación emocional para potenciar el desarrollo de las competencias emocionales; y la definen como una parte elemental tanto en el proceso de enseñanza como en el de aprendizaje para el desarrollo de los alumnos tanto en la escuela como en su vida diaria. Las acciones para desarrollar la inteligencia emocional en el ámbito escolar han recibido diversas denominaciones, siendo uno de los términos más empleados el de “educación emocional”.

En palabras de Bisquerra (2002), la educación emocional se entiende como:

“Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende desarrollar el conocimiento sobre las propias emociones y las de los demás con objeto de capacitar al individuo para que adopte comportamientos que tengan presente los principios de prevención y desarrollo humano” (p.587).

La educación emocional es un proceso que ayuda a potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral del alumno. Esta tiene que empezar desde el momento del nacimiento, y estar presente a lo largo de la educación infantil, básica, media superior, superior y formación permanente a lo largo de la vida, así pues, las emociones son condicionantes de la conducta, pueden influenciar la vida en multitud de sentidos, su manifestación puede convertir a las personas integradas socialmente o excluidas, todo depende de la manera en que se manejen.

Ciertamente la educación emocional posee ciertas características, para conocer sobre este aspecto se llegó a cuestionar a los docentes del reconocimiento que tenían de ellas, afirmando uno de ellos que desconoce las características de esta educación, sin embargo, el resto mencionan algunas como el autoconocimiento, autocontrol, autoestima, empatía y habilidades sociales que cada persona tiene que desarrollar para tener buenas relaciones con los demás, al igual la forma de aplicar los valores y demostrar sus emociones, para obtener mayor aprendizaje significativo cuando se trabaje.

Tras la descripción en el párrafo anterior conviene destacar que las características de las emociones son un constructo complejo de definir, existe cierto acuerdo respecto a sus características más básicas. Como expresa Sroufe (2000) citado en Miñaca, et. al. (2013), “las emociones están compuestas de múltiples facetas y factores, como son los fisiológicos, cognitivos, sociales y comportamentales” (p.2). Las emociones forman una parte muy importante de la vida, por ellas se determina qué hacer, cómo

hacerlo y cuándo hacerlo. Algunas veces hacen error, y otras veces acertar en aquellas decisiones que se tienen, son la parte irracional que hace vivir con pasión cada momento.

Al comprender qué es una emoción, se hace presente un perfil que Goleman (1995) escribió en su Libro de Inteligencia Emocional, en donde las personas con un adecuado nivel de inteligencia emocional se definen por poseer unas determinadas características que confluyen en lo siguiente:

- **Conocer las propias emociones (Autoconocimiento):** El principio de Sócrates "conócete a ti mismo" se refiere a esta pieza clave de la inteligencia emocional: tener conciencia de las propias emociones; reconocer un sentimiento en el momento en que ocurre.
- **Manejar las emociones (Autorregulación):** La habilidad para manejar los propios impulsos, emociones y sentimientos a fin de que se expresen de forma apropiada para pensar antes de actuar.
- **Motivarse a sí mismo (Automotivación):** Una emoción tiende a impulsar hacia una acción. Por eso, emoción y motivación están íntimamente interrelacionados. Encaminar las emociones, y la motivación consecuente, hacia el logro de objetivos es esencial para prestar atención, automotivarse, manejarse y realizar actividades creativas.
- **Reconocer las emociones de los demás (Empatía):** Se basa en el conocimiento de las propias emociones, las personas empáticas sintonizan mejor con las sutiles señales que indican lo que los demás necesitan o desean. Se trata no solo de escuchar a otra persona, sino de ponerse en su lugar, saber cómo se siente, qué emociones siente, por qué las expresa de una determinada manera.
- **Establecer relaciones (Habilidades sociales):** El arte de establecer buenas relaciones con los demás es, en gran medida, la habilidad de manejar las emociones de los demás (p. 43- 44).

Al cubrir con este perfil de la Inteligencia Emocional, orienta a seguir a la educación emocional, la cual líneas anteriores se puede entender como un proceso educativo que pretende introducir el desarrollo de las competencias emocionales como elemento principal del aprendizaje de los alumnos. De esta forma, la educación emocional trata de dar respuesta a aquellas necesidades sociales que no quedan suficientemente atendidas con la educación formal, estas necesidades sociales se pueden ejemplificar con ciertas conductas llevadas a cabo por un sector creciente de la juventud derivados de problemas emocionales como: la baja autoestima, la depresión, el estrés, la violencia, la delincuencia, la anorexia, el consumo de drogas, etc.

Por ello, se hace evidente la necesidad de formar a los alumnos para la adquisición de las competencias emocionales que ayuden a prevenir este tipo de situaciones tanto en el contexto social, familiar y escolar. Adicionalmente fue necesario preguntar a los docentes la importancia que tiene el aspecto emocional en el aprendizaje de los alumnos afirmando en su totalidad de ellos, que sí es fundamental para que aprendan a autorregular sus emociones, siendo un determinante de un buen aprendizaje, pues a partir de cómo se sienten es su nivel de noción; si el educando se encuentra en equilibrio y estable emocionalmente, su recepción al aprendizaje será significativo a que si se sintiera de manera contraria la disposición sería negativa, por ello, las emociones forman una parte muy importante en la vida cotidiana y en todas las actividades que se realicen.

A partir de lo antes afirmado por los docentes, se puede decir que la educación emocional está basada en la Inteligencia Emocional y se refiere a un grupo distinto de capacidades mentales en que los alumnos son capaces de percibir, evaluar y expresar sus emociones, utilizándolas para facilitar el pensamiento y entender los antecedentes y consecuencias de las emociones para ser reguladas en uno mismo y en los demás. Desde el punto de vista de García (2012) afirma que “para lograr esto, el proceso educativo debe tener en cuenta

la predisposición del individuo hacia el aprendizaje lo que de una u otra manera implica el carácter emocional con que se asume el aprendizaje en sí mismo” (p.12). La educación emocional en los alumnos es la base de toda educación, tienen que aprender a manejar sus emociones y hacerlo desde que son pequeños, por eso, tanto en casa como en la escuela se les tiene que proporcionar oportunidades para que sean capaces de identificar sus emociones así como expresarlas y regularlas, todo esto les permitirá poder tener una buena base emocional para su vida diaria y que de este modo tenga un buen desarrollo psico-afectivo y pueda potenciar su aprendizaje.

A menudo se hace referencia a que las emociones interfieren en el aprendizaje, la memoria y algunas de sus dimensiones de atención, percepción y pensamiento, se puede considerar que las emociones interceptan en el aprendizaje y en la recuperación del conocimiento, a propósito de ello, se pretendió conocer los aspectos de carácter emocional que influyen para que puedan aprender los alumnos, los docentes entrevistados consideran en esencia sus emociones, porque los alumnos emocionalmente positivos y felices son mayor receptores, mientras que los educandos con emociones negativas como tristeza muestran mayor desinterés y más aún si los temas no son apegados a situaciones que se les presenten a lo largo de la vida. Además de ello, influye el autoconocimiento, autoestima, capacidades de autorreflexión, así como, la confianza, comunicación, empatía, creatividad, asertividad y disposición para el trabajo.

Por esta razón, lo ideal para que los alumnos puedan aprender es, que las emociones se manejen de forma consiente, porque cada una influye de manera distinta en los procesos cognitivos. La implicación de las emociones en el proceso de aprendizaje según Miller (2002) y Pintrich (2003) citado en Moreno (2015) consideran que “el aprendizaje no solo se refiere a la cognición fría del razonamiento y la resolución de problemas. El aprendizaje y el procesamiento de la información también se ven influidos por las emociones,

de manera que también la cognición cálida es importante para aprender” (p. 42). Para que un recuerdo se consolide en la memoria y se genere un aprendizaje significativo, necesita de algo fundamental que es estar asociado a una emoción que influye en el comportamiento así como en las expresiones y especialmente en un proceso de aprendizaje.

Todas esas razones llevó a interrogar a los docentes sobre qué expresiones y comportamientos observaban en los alumnos que según su criterio tenían educación emocional, haciendo referencia a expresiones de alegría y felicidad, saludos detonadas en sonrisas, o en relación a preguntas que hacen al no entender un tema, al expresar ¡Es fácil el ejercicio!, ¿Te ayudo?, ¡Creo que sí puedo!, ¡Voy a sacar un 10!, además de expresar mediante su creatividad e iniciativa para abordar un trabajo. Respecto a sus comportamientos más usuales dentro del aula son de mayor seguridad, confianza, participativos, inclusivos, colaborativos (Ayudan como tutores a los compañeros que son más lentos o que se les dificulta), solidarios, solucionan conflictos con base en el diálogo, argumentan su postura, son educados, responsables y asertivos.

Las expresiones y comportamientos dentro de la educación emocional y el proceso de aprendizaje es un reto importante para el profesorado y demanda de la puesta en práctica que complementa o se integra en los contenidos de la educación para un desarrollo integral del alumno. Desde la posición de Vallés (s.f.) refiere que hay “Muchos comportamientos conflictivos de los alumnos son explicados por una inadecuada gestión de las emociones y por la expresión (tendencias de acción, comportamientos que se derivan del estado emocional) inadecuada e irrespetuosa de las mismas” (p.35). Indudablemente todos los alumnos tienen necesidades emocionales psicológicas que se consideran básicas, tales como la aceptación, admiración, seguridad, el reconocimiento, afecto, respeto, etc. Sin embargo, un problema importante en el proceso de aprendizaje son las expresiones y comportamientos que algunos alumnos manifiestan para intentar satisfacer

esas necesidades emocionales y tienden a no saber controlar las emociones negativas.

La educación emocional tiene una relación muy importante en el proceso de aprendizaje, esto se percibe fácilmente cuando el estudiante se entusiasma por realizar actividades, se frustra al no comprender un concepto o está nervioso ante la posibilidad de perder calificación. No obstante, la mayoría de los docentes consideran que la educación emocional tiene relación para el aprendizaje de los alumnos, aludiendo que determinan (el manejo de emociones/ autorregulación de emociones) la disposición y adquisición del aprendizaje, visto que, los alumnos con mayor tratamiento emocional muestran comportamientos y actitudes positivas a la hora de aprender, de lo contrario si existe apatía, desánimo o si los educandos piensan que no son capaces y menos para integrarse o ayudar a otros, entonces es más difícil llevar a cabo el proceso de aprendizaje.

Según lo expresado anteriormente por los docentes, la Agencia de la ONU para los Refugiados (ACNUR) (2018) es un Comité Español que atañe un ejemplo muy casual para conocer la relación de la educación emocional y el proceso de aprendizaje el cual es “¿Recuerdas tu canción favorita? Todos tenemos una y no la recordamos únicamente por su letra o por su música, sino por la emoción que nos transmite: nostalgia, alegría, tristeza, euforia, etc. Las emociones logran que los recuerdos se fijen en la memoria. Con los conocimientos sucede lo mismo” (s.p.). De esta manera, cuando a un alumno se le transmite un determinado conocimiento en la escuela, es mucho más sencillo que aprenda si se utiliza la motivación y el entusiasmo; por lo tanto, la tarea del docente es estimular emociones positivas que ayuden a conseguir mejoras en el proceso de aprendizaje.

Se puede añadir que, la educación emocional es un recurso que puede facilitar la maduración personal del alumnado, fortalecer las relaciones interpersonales y favorecer la convivencia dentro de la comunidad educativa. Visto de este

modo, los docentes observaban en los educandos esta educación, mediante la forma de resolver los conflictos, expresarse, convivir y relacionarse con sus compañeros, así como en aquellos que son responsables, seguros de sí mismos, dispuestos al trabajo, alegres y positivos, además, puede apreciarse en todo su comportamiento en general, al igual de algunos que casi no participan por miedo a equivocarse. Los signos más comunes que los docentes aprecian en sus alumnos son positivos, los cuales pueden promover esta educación en el proceso de aprendizaje. Como señala Moreno (2015) “lo ideal para el aprendizaje es que las emociones se manejen de forma consiente debido a que cada una influye de manera distinta en los procesos cognitivos” (p.52). Este análisis preside a identificar las emociones observables en los educandos, es por eso que, resulta necesario saber gestionarlas y formar la base del aprendizaje emocional para los alumnos.

En efecto existen condicionantes que son necesario trabajar para impulsar la educación emocional en los alumnos, los docentes mencionan que es fundamental trabajar situación de conflicto real y diversificadas de acuerdo al contexto, así como, considerar la empatía con los alumnos e impulsar su autoestima, hacerlos sentir importantes, trabajar en valores y llevar a cabo actividades que potencien su desarrollo emocional y la confianza en sí mismos, en sus compañeros y en el docente, creando un clima agradable dentro del aula de clases.

A veces no es fácil trabajar esta educación de manera autónoma, debido a las limitaciones que éstas implican, a menudo, se tiene que seguir un currículum demasiado rígido y estricto, que en ocasiones impide realizar actividades concretas destinadas al desarrollo emocional de los estudiantes. Como señala Naranjo (s.f.) “es necesario considerar que cuando un alumno es capaz de expresar eficazmente emociones está comunicándose con los de su alrededor y permite a éstos conocer las necesidades que presenta y mostrar sus emociones” (p. 9). Lo más importante a la hora de trabajarlas se está dando a

los alumnos la oportunidad de expresarse y comunicarse con los que les rodea, sin embargo, es una tarea que concierne no solo al ámbito familiar, si no también escolar, los cuales tienen que inducir sus destrezas, actitudes, habilidades y competencias emocionales.

Los maestros argumentan que la educación emocional incide directamente en la dinámica escolar, pueden ser procesos simultáneos al desarrollar sus capacidades de adquisición de conocimiento. Si a los alumnos les agrada lo que hacen en la escuela su aprendizaje será duradero, aprendiendo de acuerdo a sus habilidades o capacidades y la educación emocional los encamina ya sea a mejorar o iniciar una mayor fortaleza educativa, el aprendizaje fluye cuando los alumnos están estables emocionalmente, porque si hay una actitud positiva habrá mayor aprendizaje.

De cierta manera, los maestros reconocen que para la adquisición de un aprendizaje es necesario estar bien emocionalmente, la educación emocional en esta razón, brinda a cada alumno las herramientas necesarias para experimentar de forma provechosa sus emociones. Desde la posición de Morera, et. al. (2018) señala que “la finalidad de la educación es formar estudiantes emocionalmente competentes, con capacidad para reconocer y manejar sus emociones, y por lo tanto, de relacionarse con los demás de forma adecuada y pacífica” (p.23). La educación emocional surge como una necesidad, dado que la educación es considerada no solo como un espacio para el aprendizaje de contenidos y el desarrollo de competencias cognitivas, sino también, como un espacio que contribuye a la formación integral del alumno.

De lo anterior se desprende el siguiente eje de análisis, para conocer cuál es la influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje de los alumnos, aludiendo la mayoría de los docentes, que es un determinante en la adquisición de sus aprendizajes esperados, influyendo de manera positiva porque brinda herramientas básicas al alumno para una autoestima estable y

así sean más seguros estando dispuestos al aprendizaje, sin embargo, algunos de ellos observan que influye cuando los educandos se sienten capaces de resolver cualquier planteamiento, o por lo menos hacen el intento por lograrlo, así como, en la integración y la forma de comportarse en ciertos trabajos.

La educación está prestando cada vez mayor atención a la influencia de las emociones en el aprendizaje. Los docentes quieren ayudar y orientar a los alumnos para que desarrollen sus habilidades emocionales, sean capaces de resolver conflictos de manera creativa, aumenten su autoestima, autorregulen sus emociones, etc. Al respecto, Nias (1996) citado en Morera, et. al. (2018), considera necesario que el personal docente tenga la capacidad de gestionar sus emociones, para lo cual señala lo siguiente:

“Las emociones son fundamentales en el proceso de enseñanza-aprendizaje, por dos razones: en primer lugar, el proceso educativo implica la interacción entre personas y, en segundo lugar, porque la identidad personal y profesional de los docentes en muchas ocasiones son inseparables y en el aula se convierten en factores de influencia en la autoestima y en el bienestar personal y social” (p. 25).

El personal docente cumple una función primordial en la vida de los estudiantes, porque es una persona que siente, hace sentir, se comunica y establece relaciones intersubjetivas, entre él y sus alumnos; siendo estas relaciones una forma de ofrecer a los estudiantes la oportunidad para el aprendizaje de las habilidades emocionales.

Así pues, se analizan las respuestas emitidas de los docentes respecto a los factores de la educación emocional que influyen de manera significativa en el proceso de aprendizaje de los alumnos, los cuales consideran que es la familia, el ambiente escolar, así como, la autoestima que el alumno demuestra

al aprender, el autoconocimiento, autorreflexión, la responsabilidad, participación y las emociones positivas.

Tras llevar a cabo la clasificación de los factores de educación emocional que según los maestros influyen en el proceso de aprendizaje, se observa que, tanto los factores de las instituciones educativas, factores familiares, así como los factores de los estudiantes, la educación emocional es un factor que según el grado en que se desarrolle una persona emocionalmente inteligente, puede alterar positiva o negativamente su proceso de aprendizaje. Entre los factores que más inciden en los estudiantes se pueden mencionar los vinculados con el entorno social e individual de la educación, por este motivo, en la opinión de Alfonso, et. al. (2018) manifiestan que “la formación de un individuo también se fundamenta en la socialización, por lo que es importante mencionar y tener en consideración las circunstancias culturales y socioeconómicas de los escolares así como el ámbito social y familiar en el que viven” (p.4). Son una variedad de factores en los cuales se ven inmersos los distintos contextos y en los cuales los alumnos aprenderían la percepción, razonar, comprender y manejar sus emociones dentro de su proceso de aprendizaje.

Debido a la necesidad de abordar una educación más integral surge el término de competencia emocional, las cuales una de las finalidades de la educación emocional consiste en el desarrollo de estas competencias que contribuyen a mejorar el bienestar personal y social de los alumnos. Respecto a las competencias que se requieren favorecer en el aula, los docentes consideran necesarias la autorregulación, autoestima, autoconocimiento, autorreflexión, empatía; así como, la responsabilidad, solidaridad, asertividad y ciertas habilidades más.

Con base a las competencias emocionales pueden y tienen que aprenderlas los alumnos en su desarrollo, correspondería además, ser obligatorias tanto en la familia como en la escuela, pues son necesarias para conocer las propias emociones y las de los demás, para que sean capaces de regularlas y

expresarlas con asertividad, contribuyendo a su proceso de aprendizaje, así como, a su adaptación social y académica. Para Bisquerra y Pérez (2007) citado en Naranjo (s.f.) “el objetivo principal de la educación emocional es adquirir una serie de competencias emocionales, las cuales hacen referencia a los conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para regular y expresar las emociones” (p.21). De esta manera, correspondería que los alumnos aprendan a percibir, expresar, evaluar y regular las emociones y estados de ánimo en sí mismos y en los demás, mostrando comportamientos empáticos como base para una adecuada comunicación dentro de su proceso de aprendizaje.

Sin embargo, vale añadir que las estrategias que se diseñan y ponen en práctica los docentes para promover la educación emocional en el aprendizaje de los alumnos son de expresión, socialización, participación voluntaria en diversas actividades, dilemas, cortometrajes, diario grupal; mientras otros, integran actividades del programa PNCE, realizando actividades para iniciar bien el día, dinámicas de integración, responsabilidad y de colaboración, además de, conocer las actitudes y comportamientos de los alumnos para motivar la participación sin miedo a equivocarse, hablar sobre ellos mismos y sus experiencias diarias, sin embargo, algunos señalan que no hay estrategias específicas y consideran necesario solo conocer a los alumnos para diseñar actividades de acuerdo a sus gustos e intereses.

Parte importante del rol docente es saber captar los distintos mensajes que transmiten los alumnos, respondiendo a sus intereses y necesidades, favoreciendo la comunicación con ellos y adecuando estrategias para promover la educación emocional e integrar a todos al proceso de aprendizaje. De acuerdo con Morera, et. al. (2018) “los contextos educativos son escenarios donde las emociones cobran especial relevancia, ya que el personal docente en su mediación pedagógica, comunica alegría, enojo, tristeza, lo que influye en el aprendizaje del estudiantado” (p. 24). Resulta sumamente importante que

el personal docente cuente con habilidades emocionales y disponga de estrategias, que le permitan actuar de manera positiva y reflexiva, con respecto a las situaciones que se presentan en su desempeño profesional.

En líneas generales, los docentes respondieron a una tabla con afirmaciones, respecto a los alumnos, la cual se resumen los resultados de la siguiente manera: la totalidad de los docentes afirman que los alumnos saben afrontar sus emociones, de esta manera, atestiguan que sí reconocen sus emociones básicas (ira, asco, miedo, alegría, tristeza y sorpresa) al implementar actividades de trabajo, además, afirman que los alumnos saben nombrar sus emociones en las diversas situaciones cotidianas, por otro lado, señalan que los educandos socializan constantemente con sus compañeros, no obstante, indican que para los estudiantes es importante escuchar a los demás.

Surge entonces la necesidad de considerar a la educación no solo como un instrumento para el aprendizaje de contenidos y desarrollo de competencias cognitivas, sino también como un espacio que contribuye a la formación integral de los alumnos, de aquí la importancia de la educación emocional y, por tanto, del desarrollo de las competencias emocionales. Parafraseando a Fernández, et. al. (2002) mencionan que es importante reforzar la dimensión emocional junto con la cognitiva en los procesos de aprendizaje, porque las emociones influyen en la motivación y un buen desarrollo emocional favorece un clima adecuado para el proceso de aprendizaje en el aula.

4.1.4 Diario de campo

4.1.4.1 Descripción del diario de campo

Durante las prácticas profesionales a través de la observación participante, se realizó un registro en el diario de campo (*Véase Anexo 8 y 9*), mismo que permitió puntualizar algunas incidencias del acontecer dentro de la práctica y que pueden ser factor para promover una educación emocional en el proceso de aprendizaje. Los resultados se muestran en seguida:

Observaciones del mes de septiembre de 2019

- Los alumnos cambian muy repentinamente de emociones y dejan de hablarse por pequeños problemas.
- Una observación del maestro hacia el alumno sobre el trazo de la letra lo desanima y vierte sonrojamiento.
- Un alumno tiene dificultad al participar, convivir, tener acceso a los mismos materiales que el resto y en ocasiones cuando se trata de corregirle una actividad responde emocionalmente triste y llora.
- Los alumnos se desesperan y pierden el control al estar con una de sus compañeras que presta barreras de aprendizaje y la pellizcan sin motivo alguno.
- El maestro desequilibra las emociones del educando al exhibir frente al grupo escolar una falta de ortografía.
- Enfados frecuentes a la hora de realizar una actividad.
- Se molestan entre compañeros.
- Al mencionar a los educandos que algo lo realizan bien, lo vuelven a ejecutar con mayor entusiasmo.
- Trabajar en equipo de manera heterogénea de acuerdo a su nivel intelectual resulta ser difícil y cada alumno crea su autoconcepto, además de decir ¡es que yo no sé!

Observaciones del mes de octubre de 2019

- Incomodidad por lo físico y material que se posee.
- En la unión de equipos, los alumnos no integran a algunos de sus compañeros por razones de nivel intelectual y económico.
- Los alumnos se exaltan y gritan entre si al no realizar una actividad como es.
- El maestro vertió un comentario a un alumno haciendo comparación y el educando se molestó.

Observaciones del mes de diciembre de 2019

- No se reconoce la autoridad en el salón de clases y los alumnos rezongan al maestro.
- Rechazan la oportunidad de participar y se sonrojan diciendo ¡es que no se!
- Los educandos aíslan a un compañero de bajos recursos, mientras que él se mira deprimido en todas las actividades que se realizan.
- Algunos alumnos muestran impaciencia para los alumnos de bajo nivel intelectual.
- Los educando cantan con palabras altisonantes.
- Al no aprender un coro, alumna expresa emociones negativas, todas ellas plasmadas en sus movimientos faciales y corporales.

Observaciones del mes de febrero de 2020

- Los alumnos se contradicen e insultan constantemente, provocando en ocasiones golpes.
- El bajo nivel intelectual y económico de algunos alumnos, conlleva a que los demás educandos les digan palabras que hieran sus emociones.
- Los problemas familiares repercuten en los alumnos, no asisten a la escuela y cuando asisten demuestra inestabilidad emocional para la adquisición del aprendizaje.
- Motivar a los educandos en las actividades, aumentan su estabilidad emocional.

4.1.4.2 Análisis e interpretación del diario de campo

Al realizar el diario de campo se puede analizar e interpretar que la educación emocional al ser fomentada en el aula contribuye a un mejor futuro, los profesores necesitan ser emocionalmente competentes que acompañen a los estudiantes y puedan regular sus emociones para que avancen en los

contenidos curriculares y disciplinares, por ello el desarrollo emocional armónico dentro del aula genera incuestionablemente el avance académico del alumnado, de ahí que Andrade (2017) menciona que “el contar con un adecuado nivel de inteligencia emocional ayuda a afrontar con mayor éxito los problemas y conflictos que se presentan en el diario vivir tanto para los estudiantes como para los docentes” (p. 14). En efecto, las emociones se presentan durante toda la vida e incluso algunas no suelen ser percibidas a simple vista y reflexionar sobre lo que se siente resulta complejo, de ahí que los docentes serán un vehículo que conduzca a los alumnos hacia el máximo desarrollo personal en donde una de sus funciones será conocer a cada uno de sus educandos.

Los alumnos cambian repentinamente de emociones y dejan de hablarse con el resto de sus compañeros por un periodo de tiempo corto, siendo la razón pequeños problemas, a decir de Martínez (2018) a este cambio lo denomina como cambios de humor repentinos o del estado del ánimo siendo altibajos emocionales, esto significa que “la persona experimenta varias emociones diferentes en un corto periodo de tiempo” (s.p.). Resulta ineludible detectar en los educandos las emociones positivas y negativas para evitar comportamientos incorrectos dentro del salón de clases.

La persona profesional en educación cumple una función primordial en la vida de cada uno de los estudiantes, porque su labor no sólo se centra en la transmisión de conocimientos académicos, sino que se convierte en un modelo de actitudes personales y emocionales para sus estudiantes, en vez de desanimar, exhibir y desequilibrar las emociones de los alumnos; los motiva a seguir adelante, aumentando su estabilidad emocional, mejorando constantemente cada una de las tareas encomendadas, a razón de Chacón (2015) “el interés y la motivación de los estudiantes, puede ser influidos exitosamente en el aula, se sugiere diseñar entornos de aprendizaje emocionalmente eficaces e intervenciones dirigidas a las distintas emociones

académicas” (s.p.). Es así que se reconoce la labor docente como agente formadora, no sólo en el ámbito académico e intelectual, sino también en el área personal y social.

Los maestros tienen que evitar comparaciones entre los alumnos o algún otro familiar, porque los educandos se sienten emocionalmente incapaces de llegar a ser como tal persona, colocando barreras en su proceso de aprendizaje, en cuanto a esto Abarca (2003) menciona que el maestro puede cumplir un papel esencial en la construcción de una educación basada en las emociones del estudiantado, por ello, existen situaciones que se tienen que tener cuidado, pues el adquirir el aprendizaje dependerá de las emociones que se presenten en el momento.

Además se puede analizar e interpretar que algunos de los educandos tienen problemas para participar en las clases y convivir con el resto de los alumnos, porque emiten comentarios negativos y hieren sus emociones, es por ello que esquivan las participaciones o trabajos en equipos debido a la pena, nivel intelectual o económico, regularmente ante estas situaciones se presentan emocionalmente tristes y en ocasiones lloran, construyendo su autoconcepto y mencionando ¡es que yo no sé! Tal como menciona Vega (2015) el autoconcepto es una “representación global que cada uno tiene de sí mismo” (s. p.). La educación emocional será posible en la medida en que se eduque en las emociones, pues es imposible convivir, trabajar, cuidar, crecer, aprender y enseñar, sin antes conocer el miedo interior, ser empáticos, asertivos, responsables y respetuosos con los demás, es una tarea fundamental.

La minoría de los alumnos se desesperan, exaltan, gritan, y mencionan palabras altisonantes y rezongan, perdiendo el control ante actividades y compañeros que presentan barreras de aprendizaje, así como faltando el respeto al maestro, efectuando emociones negativas a través de movimientos faciales, corporales y verbales, entre ellas resalta mayormente la emoción del

enojo. En este sentido Bisquerra (2001), afirma que el enojo es una de las emociones que si no es manejada adecuadamente, puede traer consecuencias muy negativas, porque es una emoción peligrosa, su propósito primordial es destruir mediante el ataque verbal o físico, por lo que es sumamente esencial el desarrollo y fortalecimiento de estrategias de afrontamiento y manejo de este, para poder prevenir sus efectos perjudiciales en la vida de las personas, lo cual es un objetivo de la educación emocional.

Regularmente dentro del aula de clases los alumnos se contradicen e insultan, provocando en ocasiones golpes, al tener en cuenta el prado de psicólogos (2020) mencionan que “la persona inestable emocionalmente vive permanentemente en una montaña rusa de emociones, pues es incapaz de conservar los afectos durante cierto tiempo” (s. p.). La educación emocional busca que las personas tengan las herramientas necesarias para conocer, expresar y manejar sus propias emociones y las de las demás personas, de manera que estas no afecten sus vidas y que, por el contrario, promuevan el bienestar personal y social.

Los problemas familiares repercuten en los alumnos, algunos no llegan a asistir a la escuela y cuando asisten sufren cambios relativamente bruscos en el estado de ánimo, Sabroso (2011) considera que “cuando la dinámica familiar no funciona adecuadamente, los intereses del niño están absorbidos por los conflictos familiares y por los temores derivados de los mismos y en estas condiciones el niño se desinteresa por conocer, aprender, y afrontar problemas y plantearse retos” (p. 4). Tanto la escuela, como los padres de familia tienen que asumir su parte de responsabilidad en este proceso dirigido al desarrollo integral del alumno, para el máximo logro de aprendizajes.

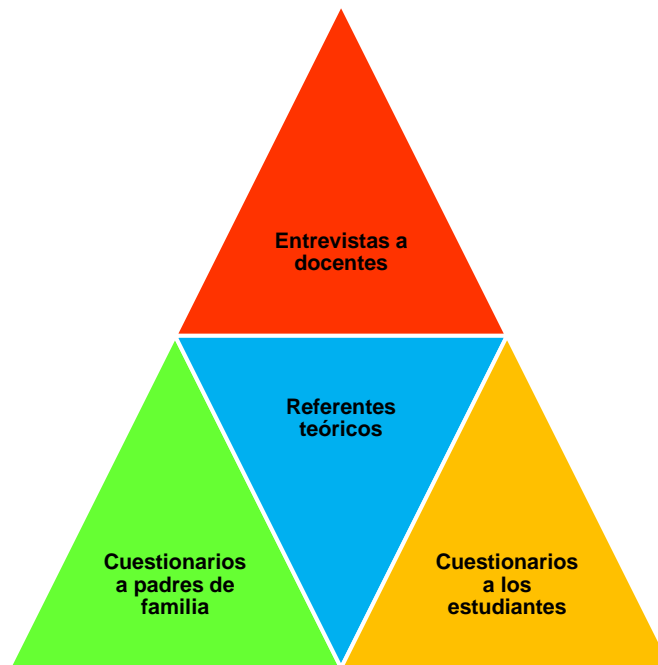
En líneas generales se observó que los alumnos necesitan de la educación emocional, porque es a través de esta educación que los niños adquirirán y aplicarán efectivamente los conocimientos, actitudes y habilidades necesarias para entender y manejar sus emociones, establecer y lograr metas positivas,

sentir y mostrar empatía por los demás, así como mantener relaciones y tomar decisiones responsables, según lo expuesto por Pereira (2007) el papel que juega el personal docente es de suma importancia, pues al permanecer por extensos periodos en las aulas en interacción con los alumnos, tiene la posibilidad de observar su comportamiento y obtener información muy valiosa, indispensable para potenciar el desarrollo integral de la población estudiantil.

4.1.5 Discusión y triangulación de las categorías

La discusión y triangulación de las categorías es una técnica dentro de la investigación que permite mirar desde diferentes perspectivas la información, para contrastarla y compararla, efectuando un control cruzado entre las diferentes fuentes de información y posibilitando de esta manera, una visión integral del fenómeno en estudio, permitiendo observar de forma crítica, toda la información recopilada para identificar debilidades y proponer nuevas alternativas. A decir de Aguilar, et. al. (2015) la triangulación de datos “hace referencia a la utilización de diferentes estrategias y fuentes de información sobre un recogida de datos permite contrastar la información recabada” (p.2). Al efectuar el análisis los datos se dio apertura a la triangulación de los instrumentos aplicados, preguntas y propósitos de investigación para finalmente, a partir de ello realizar las conclusiones.

De acuerdo a lo anterior, esta etapa es fundamental utilizarla para ratificar la información, es por ello que, en este apartado concierne realizar un análisis exhaustivo y riguroso de los resultados reflexivos obtenidos desde la aportación de los docentes que integran el tercer ciclo de la educación básica (5 “A”, 5 “B”, 6 “A” y 6 “B”), alumnos del 5 “B” y padres de familia; estos resultados serán analizados desde la postura de teóricos especialistas en el tema de “Educación emocional; importancia e influencia en el proceso de aprendizaje”.



La investigación realizada en la Escuela Primaria “Lic. Benito Juárez” se ha desarrollado con la finalidad de llevar a cabo el proceso de construcción y reconstrucción desde elementos teóricos-metodológicos que permitan al docente y a los agentes que forman parte de la educación de los alumnos, construir bases sólidas en las interacciones de los alumnos y conocer la importancia e influencia que tiene la educación emocional en el proceso de aprendizaje.

En el presente estudio, se trianguló la información, tomando en consideración los datos obtenidos en:

- **Triangulación de datos (Entrevistas y cuestionario):** este proceso se llevó a cabo estableciendo un diálogo permanente entre toda la información recopilada mediante las técnicas e instrumentos aplicados.
- **Sujetos investigados (Docentes-alumnos-padres de familia):** Durante todo el proceso investigativo, se mantuvo un diálogo reflexivo, donde se compartieron e intercambiaron puntos de vista, ideas y creencias relacionados con el objeto de estudio.

- **Triangulación de la teoría:** se contrastaron diferentes abordajes teóricos y metodológicos, así como, miradas conceptuales, que desde sus particularidades, potenciaron la comprensión de la importancia e influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje.

Las preguntas planteadas fueron encaminadas para alcanzar el objetivo general, el cual fue: “analizar la importancia e influencia de la educación emocional a través de la utilización pertinente de referentes teóricos, metodológicos y técnicos, para conocer la relación en el proceso de aprendizaje”. Hecho que tomó dirección por el proceso de intervención en el campo de estudio, el cual fue logrado en un cien por ciento y sustentado en los resultados obtenidos en los instrumentos aplicados a docentes, alumnos y padres de familia.

Durante la última década son muchos los estudios que señalan la relevancia de adquirir una base emocional sólida y eficaz con el objeto último de capacitar para la vida. La educación específica de las emociones marca un hito en este aprendizaje. Se potencia el aprender a mirarse para poder ver como habilidad clave para el desarrollo emocionalmente inteligente en sociedad. Ahora bien, la educación emocional surge como una necesidad, dado que la educación es considerada no solo como un espacio para el aprendizaje de contenidos y el desarrollo de competencias cognitivas, sino también, como un espacio que contribuye a la formación integral del estudiantado.

La educación impartida en las aulas en los procesos de actualización tiene una estrecha vinculación con las emociones y el aprendizaje, motivo por el cual las destrezas, actitudes, habilidades y competencias emocionales, corresponden a las necesidades que se presentan en la actualidad. La educación emocional es una de las más importantes tareas pendientes en la sociedad, habiendo quedado relegada en el sistema educativo, donde se ha priorizado el desarrollo cognitivo por encima del afectivo y emocional.

Con esta triangulación se analiza la importancia e influencia de la educación emocional y el proceso de aprendizaje que se fomentan en la escuela primaria; a partir de ello, se analizarán las aportaciones que los docentes, alumnos y padres de familia, hicieron en la relación a las aportaciones de la educación emocional que se fomenta desde el hogar y en la escuela, así como, lo que ambos consideran tienen que fomentar durante toda la vida.

El proceso de categorización se desarrolló considerando los objetivos propuestos para el presente estudio, el análisis de la literatura existente, las voces del personal docente participante y de la información proporcionada por las personas expertas.

En este sentido se establecieron dos categorías de análisis, las cuales se conceptualizan seguidamente.

- **Educación emocional**
- **Proceso de aprendizaje**

Cabe mencionar que las entrevistas aplicadas a los docentes, fueron bajo una guía, la cual contenía todos los ejes de análisis que se deseaban investigar, mientras que los cuestionarios formulados a los padres de familia fueron preguntas abiertas y el de los alumnos fue un cuestionario de preguntas cerradas; los cuales fueron descritos, analizados e interpretados; el cuestionario de los educandos se describe gráficamente enseguida del análisis e interpretación, a razón del tipo de cuestionario que se implementó. La información se interpretó para su análisis y de esta manera obtener los resultados en lo general sin evidenciar la postura particular de cada uno de los participantes.

- **Educación emocional**

En la definición de la categoría de la educación emocional, los docentes emitieron de manera general que esta educación es una parte elemental tanto

en el proceso de enseñanza como en el de aprendizaje para el desarrollo de los alumnos tanto en la escuela como en su vida diaria. Ellos conciben a la educación emocional como un proceso intencional, sistemático y permanente mediante el cual se busca el desarrollo de las habilidades emocionales. En palabras de Bisquerra (2002), la educación emocional se entiende como:

“Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende desarrollar el conocimiento sobre las propias emociones y las de los demás con objeto de capacitar al individuo para que adopte comportamientos que tengan presente los principios de prevención y desarrollo humano” (p.587).

La educación emocional es importante porque es una innovación educativa que responde a necesidades sociales no atendidas en las materias académicas ordinarias. Dentro de esta educación los docentes reconocen características como el autoconocimiento, autocontrol, autoestima, empatía y habilidades sociales que cada persona tiene que desarrollar para tener buenas relaciones con los demás. Por lo tanto, tiene correspondencia con lo que aporta Miñeca (2013) en el cual define que “las emociones están compuestas de múltiples facetas y factores, como son los fisiológicos, cognitivos, sociales y comportamentales” (p.2).

Debido a que en la educación emocional se presentan emociones observables, los docentes las distinguen mediante la forma de resolver los conflictos, expresarse, convivir y relacionarse con sus compañeros, así como en aquellos que son responsables, seguros de sí mismos, disponibilidad al trabajo y expresiones faciales; ahora bien la mayoría de los padres de familia observan esta educación en sus hijos mediante las socialización, interacción y conversaciones, que fácilmente entablan con las demás personas, así como, teniendo seguridad en sí mismos, sin embargo, para que sean observables en los alumnos, ellos afirman en sus respuestas que si expresan todas sus emociones.

De esta manera expresar las emociones, hablar sobre los sentimientos que se sienten, ayuda a observarlas, pensar y actuar de la manera más adecuada. Bisquerra (2009) afirma que “la expresión emocional es la manifestación externa de la emoción, lo cual se produce a través de la comunicación verbal y no verbal, como la expresión de la cara” (p. 21). Tanto la expresión facial emocional como el reconocimiento parecen ser procesos innatos y universales.

En este sentido es ineludible saber que es necesario trabajar para impulsar la educación emocional en los alumnos, por lo que los docentes sugieren trabajar situación de conflicto real y diversificadas, así como, la empatía e impulsar su autoestima, hacerlos sentir importantes y llevar a cabo actividades que potencien su desarrollo emocional y la confianza en sí mismos, en sus compañeros y en el docente, al otro extremo, los padres de familia afirman que es necesario establecer conversaciones con las demás personas (relaciones personales e interpersonales), elevar su autoestima, autorregular y controlar sus emociones, motivarlos, desarrollar su seguridad en sí mismos al expresarse. Por tal motivo, “es necesario considerar que cuando un alumno es capaz de expresar eficazmente emociones está comunicándose con los de su alrededor y permite a estos conocer las necesidades que presenta y mostrar sus emociones” (Naranjo, s.f. p. 9). Para poder trabajar lo necesario, de manera eficaz y eficiente.

Ahora bien, la educación emocional considera competencias emocionales y en este sentido los docentes responden que es necesario favorecer la autorregulación, autoestima, autoconocimiento, autorreflexión y empatía; respecto a las respuestas de los padres de familia se llegó a cuestionar sobre sus respuestas que tenían sus hijos al recibir una llamada de atención, la mayoría fue respecto a emociones negativas, así pues, se alude la respuestas que tienen sobre el manejo de las emociones que tiene sus hijos, la mayoría de los papás mencionan que sus hijos sí tienen un control de las emociones,

sin embargo, las respuestas de los alumnos en los cuestionarios dicen conocerse a sí mismos e identifican sus cambios de humor, mientras que la minoría son empáticos y con bajas coincidencias en las competencias emocionales.

La educación emocional es un proceso importante e influye para potenciar el proceso de aprendizaje y el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral del alumno, para Bisquerra y Pérez (2007) citado en Naranjo (s.f.) “el objetivo principal de la educación emocional es adquirir una serie de competencias emocionales, las cuales hacen referencia a los conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para regular y expresar las emociones” (p.21).

Con base a las aportaciones realizadas de manera empírica emitidas por los docentes, alumnos y padres de familia, la educación emocional en su conceptualización tiene importancia e influencia con lo que Bisquerra (2002) determina, en gran medida esta categoría se refiere a la manera de saber actuar, desenvolverse en diversos campos de la vida cotidiana, en la comprensión y valoración de las emociones, con su ayuda se pueden prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas, desarrollando la habilidad para cambiarlas y favoreciendo el proceso de aprendizaje de los educandos.

- **Proceso de aprendizaje**

Desde la experiencia de los docentes es importante el aspecto emocional en el proceso de aprendizaje de los alumnos para que aprendan a autorregular sus emociones, siendo un determinante de un buen aprendizaje, pues a partir de cómo se sienten es su nivel de noción; si el educando se encuentra en equilibrio y estable emocionalmente, su recepción al aprendizaje será significativo a que si se sintiera de manera contraria la disposición sería negativa, mientras que para los padres de familia el aspecto emocional

también es fundamental pero para desenvolverse en la vida y puedan conocerse, dependiendo cómo se sientan es la manera en cómo van actuar ante la vida, puesto que, estando bien emocionalmente harán bien las cosas, respecto a ello los alumnos también emitieron su respuesta con relación a la importancia que juegan sus emociones en su aprendizaje siendo positiva, de esta manera se denota que “las emociones se engranan en el significado y predicen el aprendizaje futuro porque involucran los objetivos, creencias, sesgos y expectativas” (Cruz, 2017, p.133).

Además desde la postura de los docentes consideran que la educación emocional tiene relación para el aprendizaje, aludiendo que determinan la disposición y adquisición del aprendizaje, visto que, los alumnos con mayor tratamiento emocional muestran comportamientos y actitudes positivas a la hora de aprender, por otro lado, los padres de familia mencionan que las emociones son fundamentales para que puedan aprender sus hijos, de tal suerte que, teniendo buen humor ponen atención y aprenden. Por su parte Sylwester (1995), expresa de manera categórica que la emoción es muy importante para el proceso educativo porque dirige la atención, que a su vez rige el aprendizaje y la memoria.

La educación está prestando cada vez mayor atención a la influencia de las emociones en el proceso de aprendizaje, los docentes coinciden en que es un determinante en la adquisición de los aprendizajes esperados, además de que brinda herramientas básicas al alumno para una autoestima estable y estén seguros de sí mismos para estar dispuestos al aprendizaje, sin embargo, los padres de familia afirman que influye sustancialmente para que puedan aprender sus hijos, pues si esta emocionalmente bien tendrá mayor entusiasmo para realizar las actividades, al igual que si está motivado, por otro lado, los alumnos concuerdan con ellos y resulta que también influyen sus emociones para que pueda aprender. A razón de lo antes mencionado, Pelaz

(2016) menciona que tanto la motivación como la emoción, influyen en la percepción, la atención y el aprendizaje.

Algunos de los factores de la educación emocional inciden directamente en el proceso de aprendizaje de los alumnos, frente a esta situación los docentes consideran que es la familia y el ambiente escolar, así como, la autoestima que el alumno demuestra al aprender, el autoconocimiento, autorreflexión, la responsabilidad, participación y las emociones positivas. Estas respuestas tienen sentido con las contestaciones que emitieron la mayoría de los padres de familia para conocer si el manejo de las emociones influye para que sus hijos aprendan argumentando que saben afrontar sus problemas porque no son explosivos, algunas veces están contentos, sensibles, sentimentales y callados, mientras que a otros les cuesta trabajo expresar lo que sienten y se enojan.

En este sentido la mayoría de los alumnos manifiestan que al recibir una llamada de atención por parte del maestro o de los padres de familia ya no aprenden o no van a la escuela con el mismo entusiasmo. Como se puede ver ambos contextos tienen que ver en el proceso de aprendizaje que el alumno predispone, pues son un factor para que puedan adquirir las habilidades emocionales. Por este motivo, en la opinión de Alfonso, et. al. (2018) manifiestan que “la formación de un individuo también se fundamenta en la socialización, por lo que es importante mencionar y tener en consideración las circunstancias culturales y socioeconómicas de los escolares así como el ámbito social y familiar en el que viven” (p.4).

Además, las estrategias que los docentes implementan para promover la educación emocional en el proceso de aprendizaje, son de expresión, socialización, participación, actividades del programa PNCE, dinámicas de integración, responsabilidad y de colaboración, además de, conocer las actitudes y comportamientos de los alumnos para motivar la participación, hablar sobre ellos mismos y sus experiencias diarias, por otro lado, la mayoría

de los padres de familia afirman que los apoyan, guían y platican constantemente sobre sus sentimientos y emociones, los cuestionan respecto a cómo se sienten, en este sentido algunos de los alumnos suelen emplear estrategias de diálogo interno y mecanismos para controlar estados emocionales. De acuerdo con Morera, et. al. (2018) “los contextos educativos son escenarios donde las emociones cobran especial relevancia, ya que el personal docente en su mediación pedagógica, comunica alegría, enojo, tristeza, lo que influye en el aprendizaje del estudiantado” (p. 24). Por lo tanto, en el proceso de aprendizaje los alumnos pueden identificar y nombrar sus emociones, pero quizá le cueste trabajo controlarlas, es en este proceso donde no se tiene que perder de vista el desarrollo emocional pues es igual de importante que el desarrollo intelectual.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

“Quien no comprende una mirada tampoco comprenderá una larga explicación”.
Proverbio árabe

La investigación es un procedimiento de praxis, control y crítica que funciona a partir de un orden sistemático; en el cual, mediante la aplicación rigurosa de un conjunto de métodos y criterios, se persigue el estudio, análisis o indagación en torno a un asunto o tema, con el objetivo subsecuente de aumentar, ampliar o desarrollar el conocimiento que se tiene de este, así mismo, propone aportar nuevos hechos, enfoques o datos en cualquier ámbito del conocimiento científico.

Esta investigación permitió establecer contacto con la realidad a fin de que se conozca mejor el problema, además, ayudó a desarrollar una curiosidad creciente acerca de la solución del mismo, además de obtener información relevante y fidedigna, para entender, verificar, corregir y aplicar el conocimiento, de esta manera, las conclusiones serán hallazgos o descubrimientos que arrojarán nueva información sobre el tema.

Para el desarrollo de la investigación, se empleó el enfoque cualitativo, el cual fue útil para conocer lo que dicen y hacen los maestros, alumnos y padres de familia entorno al escenario escolar y familiar, de esta manera, se conoció la importancia e influencia que tiene la educación emocional en el proceso de aprendizaje de los educandos. Como lo plantean Taylor y Bodgan (1986) el objetivo de la investigación con enfoque cualitativo es proporcionar una metodología de investigación que permita comprender el complejo mundo de la experiencia vivida desde el punto de vista de las personas que la viven.

A continuación se esbozan las conclusiones y recomendaciones, las cuales fueron construidas a partir de la información proporcionada por los participantes del presente estudio y la consulta de referentes teóricos.

5.1 Conclusiones

Para elaborar las conclusiones se tomaron como referencia los objetivos propuestos, así como el análisis de las categorías, referentes teóricos, metodológicos y técnicos desarrollados en la presente investigación.

Dentro de este proceso de investigación en el cual se buscó analizar la importancia e influencia de la educación emocional para conocer la relación en el proceso de aprendizaje de los alumnos del quinto grado, grupo "B", tras la aplicación de entrevistas a docentes del tercer ciclo de educación básica; cuestionarios a alumnos y padres de familia, se destaca y se concluye lo siguiente:

1. Con respecto a la educación emocional

En lo que refiere al objetivo general que se planteó se concluye que la educación emocional es importante porque según docentes y padres de familia influye en un proceso educativo, continuo y permanente, puesto que tiene que estar presente a lo largo de todo el currículum académico y en la formación permanente a lo largo de toda la vida, esta educación tiene un enfoque de ciclo vital y propone optimizar el desarrollo humano, y en efecto, el desarrollo personal y social; o dicho de otra manera, el desarrollo de la personalidad integral del alumno. Según García (2012) la educación tiene que ser un proceso integral, donde cognición y emoción constituyen un todo dialéctico, de manera tal que la modificación de uno irremediablemente influye en el otro y en el todo del que forman parte, permitiendo el desarrollo integral del alumno, y hoy en día son cada vez más los estudios recientes enfocados básicamente en la inclusión de esta educación en las aulas y su efecto en el proceso de aprendizaje.

Si bien, las emociones surgen de manera espontánea, pero por medio del desarrollo de las competencias emocionales es como se va a trascender a la educación emocional, la cual puede procurar que las mismas no lleven a los educandos a efectuarlas de manera negativa, arriesgando su integridad y la de los demás. Es a través de esta educación que orienta a los alumnos y aprenden a aceptar sus emociones, y a partir de ello, aprenden a decidir qué conducta es la más apropiada para ser manejada según las circunstancias, de tal manera que las mismas contribuyan a una interacción social y personal armónica.

Con relación al desarrollo de las competencias emocionales es cómo va a dar lugar a la educación emocional, la cual es un elemento esencial del desarrollo integral del alumno, cuya finalidad es capacitarle para la vida y aumentar el bienestar personal y social. No solo es tarea del docente implementar esta educación, sino que, la familia es el pilar fundamental sobre la que tiene que asentarse dicha educación, a razón de ello, Sant (2018) menciona que “si hay un entorno donde es imprescindible que se dé el desarrollo de competencias emocionales, este es el de la familia” (s.p.). Los lazos emocionales entre padres e hijos hacen necesario que unos y otros puedan aprender a ser emocionalmente inteligentes con el objetivo de conseguir vivir todos con mayor bienestar, de esta manera tanto los padres de familia como los docentes observan esta educación en los alumnos a través de la resolución de los conflictos, la seguridad que tienen de sí mismos, en sus expresiones y comportamientos, además de la facilidad que tienen al relacionarse con las demás personas.

Al revisar diferentes fuentes bibliográficas del tema a investigar y después aplicar instrumentos como la entrevista, cuestionario y diario de campo se concluye que los alumnos al desarrollar una adecuada educación emocional poseerán confianza en sus capacidades; crearán y mantendrán relaciones satisfactorias, comunicando lo que necesitan, piensan y sienten, teniendo en

cuenta los sentimientos de los otros; por ello, tienen que estar motivados para explorar, afrontar desafíos y aprender, poseer una autoestima alta, así como, tener un mayor número de recursos para la resolución de conflictos, algo que incide de forma positiva en todas las áreas de su vida, por lo tanto, los educandos tienen que aumentar su bienestar para reducir los conflictos escolares y lograr resolverlos de una manera asertiva y creativa.

2. Con respecto al proceso de aprendizaje

Al emplear la investigación cualitativa, mediante el método etnográfico y aplicación de instrumentos se analizaron los datos recolectados afirmando que tanto para los docentes como para los alumnos y padres de familia existe una relación directa entre las emociones, el manejo que se les dé y el efecto que estas tienen en el proceso de aprendizaje; esto debido a que potencia en primer lugar las habilidades, destrezas y competencias emocionales para facilitar y mejorar las relaciones con las demás personas, ya sea acogiendo al otro, siendo capaz de reconocer sus emociones, o reconociendo las emociones en uno mismo y si éstas son negativas permitiendo que no afecten la relación con los que lo rodean.

Los alumnos en sus respuestas testifican que sus emociones influyen sustancialmente para aprender, la mayoría de ellos expresan sus emociones, de esta manera, es como los docentes y padres de familia pueden observarlas y dar un testimonio fiel de sus expresiones y comportamientos, los cuales predominan constantemente en ellos. Sin embargo, es importante mencionar que la generalidad de los alumnos identifican sus cambios de humor, mientras que algunos de los padres de familia afirman que no tienen un manejo adecuado de sus emociones y por ende de sus cambios de humor; por lo cual, razonan que el manejo y control de sus emociones influye para el proceso de aprendizaje del educando.

Para los padres de familia las emociones de sus hijos las detectan mediante sus expresiones y comportamientos, prestando mayor atención cuando son negativas, porque pueden afectar la convivencia tanto en el hogar como en la escuela, generando desconcentración en las clases y haciendo que el proceso de aprendizaje sea tedioso y cansado; con respecto a ello, una de las tareas fundamentales de los padres es procurar crear al estudiante un ambiente estimulante e idóneo dentro de su hogar para su proceso de crecimiento intelectual, porque solo estando bien, conseguirá desarrollarse bien dentro del aula

Los docentes valoran la importancia de la educación emocional en los alumnos, para ello, trabajan estrategias de expresión, socialización e integran actividades de PNCE, no obstante, consideran necesario trabajar situaciones de conflicto real y diversificadas, así como, la autoestima, autoconocimiento, autorregulación emocional, empatía y la confianza en sí mismos, pues es donde se construye el tipo de relaciones humanas que se quiere tener en un futuro, ahí radica la importancia de la educación desde las emociones, el respeto de las emociones del otro, la aceptación de uno mismo para aceptar al otro, en relaciones basadas en la colaboración y el respeto mutuo. Todas las estrategias antes mencionadas, los docentes las consideran como una parte que contribuye a la formación integral de los alumnos, puesto que la mayoría de los educandos, de acuerdo con los docentes y padres de familia, no saben aún manejar sus emociones.

Desde la postura del especialista Bisquerra (2011) afirma que “la práctica de la educación emocional debe llevarse a cabo mediante metodologías activas, vivenciales y participativas, que contemplen la historia personal del niño, su entorno y sus necesidades” (p. 74). Respecto al punto de vista de los estudiantes, se evidencia que para la mayoría de ellos es necesario estar bien emocionalmente para que puedan aprender, porque sus emociones influyen en este proceso, mientras que para el resto resulta ser algo indiferente fijarse

en sus emociones y más aún en la forma de cómo estas pueden llegar a afectar o no su proceso de aprendizaje. Para los educandos que participaron en este estudio, es importante prestarle atención a sus emociones y, por lo tanto, implementar mecanismos y el diálogo interno para controlar sus emociones negativas, así como darse cuenta y analizar las emociones de los demás, siendo ésta, una de las causas de la problemática por la cual se inició la investigación.

Por el contrario, la formación del profesorado es esencial porque un docente que educa emocionalmente a sus alumnos consigue que estos afronten situaciones problemáticas con éxito, enriquezcan su autoconocimiento, el sentimiento de seguridad y satisfacción personal, por este motivo, los profesores tienen que formarse en educación emocional y trabajar para conocer sus propias emociones y desarrollar la capacidad de reconocer e introducir la de los demás en el proceso de aprendizaje.

Concretizando, los objetivos se logran en su conjunto pues los docentes entrevistados afirman que es fundamental considerar las emociones y sentimientos de los alumnos al momento de que estos inicien su proceso de aprendizaje, de manera tal que, el ambiente sea armónico y apto para generar conocimiento, así como, establecer una comunicación asertiva entre todos los alumnos y considerar aspectos de carácter emocional como la confianza, empatía, autoconocimiento, autoestima, etc. los cuales influyen para que los educandos aprendan.

Los agentes incluidos en este estudio consideran la educación emocional como un elemento esencial en el proceso de aprendizaje de los alumnos, resaltando que las emociones juegan un papel importante en dicho proceso, guiado principalmente desde el hogar mediante los padres de familia y orientado con la ayuda de los maestros en la escuela, lo cual permitirá concretar esta educación.

Se logró examinar diversas fuentes bibliográficas a través de referentes específicos del tema a investigar, destacando a autores como Bisquerra (2011), Damasio (2009), Goleman (1996), Mayer y Salovey (1990), para conocer la importancia e influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje y por medio del empleo de la investigación cualitativa mediante el método etnográfico y aplicación de instrumentos se describió la relación entre la educación emocional y el proceso de aprendizaje.

Se dio respuesta a la pregunta de investigación, la cual refería a ¿Cuál es la importancia e influencia de la educación emocional en relación al proceso de aprendizaje? Al respecto la importancia e influencia estriba en que las emociones tienen gran impacto en el proceso de aprendizaje, porque además de eso, son un elemento primario, fundamental y sustantivo en dicho proceso. Es importante tener claro que no se aprende lo que no se quiere aprender, no se aprende aquello que no motiva, y si algo no motiva es porque no genera emociones positivas que impulsen a la acción en esa dirección y se ve deteriorado el proceso de aprendizaje. Retomando a García (2012) menciona que “esta es la clave de considerar a las emociones como parte del aprendizaje, por lo cual la educación emocional se constituye, por derecho propio, en una necesidad que va más allá del ámbito escolar” (p.11). La educación emocional tiene que ser vista, conceptualizada y puesta en marcha para procurar que los alumnos se conozcan a sí mismos, así como a los demás, se respete a sí mismo, al resto y al entorno donde viven, de manera que se pueda plantear el desarrollo integral de su personalidad.

Como plantea Freire (2004) “saber enseñar no es transferir conocimiento”, la palabra enseñar implica mucho más que eso. Enseñar es educar, formar, dirigir, moldear, perfeccionar un sujeto, no solo en el aspecto cognitivo, sino también en lo emocional, espiritual, social, sensible y humano, porque el sujeto se construye desde la resignificación de sí y sus espacios.

Para enseñar se requiere respetar la autonomía del ser del educando, como sujeto con valía y derechos, con intereses, necesidades, sentimientos y emociones propias, presentes en cada momento de su vida, que influyen significativamente en el proceso de aprendizaje, por lo que un sabio principio de Aristóteles (s.a.) es: “educar la mente sin educar el corazón, no es educar en absoluto” (s.p.).

5.2 Recomendaciones

Este apartado contiene recomendaciones elaboradas a partir del análisis de la información recolectada para este estudio y otras sugerencias que se plantearon tomando como referencia el análisis de la información y las conclusiones de la presente investigación.

1. *Con respecto a la educación emocional*

A menudo dentro de la escuela los alumnos tienen dificultades para reconocer, gestionar y controlar las diferentes emociones, les cuesta ponerse en el lugar del otro, hablar y compartir opiniones de una manera asertiva, algunos de ellos demuestran que están preparados, pero no todos tienen las habilidades y competencias que se dan por adquiridas y a veces no están lo suficientemente desarrolladas, por ello, no hay mejor recomendación a seguir dentro de la escuela y el hogar que enseñar y educar mediante el ejemplo.

Para cimentar esta educación es necesario impulsar la inteligencia emocional y tener la capacidad de identificar, comprender y manejar las emociones en uno mismo y en los demás, para ello es necesario tomar en cuenta tres procesos básicos que la engloban:

- **Percibir:** Reconocer de forma consciente las emociones e identificar los sentimientos y ser capaces de darle una etiqueta verbal.
- **Comprender:** Integrar lo que se siente dentro de los pensamientos y saber considerar la complejidad de los cambios emocionales.

- **Regular:** Dirigir y manejar las emociones tanto positivas como negativas de forma eficaz.

Para reservar esta educación dentro de la institución educativa, se requiere dedicar unas sesiones para explicar cuáles son las emociones básicas (ira, asco, miedo, alegría, tristeza y sorpresa) enseñar cómo pueden los alumnos identificarlas y qué hacer cuando las identifican. En relación con los alumnos dejar que expresen sus emociones y, como maestro o padre de familia, escuchar y expresar las propias; de esta manera, el autoconocimiento y autoconciencia, es una capacidad de saber qué está pasando en el cuerpo y qué está sintiendo, son dos pilares fundamentales para desarrollar y puntualizar esta educación.

Así mismo, es necesario enseñar que cuando se tiene un problema, lo primero que hay que hacer es reflexionar y luego actuar de una forma pacífica, sin lastimar a otras personas para solucionar el problema, además de enseñarle al alumno cómo afrontar emociones negativas como la tristeza, el asco, el miedo y la ira. Está bien expresar cuando se está enojado, siempre y cuando se haga de una manera saludable y sin herirse ni herir a otras personas.

Por otro lado, cuando se reconocen las actitudes y acciones positivas que los alumnos realizan, también se tiene que señalar con firmeza que algo está mal cuando una acción es negativa, por ello es ineludible ayudarlos a ponerse en el lugar de la otra persona y a pensar cómo se sentiría el en aquella situación; de esta forma se estará favoreciendo la empatía. La enseñanza de habilidades empáticas se logra mostrando a los alumnos cómo prestar atención, saber escuchar, comprender y respetar los puntos de vista de los demás.

Además, desarrollar la capacidad de automotivarse y de motivar a los demás, tener la habilidad de despertar en sí mismo y en otras personas la estimulación para llevar a cabo acciones o tareas que están íntimamente ligadas al optimismo y autoestima. Finalmente, fomentar una educación emocional para

poseer confianza en sus capacidades; crear y mantener relaciones satisfactorias, comunicando lo que necesitan, piensan y sienten, teniendo en cuenta los sentimientos de los otros; estar motivados para explorar, afrontar desafíos y aprender, poseer una autoestima alta y tener un mayor número de recursos para la resolución de conflictos, algo que influye de forma positiva en todas las áreas de su vida. Con estas recomendaciones los alumnos aumentarán su bienestar para reducir los conflictos escolares para así lograr resolverlos de una manera más asertiva y creativa.

2. Con respecto al proceso de aprendizaje

Sería conveniente introducir en los planes de estudio el aprendizaje de las competencias emocionales porque todo el personal implicado ayudará a tallar la personalidad de los alumnos, lo primero es dedicar unas sesiones a explicar cuáles son las emociones básicas, enseñar cómo puedo identificarlas y qué hacer cuando se identifican, para posterior a ello incorporar estrategias de aprendizaje de habilidades de inteligencia emocional en la planificación diaria de la institución, como por ejemplo situaciones de conflicto real y diversificadas de acuerdo al contexto, teniendo en cuenta sus gustos e intereses, procurando crear al estudiante un ambiente estimulante e idóneo, dentro de la escuela y en el hogar, no obstante, es importante que los familiares posean una base para poder trabajar con sus hijos en casa y poder transmitirles la importancia que tienen las emociones.

Con respecto a trabajar este aspecto en el aula, se puede partir de tutorías, a través de algún conflicto que haya surgido para trabajar la educación emocional, además de dedicar 10 minutos cada mañana antes de comenzar la rutina diaria y 10 minutos antes de acabar las clases y repasar cómo estaban por la mañana, si algo ha cambiado, creando un espacio para que puedan reflexionar individual y grupalmente, otra sería realizar una asamblea una vez por semana para trabajar las emociones cada día.

Una parte importante del rol docente es saber captar los distintos mensajes que transmiten los alumnos, respondiendo a sus intereses y necesidades, favoreciendo la comunicación con ellos y adecuando las estrategias educativas para tratar de integrarlos a todos en el proceso de aprendizaje.

Así mismo, es recomendable reconocer y nombrar las diferentes emociones, realizando ejercicios prácticos para desarrollar la empatía con los compañeros de clase, fomentando el diálogo y la apertura, además de enseñar mediante recursos, mecanismos y estrategias controlar las emociones negativas para fortalecer el desarrollo emocional de los alumnos, porque es importante tanto distinguir lo que sienten y piensan, como lo que sienten y piensan los otros.

Otras recomendaciones que pueden orientar para fomentar esta educación es través de cuentos, historias, videos, juegos etc. dado que es una forma en cómo se puede mejorar el proceso de aprendizaje, incorporando los diferentes estilos de aprendizaje y agregando el componente emocional, algunos de ellos son:

- **El monstruo de los colores**, de Llenas (2012), Editorial: Flamboyant. El libro trata de un monstruo que se ha hecho un lío con las emociones y deberá aprender a poner en orden la alegría, la tristeza, la rabia, el miedo y la calma. Es un álbum ilustrado y gracias a sus expresivas ilustraciones permite a los alumnos identificar con facilidad las distintas emociones que se viven durante el día.
- **El emocionario**, de Nuñez y Romero (2013), Editorial: Palabras Aladas. Es un libro muy sencillo, presenta un itinerario a través de las distintas emociones que tiene cualquier ser humano. Lleno de ilustraciones muy llamativas y con un texto sobre cada emoción que invita a la reflexión.
- **Paula y su cabello multicolor**, de Parets (2014), Editorial: Createspace. Es un cuento que trabaja las emociones más básicas: alegría, tristeza, enfado y miedo. Este libro permite descubrir cómo a Paula le cambia de color del pelo según la emoción que sienta, a través

de las transformaciones en el pelo de Paula se visualizan y se va nombrando a las emociones que siente.

Con estos libros se permite hacer cuestionamientos sobre ¿Qué provoca esa emoción?, ¿Qué se siente? y ¿Qué se tiene que hacer? A la vez que se pueden ir proporcionando respuestas y soluciones para cada tipo de emoción. Por otro lado, algunos de los juegos grupales dentro del aula que priorizan el proceso de aprendizaje en las emociones son:

- **Diario de las emociones:** El juego es una dinámica educativa que trata de favorecer la reflexión sobre los propios estados emocionales. A través de esta dinámica se procura que los alumnos dibujen sus estados emocionales y que tomen conciencia de cuando sienten cada emoción, de los posibles desencadenantes y consecuencias.
- **El observador:** En este juego se tienen que observar las expresiones emocionales de otras personas (familiares y amigos). Se requiere fijarse en los aspectos verbales (qué dice y cómo lo dice) y en los aspectos no verbales: gestos faciales, muecas, tonos de voz, tics, etc.
- **¿Qué estará pasando?:** A través del roleplaying se puede plantear diversas situaciones, reales o imaginarias (preferiblemente reales), y han de dramatizar la situación con todo tipo de detalles. El resto de compañeros tiene que tratar de adivinar los estados afectivos en cada uno de los acontecimientos relatados.

Se recomienda realizar otras investigaciones incluyendo otras variables, que puedan ser predictores del aprendizaje con la finalidad de establecer qué variables independientes influyen en el proceso de aprendizaje de los alumnos.

Finalmente la recomendación es aplicada también a los educadores formadores de profesionales en cuanto al conocimiento y manejo de las emociones; automotivarse y sobre todo reconocer las emociones de los

estudiantes, de ahí que López (2008) afirma que “el liderazgo más efectivo se ejerce por medio del ejemplo no por decretos” (p.111).

5.3 Futuras líneas de investigación

Una línea de investigación, según el Instituto Universitario Politécnico Granacolombiano (s.f.) “es un enfoque que abarca conocimientos, inquietudes, prácticas y perspectivas de análisis que permitan el desarrollo de proyectos y productos construidos de manera sistemática” (p.1). Por tal motivo, cualquier trabajo de investigación desarrollado contribuye a despejar algunas incógnitas sobre el tema tratado pero, de forma simultánea, genera nuevas preguntas, nuevas ideas y/o abre nuevas vías de trabajo. En este apartado se presentan algunas líneas de investigación que pueden ser objeto de interés, atendiendo al trabajo expuesto en la presente tesis, las cuales son:

- La principal línea de investigación reside en que sería deseable disponer de un programa de educación emocional, además sería conveniente incluir el seguimiento de los participantes para conocer si las competencias emocionales adquiridas se mantienen a lo largo del tiempo y resisten nuevos desafíos contextuales, y si se evidencian diferencias significativas en el proceso de aprendizaje, desde un enfoque metodológico diferente.
- Se sugiere que futuras investigaciones aborden la necesidad de contar con un programa de competencias emocionales en educación básica que comprenda el ciclo vital humano adaptando características que son propias de cada una de las etapas.
- Otra de las futuras investigaciones que complementarían este estudio sería aquella en la que se incluyan medidas que contrasten la transferencia de habilidades emocionales aprendidas a contextos y situaciones que supongan desafíos reales para los estudiantes, comprobando de este modo que realmente se interiorizan estos aprendizajes y contribuyen a que los educandos tengan una mayor

posibilidad que otros; de resolver satisfactoriamente los desafíos que el contexto actual plantea.

Estas limitaciones sirven para enfocar y dirigir nuevos planteamientos a tener en cuenta y desarrollar en un futuro la evaluación de la persistencia de las competencias emocionales en los sujetos, así como la relación de estas tanto con el proceso de aprendizaje como con el éxito profesional y personal, para finalmente comprobar su impacto.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar, S. et. al. (2015). La triangulación de datos como estrategia en investigación educativa. *Revista de Medios y Educación*, s.v., 16.
- Alonso, M. et. al. (2018). Estudio sobre la inteligencia emocional y los factores contextuales en estudiantes de cuarto de educación primaria de la provincia de Granada. *Revista de Investigación Educativa*, 36, 18.
- Alonzo, C. (2000). *Metodología de la Investigación*. México: Mc Graw Hill.
- Álvarez, C. (2001). *Diseño y Evaluación de Programas de Educación Emocional*. Barcelona: Cisspraxis.
- Álvarez, J. (2003). *Cómo hacer investigación educativa*. México: Paidós.
- Balestrini, M. (2006). *Como se elabora el proyecto de investigación*. Caracas: BL Consultores y asociados. Servicio editorial.
- Bericat, E. (2012). Emociones. *Sociopedia.isa*, s.v., 13.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2001). *Educación Emocional y Bienestar*. Barcelona, España: Praxis.
- Bisquerra, R. (2002). "La competencia emocional" en (M. Álvarez y R. Bisquerra), *Manual de orientación y tutoría*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2003). *Educación emocional y competencias básicas para la vida*. *Revista de Investigación Educativa*. Vol. 21.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R. (2011). *Educación Emocional. Propuestas para educadores y familias*. España: DESCLÉE DE BROUWER.
- Bruner, J. (1960). *El proceso de la educación*. México: Unión Tipográfica Editorial Hispano-Americana.

- Cadena, P. (2018). Inteligencia Emocional. México: Colección Unicornio.
- Cappi, G. (2009). Educación emocional: programa de actividades para nivel inicial y primario. Buenos Aires: Bonum.
- Casassus, J. (2006). La educación del ser emocional. (1a ed.). Universidad Virtual del Instituto Tecnológico de Monterrey, México: Ediciones Castillo.
- Casassus, J. (2007). La Educación del Ser Emocional. Chile: Índigo-Cuarto Propio.
- Condemarín, E., et. al. (2011). Con amor se enseña mejor. Propuestas para docentes de hoy. Santiago de Chile: Universidad Alberto Hurtado.
- Cruz. (2017). El aprendizaje significativo y las emociones: una revisión del constructo original desde el enfoque de la neurociencia cognitiva. San Luis Potosí: COMIE.
- Damasio, A. (2009). De apetitos y emociones. En busca de Spinoza. Neurobiología de la emoción y los sentimientos (167). Barcelona: CRÍTICA.
- De Andrés, C. (2005). La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela. Programas de educación emocional, nuevo reto en la formación de los profesores. Madrid: Universidad Autónoma de Madrid.
- Dueñas, et. al. (2002). desarrollo y comprensión. Educación XX1, s.v., 21.
- Durán, A. et. al. (2002). Manual didáctico para la escuela de padres. Valencia: FEPAD.
- Extremera, N. et. al. (2001). El modelo de Inteligencia Emocional de Mayer y Salovey (1997): Implicaciones educativas para padres y profesores. III Jornadas de Innovación Pedagógica. Granada, España.
- Feldman, R. (2007). Desarrollo Psicológico a través de la vida. México: Pearson educación.

- Fernández, M. (2016). La escuela de ayer, hoy y mañana: claves y desafíos. Madrid: Dykinson.
- Frade, L. (2010). Propuesta para el desarrollo de las competencias y aprendizajes clave en la inclusión educativa. Calidad educativa consultores, Vol. 12.
- Freire, P. (2004). Pedagogía de la autonomía: Saberes necesarios para la práctica educativa. Sao Paulo, Brasil.
- Gallego, D., Alonso, C, Cruz, A. y Lizama, L. (1999). Implicaciones Educativas de la Inteligencia Emocional. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- García, J. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. Redalyc, 36, 1-24.
- García, M. et. al. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos: propuesta de un modelo integrador. Espiral. Cuadernos del profesorado, 5, 10.
- García, R. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. Revista Educación, 36, 25.
- Gardner, H. (2001). Estructuras de la mente. La teoría de las inteligencias múltiples. México: FCE.
- Goetz, J. y Lecompte, M. (1988). Etnografía y diseño cualitativo en investigación educativa.
- Goleman, D. (1995). La Inteligencia Emocional, por qué es más interponente que el coeficiente intelectual, Nueva York, Estados Unidos: Editorial Kairós.
- Goleman, D. (1996). La inteligencia emocional. Santa Fe de Bogotá: Colombia.
- Gorina, A. y Berenguer, I. (2017). Perfeccionando el procesamiento de la información en investigaciones pedagógicas desde una relación metodológica cualitativa-cuantitativa. Encuentros, 15, 19.

- Hernández, R. Fernández, C. y Baptista, L. (2010). Metodología de la Investigación. México: Mc Graw Hill.
- Hernández, S., et. al. (2010). Metodología de la investigación, México: McGraw Hill.
- Ibáñez, N. (2002). Las emociones en el aula. Scielo, 28, 45.
- Ibarra, L. (2006). Aprende fácilmente con tus imágenes, sonidos y sensaciones. GARNIK: Ediciones.
- Kerlinger, F. (1983). Investigación del Comportamiento. Técnicas y Metodología, 2ª. ed., Ed. Interamericana, México.
- Lara, E. (2013). Fundamentos de investigación - Un enfoque por competencias. México: Alfaomega.
- LOE. (2006). Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. s.l: BOE.
- López, E. (2005). La educación emocional en la educación infantil. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, s.v., 15.
- López, O. (2008). La Inteligencia emocional y las estrategias de aprendizaje como predictores del rendimiento académico en estudiantes universitarios. Tesis. Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Perú.
- Miñaca, M. et. al. (2013). Análisis del programas relacionados con la Educación Emocional desde el modelo propuesto por Salovey & Mayer. RES, s.v., 17.
- Mollón, O. (2014). Educación emocional en la familia. Escuela de padres: “+ emocionales”. s.l.: s.e.
- Moreno, L. (2015). Las emociones como factor que influye en el aprendizaje: Estudio de caso. Tesis de Licenciatura. Universidad Pedagógica Nacional, México.
- Morera, A. et. al. (2018). La educación emocional del personal docente: una estrategia de formación permanente. San José: C.R.

- Muñoz, C. (1998). Como elaborar y asesorar una investigación de tesis. Valle de México: This one.
- Murcia, et. al. (2012). Manejar las emociones, factor importante en el mejoramiento de la calidad de vida. Logos, ciencia y tecnología, 4, 11.
- Naranjo, N. (s.f.). La importancia de la educación emocional en alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo. Trabajo de fin de grado. Facultad de Ciencias de la Educación, Sevilla.
- Pereira, M. (2007). Orientación Educativa. Costa Rica: Editorial de la Universidad Estatal a Distancia.
- Pérez, et. al. (2006). La etnografía y su aporte a la comprensión de los fenómenos educativos. Investigación educativa I (62). ECUADOR: AFEFCE.
- Porlán, R. y Martín, J. (1991). El Diario del Profesor. Sevilla: Ed. Diada.
- Ruiz, E. (2020). Educación emocional. Downciclopedia, s.v., 17.
- Sabino, C. (1974). El proceso de investigación. Buenos Aires: Panamericana.
- Sabroso, A. et. al. (2011). Problemas familiares generadores de conductas disruptivas en alumnos. Redalyc, 2, 11.
- Secretarías de Educación. (2004). Estándares Básicos de Competencias Ciudadana. s.l.: s.e.
- SEP. (2004). Manual de Estilos de Aprendizaje. México: SEP.
- SEP. (2017). Modelo educativo para la educación obligatoria. México: SEP.
- SEP. (2019). Educación socioemocional. Ciudad de México: SEP.
- Skaluri. (2012). Carl Rogers y el autoconocimiento. 29042020, de Club.
- Smirnov, et. al. (1960). Las emociones en el aula” Estudios Pedagógicos. Facultad de Filosofía y Humanidades Universidad Austral de Chile. Valdivia

Strauss, A. y Corbin, J. (2002). Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la Teoría Fundamentada. Medellín: Universidad de Antioquia.

Taylor y Bogdan. (1986). Introducción a los métodos cualitativos de investigación. New York: PAIDÓS.

Zentner y Antoni. (2014). La cuatro emociones básicas. Barcelona: Herder.

Zorrilla, S. et. al. (2000). Metodología de la Investigación. México: Mc Graw Hil.

Mesografía

Abarca, M. (2003). La educación emocional en Educación Primaria: Currículo y Práctica, (Tesis Doctoral). Universidad de Barcelona. Recuperado de: <http://www.tdx.cat/handle/10803/2349>

Abarca, M. (2013). La educación emocional en la Educación Primaria: Currículo y Práctica (Tesis Doctoral). Recuperado de: https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/2349/02.MMAC_SEGUNDA_PARTE.pdf?sequence=3&isAllowed=y

ACNUR. Comité Español. (2018). Educación emocional, una habilidad básica para la vida. 06052020, de eacnur. Recuperado de: https://eacnur.org/blog/educacion-emocional-una-habilidad-basica-para-la-vida-tc_alt45664n_o_pstn_o_pst/

Andrade, M. (2017). La inteligencia emocional, la resolución de conflictos en el aula y su relación con el desempeño del profesorado, (Tesis Doctoral). Universidad Central del Ecuador. Recuperado de: https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/77270/1/tesis_marco_xavier_andrade_torres.pdf

Ávila, B., et. al. (2006). Introducción a la metodología de la investigación Edición electrónica. Recuperado de:
www.eumed.net/libros/2006c/203/

Bisquerra, R. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 19 (3). Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927006.pdf>

Carrillo, E. (2017). Métodos híbridos. 20062020, de Causa Ciudadana. Recuperado de: <https://www.causaciudadana.com/1/metodos-hibridos/>

Castillero, O. (2020). Corteza prefrontal: funciones y trastornos asociados. 28052020, de psicología y mente. Recuperado de:
<https://psicologiaymente.com/neurociencias/corteza-prefrontal>

Castillo, M., et. al. (2010). Influencia de la Inteligencia Emocional en la enseñanza, aprendizaje y evaluación de las ciencias naturales (Tesis de pregrado). Recuperado de:
<http://bibliotecadigital.univalle.edu.co/xmlui/handle/10893/10161>

Celeste, V. (2019). Las emociones básicas de Paul Ekman. 28012019, de PSICOCODE. Recuperado de:
<https://psicocode.com/psicologia/las-emociones-basicas-paul-ekman/>

Chacón, Y. (2015). ¿De qué manera las Emociones Académicas influyen en el Aprendizaje? 20092019, de Divulgación científica. Recuperado de:
<https://www.oei.es/historico/divulgacioncientifica/?De-que-manera-las-Emociones>

Club De Formación especializado en Ciencias Sociales. (2017). Cómo controlar las emociones y los pensamientos automáticos. 29042020, de Divulgación dinámica. Recuperado de: <https://www.divulgaciondinamica.es/blog/controlar-emociones-pensamientos-automaticos/>

Córtés, M., et. al. (2004). Generalidades sobre Metodología de la Investigación. Colección Material didáctico. Recuperado de: http://www.unacar.mx/contenido/gaceta/ediciones/metodologia_investigacion.pdf

Díaz, L. et. al. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. Redalyc. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/3497/349733228009.pdf>

Domínguez, J. (2020). Cómo influyen las emociones en el rendimiento escolar. 05052020, de net. Recuperado de: <https://www.jorgedominguez.net/como-influyen-las-emociones-en-el-rendimiento-escolar/>

Escudero, M. (2003). Emociones y sentimientos ¿Cuál es la diferencia? 28012020, de Manuel Escudero. Recuperado de: <https://www.manuelescudero.com/emociones-y-sentimientos-cual-es-la-diferencia/>

Extremera, N. et. al. (2003). La importancia de desarrollar la inteligencia emocional en el profesorado. 29042020, de Universidad de Málaga. Recuperado de: <https://rieoei.org/historico/deloslectores/759Extremera.PDF>

Extremera, N. et. al. (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. Scielo. Recuperado de:

http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-40412004000200005

Fernández, et. al. (2005). Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado. AUFOP. Recuperado de:
https://www.aufop.com/aufop/uploaded_files/revistas/120914511210.pdf

Fernández, P. (2004). La importancia de desarrollar la inteligencia emocional en el profesorado. Revista iberoamericana de Educación 33(8). Recuperado de:
<https://rieoei.org/historico/deloslectores/759Extremera.PDF>

García, C. (2019). Inteligencia y educación emocional, ¿qué aportan?. 210519, de unir. Recuperado de:
<https://www.unir.net/salud/revista/noticias/inteligencia-y-educacion-emocional-que-aportan/549204437812/>

Institución Universitaria, Politécnico Grancolombiano. (s. a.). Protocolo para aprobación de líneas de investigación de interés para los grupos de investigación de las facultades. 25062020, de Institución Universitaria. Recuperado de: <https://apps2.poligran.edu.co/iaplicada/docs/98.pdf>

Lemos, R. (2019). ¿Para qué sirven las emociones? 27012019, de La mente es maravillosa. Recuperado de:
<https://lamenteesmaravillosa.com/las-emociones-cuales-son-sus-funciones/>

Llanga, E. et. al. (2019). ¿Cómo se relacionan la educación emocional y el aprendizaje?. 13062020, de Eumed.net. Recuperado de:
<https://www.eumed.net/rev/atlante/2019/06/educacion-emocional-aprendizaje.html>

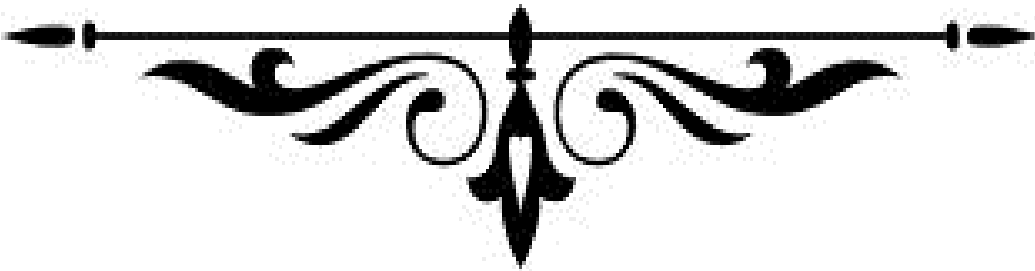
- Mares, M. (2019). Inteligencia Emocional para Docentes. “Material de Curso”. Instituto de Neurociencias Aplicadas Al Desarrollo (INAD). Recuperado de: <https://plataformainad.com/>
- Martínez, C. (2018). ¿Sufres cambios bruscos de humor? “Hoy te quiero y mañana no”. 20062020, de Cognifi. Recuperado de: <https://blog.cognifit.com/es/cambios-humor/#:~:text=Los%20cambios%20de%20humor%20repentinis,u na%20enfermedad%20o%20cambio%20hormonal>
- Martínez, E. et. al. (2011). El complejo mundo de la interactividad: emociones y redes sociales. 28052020, de dialnet. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4223731.pdf>
- Maslow, A. (2016). Motivación y personalidad. Obtenido de Oaji. Recuperado de: <http://oaji.net/articles/2016/3757-1472501941.pdf>
- Moctezuma, E. (2019). CTE primera sesión octubre 2019 mensaje del secretario de educación. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=Q6ZRljKedfA>
- Moreno, L. (2015). Las emociones como factor que influye en el aprendizaje: Estudio de caso (Tesis de pregrado). Recuperado de: <http://200.23.113.51/pdf/31139.pdf>
- Nicuesa, M. (2019). Partes del cerebro y sus funciones. 28012019, de Psicología-Online. Recuperado de: <https://lamenteesmaravillosa.com/lobulos-cerebrales-caracteristicas-y-funciones/>
- Pelaz, S. (2016). Cómo influyen las emociones en el aprendizaje. 05052020, de Educa con amor. Recuperado de: <https://educaconamor.com/como-influyen-las-emociones-en-el-aprendizaje/>

- Prado Psicólogos. (2020). Inestabilidad emocional: cómo dejar de ser una persona inestable y superar los bajones emocionales. 21062020, del prado psicólogos. Recuperado de:
<https://www.elpradopsicologos.es/depresion/inestabilidad-emocional/>
- Rodríguez, C. (2019). Educación emocional para niños. 29012019, de Educa y Aprende. Recuperado de:
<https://educayaprende.com/infografia-la-educacion-emocional/>
- Roldán, M. (2016). La importancia de la educación emocional infantil. 05052020, de etapa infantil. Recuperado de:
<https://www.etapainfantil.com/importancia-educacion-emocional-infantil>
- Rosa, M. (2004). ¿Qué sucede en nuestro cerebro cuando sentimos emociones?. 28052020, de inesem. Recuperado de:
<https://revistadigital.inesem.es/educacion-sociedad/anatomia-de-las-emociones/>
- Sánchez, R. (2015). Cuando la escuela aprende a sentir todo cambia. 27012019, de INED21. Recuperado de: <https://ined21.com/cuando-la-escuela-aprende-a-sentir-todo-cambia/>
- Sant, J. (2018). Claves para la educación emocional en el ámbito familiar. 20052020, de Faros. Recuperado de:
<https://faros.hsjdbcn.org/es/articulo/claves-educacion-emocional-ambito-familiar>
- Tarí, S. (2009). La importancia de la educación emocional en los niños. 05052020, de mindicsalud. Recuperado de:
<https://www.mindicsalud.com/blog/la-importancia-de-la-educacion-emocional-en-los-ninos>

- Tiria, D. (2015). La educación emocional dentro de los procesos de enseñanza-aprendizaje de los niños y niñas de 4º y 5º primaria (Tesis de pregrado). Recuperado de:
https://repositorio.tec.mx/bitstream/handle/11285/626580/Deisy_Johanna_Tiria_Morales_.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Vallé, A. (s.f.). Propuestas emocionales para la convivencia escolar. El programa PIECE. 06052020, de euskadi. Recuperado de:
http://www.euskadi.eus/contenidos/noticia/irakurketa_gida_adimena_1_17/es_def/adjuntos/valles.pdf
- Vega, M. (2015). Autoconcepto e inteligencia emocional: Un análisis comparativo, (Trabajo de fin de grado). Universitat de les Illes Balears. Recuperado de:
https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/3401/Vega_Munzar_Maria.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Vivas, M. (2003). La educación emocional: conceptos fundamentales. Sapiens. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/pdf/410/41040202.pdf>
- Zúñiga, I. (2016). La educación emocional y sus beneficios en educación infantil (Trabajo de fin de grado). Recuperado de:
https://biblioteca.unirioja.es/tfe_e/TFE001665.pdf



ANEXOS

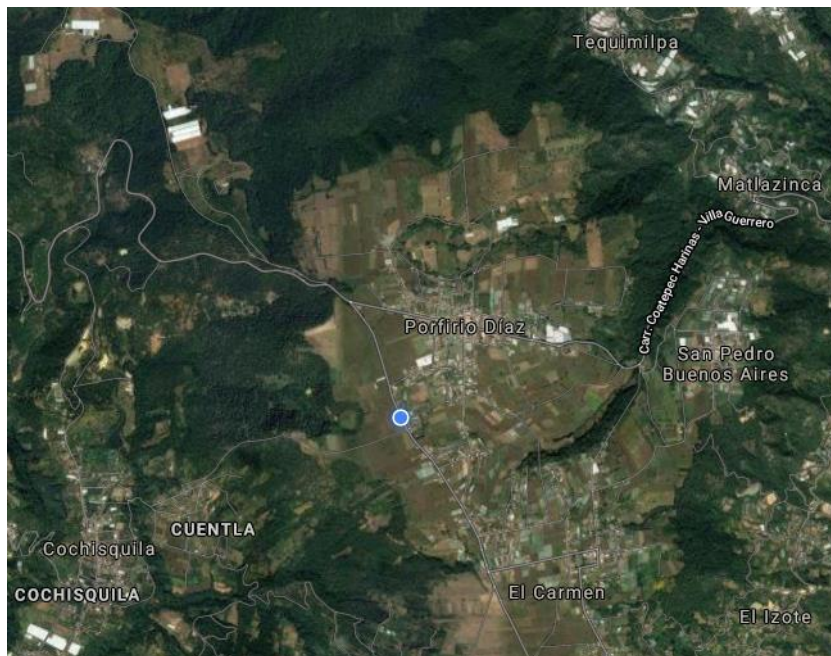


Anexo 1



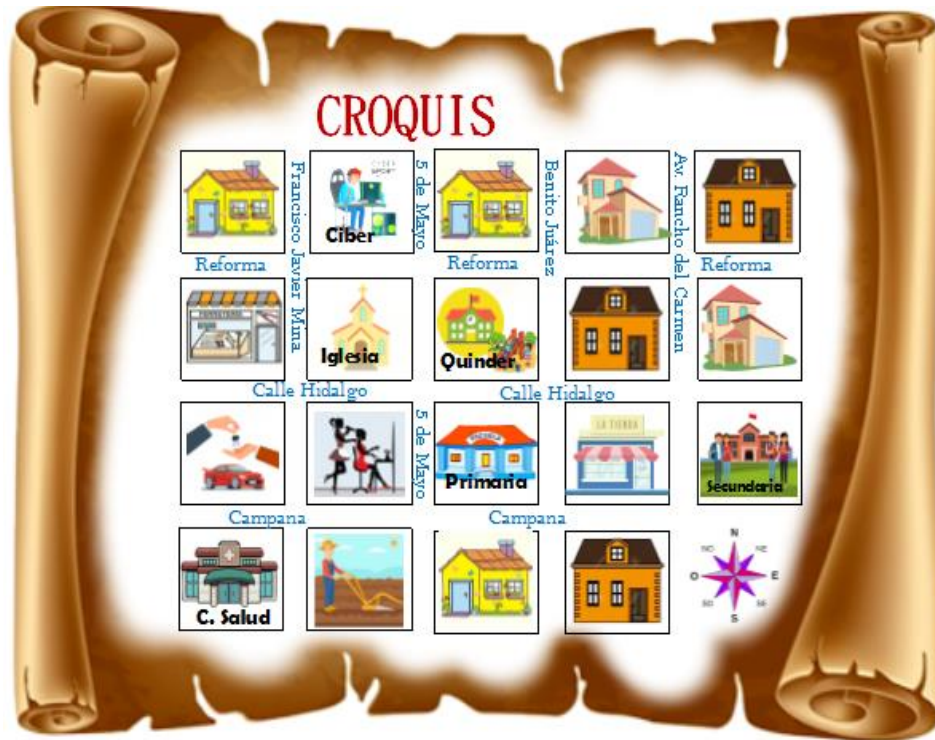
“Alumnos del quinto grado, grupo "B" de la Escuela Primaria "Lic. Benito Juárez" ubicada en Porfirio Díaz, Villa Guerrero”.

Anexo 2



“Limitantes de la localidad de Porfirio Díaz”.

Anexo 3

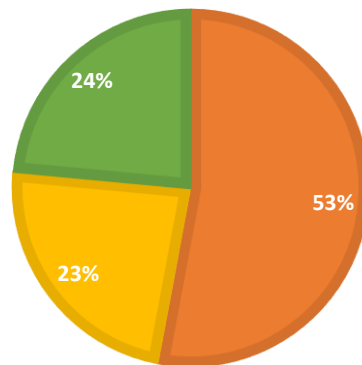


“Croquis de la parte céntrica de la localidad de Porfirio Díaz”.

Anexo 4

RESULTADOS DEL DIAGNÓSTICO ESTILOS DE APRENDIZAJE VAK DEL TERCER GRADO

■ KINESTÉSICO ■ AUDITIVO ■ VISUAL



Gráfica 1. Resultados del diagnóstico del quinto grado, grupo “B”.

Anexo 5

“Cuestionario con preguntas cerradas (Alumnos)”.



GOBIERNO DEL
ESTADO DE MÉXICO

EDOMÉX
DECISIONES FIRME, RESULTADOS FUERTES.

2020. "Año de Laura Méndez de Cuenca; emblema de la mujer mexiquense".

ESCUELA NORMAL DE COATEPEC HARINAS

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN PRIMARIA

EDUCACIÓN EMOCIONAL; IMPORTANCIA E INFLUENCIA EN EL PROCESO DE APRENDIZAJE.

CUESTIONARIO DIRIGIDO A LOS ALUMNOS DEL 5º GRADO, DE LA ESCUELA PRIMARIA LIC. BENITO JUÁREZ, UBICADA EN PORFIRIO DÍAZ, VILLA GUERRERO, EDO. MÉX.

Propósito: Obtener información de los alumnos del quinto grado, grupo “B” para conocer la importancia e influencia de la Educación Emocional en el proceso aprendizaje.

Instrucciones: Lee detenidamente cada pregunta y marca con una **X** la casilla correspondiente.

PREGUNTAS A ALUMNOS	SI	ALGUNAS VECES	NO
1. ¿Me conozco a mí mismo, se lo que pienso, lo que siento y lo que hago?			
2. ¿Identifico los puntos de vista de mis compañeros con los que tengo conflictos poniéndome en su lugar?			
3. ¿Uso el diálogo interno para controlar estados emocionales?			
4. ¿Expreso mi ira, asco, miedo, alegría, tristeza y sorpresa?			
5. Utilizo mecanismos para manejar mi ira. (Ideas para tranquilizarme: respiro profundo, alejarme de la situación o contar hasta diez).			
6. ¿Identifico mis cambios de humor y el de los demás?			
7. Reconozco cómo se sienten otras personas cuando son agredidas o se vulneran sus derechos y contribuyo a aliviar su malestar. (Competencias emocionales)			
8. ¿Influye mi estado emocional para aprender?			
9. Al recibir una llamada de atención de mi maestro y hacerme sentir mal, ¿ya no aprendo?			
10. Al recibir una llamada de atención de mis papás, ¿ya no voy a la escuela con el mismo entusiasmo?			

POR TU COLABORACIÓN, MUCHAS GRACIAS.

Anexo 6

Cuestionario con preguntas abiertas (Padres de Familia).



GOBIERNO DEL
ESTADO DE MÉXICO



2020. "Año de Laura Méndez de Cuenca; emblema de la mujer mexiquense".

ESCUELA NORMAL DE COATEPEC HARINAS

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN PRIMARIA

EDUCACIÓN EMOCIONAL; IMPORTANCIA E INFLUENCIA EN EL PROCESO DE APRENDIZAJE.

CUESTIONARIO DIRIGIDO A LOS PADRES DE FAMILIA

Propósito: Obtener información de los padres de familia del quinto grado, grupo "B" para conocer la importancia e influencia de la Educación Emocional en el proceso de aprendizaje de sus hijos.

Instrucciones: Lea la siguiente definición de educación emocional y en base a ella, conteste las siguientes cuestiones, anteponiéndole que sus respuestas tienen un carácter estrictamente confidencial.

Las emociones, son condicionantes de la conducta, pueden influenciar la vida en multitud de sentidos. Su manifestación, puede convertir a las personas integradas socialmente o excluidas, todo depende de la manera en que se manejen. Bisquerra y Pérez (2012) afirmaban que la educación emocional es un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social.

1. ¿Es importante el aspecto emocional en el aprendizaje de su hijo/a? Si () No ()
¿Por qué?

2. ¿Qué expresiones y comportamientos observa en su hijo/a que según su criterio tienen educación emocional?

Expresiones:

Comportamientos:

3. ¿Considera que la educación emocional tiene relación para el aprendizaje? Si () No () ¿Por qué?

4. ¿Se observa en su hijo/a educación emocional? Si () No () ¿Cómo lo observa?

5. ¿Qué es necesario trabajar para impulsar la educación emocional en su hijo/a?

6. ¿Qué relación considera que hay entre educación emocional y el proceso de aprendizaje de su hijo/a?

7. ¿Cuál es la influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje de su hijo/a?

8. ¿Cuáles son las estrategias que diseña y pone en práctica para promover la educación emocional en el proceso de aprendizaje de su hijo/a?

9. ¿Su hijo/a responde cuando se le regaña? Si () No ()

¿Qué responde?

¿Cómo responde?

10. ¿Piensa que su hijo/a tiene un buen manejo de las emociones? Si () No () ¿Por qué?

11. ¿El manejo de las emociones influye para que su hijo/a aprenda lo que tiene que aprender en la escuela? Si () No () ¿Por qué?

12. Lea las siguientes afirmaciones y seleccione dos de las respuestas que considere correcta en cada afirmación.

AFIRMACIONES	SI	NO	A VECES	ALGUNOS	LA MAYORÍA	NINGUNO
Su hijo/a sabe afrontar sus emociones.						
Al implementar actividades de trabajo su hijo/a reconoce sus emociones básicas como: ira, asco, miedo, alegría, tristeza y sorpresa.						
Su hijo/a sabe nombrar sus emociones en las diversas situaciones cotidianas.						
Su hijo/a socializa constantemente con sus compañeros.						
Escuchar a los demás es importante para su hijo/a.						

POR SU COLABORACIÓN, MUCHAS GRACIAS.

Anexo 7

“Entrevista semiestructurada (Maestros)”.



GOBIERNO DEL
ESTADO DE MÉXICO

EDOMÉX
DECISIONES FIRMES, RESULTADOS FUERTES.

2020. "Año de Laura Méndez de Cuenca; emblema de la mujer mexiquense".

ESCUELA NORMAL DE COATEPEC HARINAS

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN PRIMARIA

EDUCACIÓN EMOCIONAL; IMPORTANCIA E INFLUENCIA EN EL PROCESO DE APRENDIZAJE.

ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA DIRIGIDA DOCENTES DE LA ESCUELA PRIMARIA LIC. BENITO JUÁREZ, UBICADA EN PORFIRIO DÍAZ, VILLA GUERRERO, EDO. MÉX.

Propósito: Obtener información acerca de la investigación titulada “Educación Emocional; importancia e influencia en el proceso de aprendizaje”.

Instrucciones: Conteste las siguientes cuestiones, anteponiéndole que sus respuestas tienen un carácter estrictamente confidencial.

1. ¿Qué es la Educación Emocional?

2. ¿Conoce algunas características de la educación emocional? Si () No () ¿Cuáles?

3. ¿Es importante el aspecto emocional en el aprendizaje de los niños? Si () No ()
¿Por qué?

4. ¿Qué aspecto de carácter emocional influye para que aprendan los alumnos?

5. ¿Qué expresiones y comportamientos observa en los alumnos que según su criterio tienen educación emocional?

Expresiones:

Comportamientos:

6. **¿Considera que la educación emocional tiene relación para el aprendizaje?
Si () No () ¿Por qué?**

7. **¿Se observa en los alumnos educación emocional? Si () No () ¿Cómo lo observa?**

8. **¿Qué es necesario trabajar para impulsar la educación emocional en los alumnos?**

9. **¿Qué relación considera que hay entre educación emocional y el proceso de aprendizaje de los alumnos?**

10. **¿Cuál es la influencia de la educación emocional en el proceso de aprendizaje de los alumnos?**

11. **¿Qué factores de la educación emocional influyen en el proceso de aprendizaje de los alumnos?**

12. **¿Cuáles son las competencias emocionales que se requieren favorecer en el aula?**

13. **¿Cuáles son las estrategias que diseña y pone en práctica para promover la educación emocional en el proceso de aprendizaje de los alumnos?**

14. Lea las siguientes afirmaciones y seleccione dos de las respuestas que considere correcta en cada afirmación.

AFIRMACIONES	SI	NO	A VECES	ALGUNOS	LA MAYORÍA	NINGUNO
Los alumnos saben afrontar sus emociones.						
Al implementar actividades de trabajo sus alumnos reconocen sus emociones básicas como: ira, asco, miedo, alegría, tristeza y sorpresa.						
Los alumnos saben nombrar sus emociones en las diversas situaciones cotidianas.						
Los alumnos socializan constantemente con sus compañeros.						
Escuchar a los demás es importante para los alumnos.						

POR SU COLABORACIÓN, MUCHAS GRACIAS.

Anexo 8

	Observaciones	Citas
17 - Sep - 19	Los alumnos cambian muy repentinamente de emociones y <u>dejan de hablarse por pequeños problemas.</u>	“El contar con adecuados niveles de inteligencia emocional ayudan a afrontar con mayor éxito los problemas y conflictos que se presentan en el diario vivir tanto para los estudiantes como para los docentes” (Andrade, 2017, pág. 14)
18 - Sep - 19	Una observación del Mtro. hacia la alumna sobre el trazo de la letra la <u>desanima</u> y <u>vierte</u> sonrojamiento.	“El interés y la motivación de los estudiantes, pueden ser influidos exitosamente en el aula, se sugiere diseñar entornos de aprendizaje emocionalmente eficaces e intervenciones dirigidas a las distintas emociones académicas”. (Chacón, 2015, s/p.)
19 - Sep - 19	Existe un alumno que le es difícil participar, convivir con sus compañeros, tener acceso a los mismos materiales que el resto y cuando <u>se trata de corregirle una actividad se pone sentimental.</u>	“Las emociones involucran procesos psicológicos coordinados, en particular el cognitivo, el fisiológico, la motivación y los componentes expresivos” (Chacón, 2015, s/p.)

“Registro de observaciones del mes de septiembre de 2019”.

Anexo 9

Observaciones	Citas
<p>17- Feb - 2020</p> <p>Al realizar equipos el alumno de bajos recursos y cuya higiene es muy deficiente, una alumna lo insulta diciendo "Tu no toques las tarjetas, porque las apestas". Se le llama la atención y lo niega.</p>	<p>"El desarrollo de la empatía hace que niños/as sean capaces de reconocer las necesidades físicas y emocionales de los compañeros, permitiéndoles mantener un clima escolar de comprensión, colaboración y compañerismo". (Hernández, et al, 2017, p. 12)</p>
<p>18- Feb - 2020</p> <p>Problemas familiares repercuten en alumna, no asiste a la escuela y cuando asiste demuestra inestabilidad emocional para la adquisición del aprendizaje.</p>	<p>"Cuando la dinámica familiar no funciona adecuadamente, los intereses del niño están absorbidos por los conflictos familiares y por los temores derivados de los mismos y en estas condiciones el niño se disinteresa por conocer, aprender y afrontar problemas y plantearse retos". (Sabrosa, 2011, p. 4).</p>
<p>19- Feb - 2020</p> <p>Alumno mimado presenta constantemente robietas y comienza a decaer con todo lo que cuenta en su casa.</p>	<p>"Muchos padres piensan que dándoles todo a sus hijos conseguirán que estos crezcan sanos e intelectualmente estimulados, pero al contrario crecen en una salud emocional pobre". (Corbin, 2020, s.p.)</p>

"Registro de observaciones del mes de febrero de 2020".

HOJA DE FIRMAS

REALIZÓ



SONIA GONZÁLEZ ESTRADA

REVISÓ Y AUTORIZÓ



DRA. ANGELITA JUÁREZ MARTÍNEZ

ASESORA

ASUNTO: Se extiende constancia.

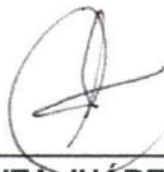
**A QUIEN CORRESPONDA:
P R E S E N T E**

El (la) que suscribe **DRA. ANGELITA JUÁREZ MARTÍNEZ**, con clave de ISSEMYM 995497814 y R.F.C. JUMA780127, quien labora en la Escuela Normal de Coatepec Harinas, por medio de la presente, hace **CONSTAR** que la Tesis de Investigación Titulada: **“Educación Emocional; importancia e influencia en el Proceso de Aprendizaje”**, que presentó el (la) **C. GONZÁLEZ ESTRADA SONIA**, ha sido revisada de manera minuciosa en forma y fondo, considero que posee los elementos suficientes para ser presentada como opción de titulación, por lo que puede proceder a cubrir los trámites correspondientes para presentar su **Examen Profesional** en los espacios y tiempos establecidos por la Dirección de la Escuela Normal.

A petición del interesado (a) y para los fines legales que estime pertinentes, se extiende la presente constancia en Coatepec Harinas, México, a los veintinueve días del mes de junio de dos mil veinte.

Sin más por el momento, le envío un cordial saludo.

A T E N T A M E N T E



**DRA. ANGELITA JUÁREZ MARTÍNEZ
ASESORA DE TITULACIÓN**



2020. "Año de Laura Méndez de Cuenca; emblema de la Mujer Mexiquense"

ESCUELA NORMAL DE COATEPEC HARINAS

NIVEL: Superior.
ASUNTO: Oficio de Responsabilidad.

Coatepec Harinas, Méx., a 29 de Junio de 2020.

A QUIEN CORRESPONDA:
PRESENTE

La Dirección de la Escuela Normal de Coatepec Harinas, **HACE CONSTAR** que: todo el proceso teórico metodológico del Trabajo de Titulación, debate profesional, redacción, ortografía e impresión del mismo, son responsabilidad exclusiva del (la) sustentante.

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
ATENTAMENTE

DR. EDGAR IVÁN ARIZMENDI GÓMEZ
 "En suplencia del Director de la Escuela Normal de Coatepec Harinas,
 de acuerdo con el oficio 205120000/0354/2018 del Director General
 de Educación Normal y Fortalecimiento Profesional"

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN BÁSICA Y NORMAL
DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN NORMAL Y FORTALECIMIENTO PROFESIONAL
SUBDIRECCIÓN DE EDUCACIÓN NORMAL
ESCUELA NORMAL DE COATEPEC HARINAS



2020. "Año de Laura Méndez de Cuenca; emblema de la Mujer Mexiquense"

ESCUELA NORMAL DE COATEPEC HARINAS

OFICIO No.: 610
EXPEDIENTE: 011/19-20
ASUNTO: Se autoriza trabajo de opción
para Examen Profesional.

Coatepec Harinas, Méx., a 29 de Junio de 2020.

C. GONZÁLEZ ESTRADA SONIA
PRESENTE

La Dirección de la Escuela Normal de Coatepec Harinas, a través de la Comisión de Titulación, se permite comunicar a usted, que ha sido **AUTORIZADO** el trabajo de opción: **TESIS DE INVESTIGACIÓN** que presentó con el tema: "**Educación Emocional; importancia e influencia en el Proceso de Aprendizaje**", por lo que puede proceder a la realización de los trámites correspondientes a la sustentación de su Examen Profesional.


Para su conocimiento y fines consiguientes.

ATENTAMENTE
COMISIÓN DE TITULACIÓN


PRESIDENTE


DR. ENRIQUE DELGADO VELÁZQUEZ
SUBDIRECTOR ACADÉMICO

SECRETARIO


DR. ARMANDO GERARDO FLORES LAGUNAS
PROYECTO DE TITULACIÓN INSTITUCIONAL

GOBIERNO DEL ESTADO DE MÉXICO
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN


DR. EDGAR IVÁN ARIZMENDI GÓMEZ
"En suplencia del Director de la Escuela Normal de Coatepec Harinas,
de acuerdo con el oficio 205120000/0354/2018 del Director General
de Educación Normal y Fortalecimiento Profesional"



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN BÁSICA Y NORMAL
DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN NORMAL Y FORTALECIMIENTO PROFESIONAL
SUBDIRECCIÓN DE EDUCACIÓN NORMAL
ESCUELA NORMAL DE COATEPEC HARINAS