SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD AJUSCO

LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA

LA EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA POTENCIAR EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA

PROPUESTA PEDAGÓGICA

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE

LICENCIADA EN PEDAGOGÍA

PRESENTA

DIANA LAURA ANDRADE MARTÍNEZ

ASESOR

MTRO. PAULO CÉSAR DEVEAUX GONZÁLEZ

CIUDAD DE MÉXICO, AGOSTO 2018

Agradecimientos

Primeramente, le doy gracias a mi madre por apoyarme en todo momento, por todos los esfuerzos que tuvo que hacer para darme la oportunidad de estudiar una carrera, por los valores que me ha inculcado. Sobre todo, por ser un excelente ejemplo de vida a seguir. Sabiendo que jamás existirá una forma de agradecer una vida de lucha, sacrificio y esfuerzo constantes, sólo deseo que entiendas que el logro mío, es el logro tuyo, que mi esfuerzo es inspirado en ti.

A mi hermano por se parte importante de mi vida, por su apoyo en todo momento a lo largo de mi carrera, por siempre estar conmigo y ser como un amigo, me siento orgullosa de él y espero que el se sienta orgullosa igual de mí.

Le doy gracias a mi novio por apoyarme en todo momento, por estar en los buenos y malos momentos y motivarme a seguir adelante cuando algo se tornaba difícil, por tu cariño, tu amor y tus grandes manifestaciones de afecto.

Un sincero agradecimiento a mi asesor Cesar Deveaux, por todo el tiempo que me han dado, por sus sugerencias e ideas de las que tanto provecho he sacado, por el respaldo y la amistad.

Gracias a mi universidad, gracias por haberme permitido fórmame y en ella, gracias a todos mis profesores que fueron participes de este proceso, ya sea de manera directa o indirecta, gracias a todos ustedes, fueron ustedes los responsables de realizar su pequeño aporte, que el día de hoy se vería reflejado en la culminación de mi paso por la universidad.

Índice

Introducción 1

Capítulo I. La adolescencia y su complejidad 4

1.1. ¿Qué se entiende por adolescencia? 4

1.2. La diferencia entre pubertad y la adolescencia 6

1.3. Características generales del adolescente 8

1.3.1. Características físicas 9

1.3.2. Características cognitivas 9

1.3.3. Características sociales 14

1.3.4. Características afectivas 16

Capítulo II. El rendimiento académico en la educación secundaria 19

2.1. El rendimiento académico y su conceptualización 19

2.2. Modelos del rendimiento académico 22

2.3. Factores presentes en el rendimiento académico 24

Capítulo III. La educación emocional y su relación con el rendimiento académico del estudiante de secundaria 33

3.1. La inteligencia emocional y sus modelos como antecedente de la educación emocional 33

3.2. ¿Qué es la educación emocional? 41

3.3. La educación emocional en el contexto escolar 49

3.4. La educación emocional y su relación con el rendimiento académico del estudiante de secundaria 57

Capítulo IV. Un acercamiento a la educación emocional en la educación secundaria: Diagnóstico de las competencias emocionales en la secundaria 92 "Carlos Casas Campillo" 64

4.1. Descripción del contexto 64

4.2. Selección y descripción de los informantes 70

4.3. Estrategia metodológica 72

4.3.1. Descripción del instrumento 74

4.4. Presentación y análisis de la información 79

4.5. Diagnóstico sobre competencias emocionales en estudiantes de primer grado de la escuela secundaria Técnica 92 "Carlos Casas Campillo" 98

Capítulo V. Propuesta pedagógica: "Taller Aprendiendo a ser felices y a compartirlo con los demás. 102

5.1. Introducción 102

5.2. Propósito General 103

5.3. Presentación de la propuesta pedagógica taller "Aprendiendo a ser felices y a compartirlo con los demás" 104

Conclusiones 123

Bibliografía 128

Anexos 132

La educación emocional para potenciar el rendimiento académico en estudiantes de secundaria.

Introducción

La presente investigación aborda un tema que no sólo es necesario explicar sino también fomentar y desarrollar en todo tipo de contextos dicho tema es la educación emocional.

Dentro del proceso educativo, se han privilegiado los aspectos cognitivos por encima de los emocionales. Incluso para muchos estos dos aspectos deben ser considerados 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 debe caracterizar en qué consisten las emociones, cómo a partir de estas surge la educación emocional y qué papel juega está dentro de dicho proceso. A su vez, se debe considerar el papel del maestro y cómo las emociones tanto propias como de los estudiantes, deben ser tomadas en cuenta en su acto pedagógico, por último, se tiene que considerar la relación entre emociones y estilos de aprendizaje.

Resulta cada vez más claro que las emociones tienen una huella duradera, positiva o negativa, en los logros de aprendizaje. Por ello, el quehacer de la escuela es clave para ayudar a los estudiantes a reconocer sus propias emociones y para expresarlas, autorregularlas y saber cómo influyen en sus relaciones y su proceso educativo

Las emociones están siempre presentes, guiando la acción en cada etapa escolar y tiene un claro papel favorecedor o de interferencia en todos los procesos de aprendizaje, tanto en la adquisición de los diferentes procesos cognitivos y de nuevas competencias, ya que potencia u obstaculiza la capacidad de pensar, planificar, y resolver problemas de cualquier tipo.

A través de la educación pueden ponerse en marcha procesos de desarrollo de las competencias emocionales del estudiante, tanto las intrapersonales como las

interpersonales que puedan conducir a la plenitud personal y a la felicidad, no solo con el propio bienestar sino también con el de los demás.

Lo que se propone en esta propuesta está orientada a la acción educativa en las distintas dimensiones del estudiante de una forma integrada ya que en el ser humano se correlacionan de manera completa emoción, razón, organismos y cognición.

Por lo anterior el presente trabajo se constituye de 5 capítulos los cuales consisten en:

En el capítulo 1 llamado “La adolescencia y su complejidad” se desarrolla la definición de adolescencia y se diferencia de la pubertad; así mismo se explican las características generales del adolescente tales como las físicas, cognitivas sociales y afectivas, todo esto con la intención de mostrar la complejidad de la etapa de la adolescencia y entender mejor al estudiante de secundaria.

En el capítulo 2 llamado “El rendimiento académico en educación secundaria” plantea conceptos como rendimiento académico. Asimismo, se exponen diferentes modelos del mismo. Y termina planteando los factores presentes en el rendimiento académico a partir de tres dimensiones, todo esto con la finalidad de entender la implicación de dicho concepto en el proceso de enseñanza y aprendizaje del estudiante.

En el capítulo 3 llamado “La educación emocional y su relación con el rendimiento académico del estudiante de secundaria” se aborda la inteligencia emocional y sus modelos como antecedentes de la educación emocional, que permite la construcción del concepto de educación emocional y así llegar a la conceptualización que se ha planteado de dicha educación, posteriormente se analiza su relación con el contexto escolar se finaliza vinculando la educación emocional con el rendimiento académico del estudiante de secundaria, este capítulo tiene la finalidad de presentar la relación teórica entre educación emociona y rendimiento académico.

En el capítulo 4 llamado: Un acercamiento a la educación emocional en la educación secundaria: Diagnóstico de las competencias emocionales en la secundaria 92 “Carlos Casas Campillo**”,** se inicia con la descripción del contexto de la escuela y de los informantes, así mismo se presenta la estrategia metodológica y se describen los instrumentos utilizados para recolectar información, la presentación de la información obtenida y su posterior análisis.

En el capítulo 5 llamado Propuesta pedagógica: “Taller Aprendiendo a ser felices y a compartirlo con los demás, derivado de lo anterior se presenta una propuesta pedagógica con actividades que ayudan a fortalecer y desarrollar las cinco competencias emocionales, la propuesta está estructurada en 15 sesiones.

Para terminar, se presentan las conclusiones generales que muestran la importancia de la educación emocional para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes de secundaria.

Capítulo I
La adolescencia y su complejidad

Este primer capítulo aborda una de las etapas del desarrollo del ser humano más compleja, es decir la adolescencia, ya que durante ella el sujeto alcanza la madurez emocional y social, en consecuencia, asume la responsabilidad propia que le demanda el mundo de las personas adultas.

Por lo anterior, se comienza por explicar este concepto a partir de diversas definiciones, con la finalidad de entenderla de mejor manera, lo que implica abarcar los diferentes aspectos que componen a esta etapa de la adolescencia.

De esta manera se abordan los cambios físicos, mismos que marcan la pubertad como el inicio de la etapa de la adolescencia, esto con el objetivo de mostrar la complejidad que hay en ella.

Aunado a lo anterior, se abordan los aspectos cognitivos, afectivos y sociales, cada uno de ellos se explican con la intención de entender de manera mucha más amplia esta etapa.

Finalmente, el contenido de este capítulo brinda un acercamiento conceptual mucho más profundo del sujeto protagonista de esta propuesta pedagógica, por lo tanto, se le invita a que siga leyendo el presente documento

1.1 ¿Qué se entiende por adolescencia?

La adolescencia es un concepto que se ha explicado desde diferentes disciplinas, sin embargo, todas ellas hacen referencia a él como una etapa del desarrollo humano, de esta manera la sociología, la antropología y la psicología, entre otras más han elaborado profundas explicaciones.

Entonces, de acuerdo a las diferentes disciplinas que han abordado dicho concepto debido a que han coincidido a que la adolescencia es una etapa por la que atraviesan todos los seres humanos, esta es la más compleja debido a todas las modificaciones que ocurren dentro de la misma.

De acuerdo con Hurlock (2001), explica que la palabra adolescencia se deriva del verbo en latín *adolecere* que significa *crecer o crecer hacia la madurez*; de esta manera se asume como un periodo de transición en el que una persona pasa física y psicológicamente de la etapa de la niñez para convertirse en adulto.

Otra explicación sobre la adolescencia es la que plantea Castillo (2004), en la que hace referencia a la etapa que da paso de la infancia a la edad adulta; por tal razón se trata de una etapa puente, de un periodo de transición entre dos realidades distintas y alejadas entre sí, en otras palabras, en esta etapa el individuo piensa y siente el mundo que le rodea de diferentes maneras primero como un niño y al término de ésta lo percibe como un adulto.

De acuerdo con lo anterior la adolescencia es una etapa de transición entre la inmadurez de la infancia hacia la madurez de la vida adulta, por lo tanto, el adolescente no se le puede considerar como un niño, pero tampoco como un adulto.

En palabras de Fize (2001), en la etapa de la adolescencia muere un niño, nace un nuevo ser que causa sorpresa, desesperación y alegría; este nuevo ser lo toma por sorpresa todo aquello que lo rodea, ya que no es ni niño ni adulto, es mitad niño y mitad adulto; entonces se trata efectivamente de estar entre dos edades.

Como ya se ha mencionado, la etapa de la adolescencia ha sido estudiada por diferentes disciplinas, por ejemplo, desde la sociología se le considera como un periodo de transición que se presenta entre la niñez dependiente y la edad adulta autónoma. Desde la psicología es vista como el tiempo por el que transcurre el individuo y suceden fenómenos de diferente naturaleza que le ayudan adaptarse al mundo adulto, es decir dentro de una sociedad, de igual forma puede verse desde un enfoque cronológico el cual implica un lapso que comprende aproximadamente entre los 12 y 13 años hasta los 21 años, en este lapso suceden grandes variaciones individuales y culturales (Muuss, 1999).

Con base en lo que se ha explicado hasta ahora puede decirse que la adolescencia es una etapa más de desarrollo de la vida de los sujetos y en ella se presentan

diferentes cambios entre ellos físicos, cognitivos sociales y emocionales, así mismo al individuo no se le puede considerar ni como niño ni como adulto.

Cabe resaltar que lo que da paso a la etapa de la adolescencia es la pubertad, misma que implica un periodo de transito de la inmadurez a la madurez biológica por tal razón existe diferencia entre pubertad y adolescencia; esta diferenciación se explica a continuación.

1.2 La diferencia entre pubertad y la adolescencia

Como ya se ha explicado, la etapa de la adolescencia forma parte del desarrollo de los sujetos, ella implica el paso de ser niño a la adultez; cabe aclarar que esta etapa se inicia con la pubertad, misma que se deriva del latín *pubecere* que significa cubrirse de pelo y el comienzo de la edad adulta y la edad de la madurez, en ese sentido la pubertad se considera el puente entre la niñez y la edad adulta (Muuss, 1999).

Para Adams (1998) la pubertad es el momento en el que el cuerpo sufre distintas transformaciones, el joven descubre la sexualidad, sueña despierto y tiene actitudes de rebeldía frente al mundo de los adultos.

De esta manera la pubertad marca el inicio de la adolescencia esta se manifiesta con los diferentes cambios físicos por ejemplo en hombres, así como en mujeres los aspectos físicos se modifican de tal manera que también se vea afectada la concepción de sí mismos, su autoconcepto, su autoestima, las relaciones interpersonales dentro y fuera de la familia.

Así mismo, la pubertad se inicia entre los 10 y 12 años de edad, consecuentemente el joven presenta inestabilidad emocional y comienza un proceso de desadaptación que esté ligado a los diferentes cambios físicos por los que transita (Ituarte, 1994).

Con base a lo anterior puede decirse que la pubertad es la maduración sexual que se inicia entre los 10 y 12 años de edad, aunada a ella suceden cambios

psicológicos, es necesario aclarar que no siempre se presenta a la misma edad ya que en ocasiones llega a suceder a los 9 años (Ituarte,1994).

Con relación a diferencia de la pubertad, la adolescencia de acuerdo con Lago (2003) sucede una vez que ha comenzado la maduración de los caracteres sexuales y ella implica más que cambios físicos, son cambios psicológicos relacionados con la familia personales y escolares.

De esta manera la adolescencia trasciende los cambios físicos debido a que se modifica su comportamiento y la parte afectiva, el sujeto comienza a tener conflictos familiares, rebeldía. Cambios en sus ideas, actitudes, gustos, es decir la adolescencia se convierte en una etapa de conflicto personal que abarca entre los 11 hasta los 21 años de edad (Hurlock,2001).

Si bien es cierto que la adolescencia es una etapa compleja para todas las personas ya que se hacen más presentes las actitudes de indiferencia, egoísmo, vanidad, rebeldía, entre otras más, esto con el fin de configurar su personalidad hasta llegar a la adultez.

Siguiendo con Hurlock (2001) en dicha etapa los cambios en los esquemas físico, psicológico y emocional colocan al adolescente en un nuevo estatus social en el que se manifiesta los distintos cambios que presenta este sujeto al asumir sus derechos, privilegios y responsabilidades que implican la edad adulta.

En la adolescencia existen indicadores que se concretan en tareas evolutivas que se encuentran representadas por lo que se espera que los adolescentes desarrollen durante su crecimiento (Hurlock, 2001):

- Establecer nuevas relaciones interpersonales con el mismo sexo
- Identificarse con un rol social, masculino y femenino
- Aceptarse a sí mismo
- Tener independencia emocional respecto a los padres y otros adultos
- Tener independencia económica
- Que aspire a una ocupación y desarrollarse en ella
- Prepararse para el matrimonio y la vida familiar

- Configurar aptitudes y desarrollar el intelecto para tomar decisiones
- Tener una conducta responsable frente a la sociedad
- Poseer valores que le permitan desarrollarse adecuadamente dentro de su contexto

Todas estas tareas evolutivas pueden ser consideradas como pautas de conductas que al término de la adolescencia el sujeto llegue a un estado de felicidad; por lo tanto, el desempeño de estas tareas supone que el adolescente al convertirse en adulto alcanzara el éxito.

Como se ha podido ver, la diferencia que existe entre la pubertad y la adolescencia es que la primera enmarca los cambios físicos y la maduración de los órganos sexuales, en otras palabras, la pubertad implica la transformación del cuerpo del niño para convertirse en adulto.

Entonces, la adolescencia son todos aquellos cambios de naturaleza psicológica y emocional que se deriva de todos los cambios que suceden en la pubertad por tal razón la adolescencia supone una mayor complejidad debido a que gracias a ella el sujeto configura su personalidad y así poder insertarse de manera adecuada a la sociedad.

Una vez que se ha hecho la diferencia entre ambos conceptos ahora resulta necesario caracterizar al adolescente desde las diferentes dimensiones que lo componen.

1.3 Características generales del adolescente

Para entender mejor al adolescente es necesario profundizar sobre los diferentes cambios por los que transcurre, es decir es importante explicar los cambios físicos, cognitivos, sociales y emocionales.

Cada uno de ellos tiene una estrecha relación ya que no sucede de manera aislada lo que hace que la etapa de la adolescencia se convierta en una etapa difícil para los sujetos.

1.3.1 Características físicas

Como ya se ha explicado, en la pubertad suceden cambios físicos que marcan el inicio de la etapa de la adolescencia, entre ellos resaltan los cambios relacionados con la sexualidad, a estos se les conoce como características primarias y las que se derivan de éstas se les conoce como características secundarias mismas que ayudan a que el niño se convierta en adulto.

Para ampliar más lo anterior se explica que las características primarias centradas en lo sexual se refieren a la maduración de los órganos sexuales para la reproducción, por ejemplo, en el caso de las niñas madura los ovarios, trompas de Falopio, útero y vagina; para el caso de los niños maduran los testículos, pene, escroto, vesícula seminal y próstata (Papalia, 2001).

Las características secundarias que se concretan en cambios en las mujeres crecen los senos, el vello púbico, el vello axilar, cambia la piel, aumento del ancho y profundidad de la pelvis; en los hombres hay crecimiento de vello púbico y vello axilar, desarrollo muscular, vello facial, cambios en la voz y ensanchamiento de los hombros. (Papalia, 2001)

Una característica de la maduración de los órganos sexuales en las mujeres es el crecimiento notablemente de los senos y la menstruación y en los hombres se presenta en el semen, en la orina y ensanchamiento notable de los hombros y en ambos el crecimiento del vello púbico.

Con base en las características anteriores puede observarse que en la adolescencia existen cambios de diferente naturaleza, por lo que los cambios físicos van acompañados de otros por ejemplo el desarrollo cognitivo y se explica a continuación.

1.3.2 Características cognitivas

Hoy en día, existe diversas investigaciones sobre el desarrollo cognitivo de los sujetos en la adolescencia, debido a que han construido evidencia sobre el pensar de las personas en dicha etapa.

A partir de las investigaciones elaboradas se ha explicado que la adolescencia es para el ser humano una etapa crucial en la que se encuentra más apto para conocer el mundo físico y social, de igual manera para desarrollar procesos cognitivos más complejos que le ayudaran posteriormente a interpretar su contexto de manera más precisa.

Un ejemplo de lo anterior es que los estudiantes de secundaria usan su atención, percepción, memoria y el razonamiento para interactuar con el mundo que le rodea, en otras palabras, utilizan todos aquellos conocimientos previos para solucionar problemáticas dentro y fuera de la escuela.

En ese sentido Piaget (1999), plantea que el sujeto transita por diferentes etapas mismas que nombra como estadios de pensamiento que son el sensorio motriz, que abarca del nacimiento a los dos años, preoperacional, que va de los dos a los siete años de edad, operaciones concretas, que comprende de los siete a los once o doce años y el de operaciones formales que inicia de los once o doce años en adelante.

Cabe aclarar que, de los diferentes estadios de pensamiento que desarrolla Piaget, solo en este trabajo se centra en el de operaciones formales debido a que el estudiante de secundaria se ubica en él, es decir, como ya se ha explicado, la etapa de la adolescencia ayuda a madurar distintos aspectos del sujeto entre ellos el cognitivo.

Con relación a lo anterior, Piaget (1999), explica que los niños conforme van creciendo, van desarrollando características y capacidades cognitivas que les permiten construir esquemas de pensamiento a partir de cuatro procesos mentales innatos que son la asimilación, la acomodación, equilibrio y adaptación.

Con relación al equilibrio, implica la armonía entre los esquemas de pensamiento de cada sujeto y los objetos que le rodean por ejemplo, cuando un niño empieza a caminar y solo ha visto volar aves piensa que todos los objetos voladores son aves; la asimilación es la incorporación de la nueva información en los esquemas de pensamiento existentes, para este caso el niño al ver volar a un avión es impulsado a llamar ave a dicho objeto; la acomodación consiste en la modificación de los

esquemas de pensamiento existentes a partir de los nuevos conocimientos para poder interpretar mejor los nuevos acontecimientos, es decir el niño al experimentar un conflicto al ver que el objeto volador no es un ave trata de nombrarlo para restablecer el equilibrio de manera momentánea; por lo tanto sucede la adaptación que conlleva al equilibrio de los intercambios entre el sujeto y los objetos que le rodea, lo que implica reordenar los esquemas de pensamiento existentes y construir otras nuevas y más complejas, de tal manera que el niño al pasar por este último proceso mental elabora un esquema de categoría en este caso aves y aviones (Piaget, 1999).

Como puede observarse los procesos mentales que explica Piaget ayudan a entender como cualquier sujeto construye el conocimiento y con base en él interpreta e interactúa con el mundo que le rodea, de esta manera en función del estadio de pensamiento en el que se encuentre, los esquemas de pensamiento pueden ser simples o complejos en este caso el adolescente como ya se ha explicado se encuentra en el de operaciones formales, lo que le ayuda a tener un pensamiento más complejo a diferencia de los estadios anteriores.

El estadio de operaciones formales se caracteriza por que el sujeto comienza a consolidar su pensamiento no solo en objetos sensibles, sino también sobre objetos posibles y abstractos, en otras palabras, el adolescente puede hacer predicciones y razonamientos partiendo de la pura posibilidad. (Piaget, 1988)

El desarrollo cognitivo que se sitúa en el estadio de operaciones formales está acompañado del egocentrismo en el que el adolescente se sitúa como un igual que sus mayores, sin embargo, se siente distinto y diferente a ellos, por lo tanto, quiere retarlos y superarlos. (Piaget, 1995)

Siguiendo con Piaget (1995) debido al egocentrismo, el adolescente centra su pensar y su sentir en sí mismo, esto con la finalidad de eliminar la distancia entre él y sus mayores.

Para ampliar lo anterior, Kail (2006) distingue tres tipos de egocentrismo que son: la audiencia imaginaria, la fábula personal y la ilusión de invulnerabilidad.

En la audiencia imaginaria el adolescente tiene la sensación de siempre ser observado y criticado constantemente por el mundo que le rodea, se preocupa y se centra mucho de lo que las personas adultas piensen de él.

La fábula personal que se concreta en el adolescente al momento de solo pensar en sí mismo, derivado de esto piense que a él solo le pasan situaciones negativas por las que nadie más ha pasado por tal razón se siente incomprendido.

La ilusión de la invulnerabilidad que se manifiesta en el adolescente con relación a la creencia de que todas las cosas malas les suceden a todas las personas menos a él por tal motivo constantemente se pone en riesgo.

Como puede observarse, el egocentrismo que se presenta en la etapa de la adolescencia ayuda a la construcción de la personalidad adulta por tal razón la audiencia imaginaria y la fábula personal disminuyen en función de que el sujeto desarrolle la racionalidad y el pensamiento hipotético deductivo que es utilizado en el aprendizaje de las ciencias.

Al respecto, (Aguirre, 1996) explica que existen 4 características fundamentales del pensamiento del adolescente que son:

El mundo de lo posible frente al mundo de lo real: implica la capacidad que desarrolla el adolescente para extraer los objetos del mundo real, elabora sus leyes, con base en ellas piensa lo que pudo haber sido, a la vez comienza a observarse la capacidad para pensar en términos de lo puramente posible; en ese sentido el mundo real en el que construye mentalmente sus objetos e interacciona con ellos son considerados como parte de lo que pudiera ser.

El pensamiento hipotético deductivo: implica que el adolescente a la hora de resolver la problemática sea capaz de formular hipótesis o posibles soluciones, posteriormente su validez las contrastara con la realidad; es decir, ante una determinada situación el adolescente considera todas las posibles soluciones que comprobara de forma experimental de esta manera al paso del tiempo tendrá hipótesis como verdades y podrá rechazar otras. De esta manera podrá deducir

también conclusiones no solamente basándose en la observación concreta o real sino también a partir de hipótesis.

Así mismo el pensamiento hipotético deductivo ayuda al adolescente a deducir hipótesis elaboradas que ha diseñado a partir de su experiencia, entonces podrá resolver de manera más fácil ciertas problemáticas.

El pensamiento proposicional: con este pensamiento el adolescente desarrolla la capacidad de actuar con preposiciones, es decir con enunciados, afirmaciones, conjunciones, entre otras más, que contienen información de la realidad; entonces este pensamiento le ayuda a manejar operaciones lógicas que contienen los resultados de otras operaciones más concretas es decir de estadio anterior.

De igual manera el pensamiento proposicional se concreta en expresiones por ejemplo “si… entonces…”, “o esto, o el otro”, “debe variar esto con el otro, y todas aquellas expresiones en las que contenga preposiciones que implique una acción son propias de este pensamiento.

El uso de la combinatoria: este se deriva del pensamiento formal, mismo que es caracterizado por poseer un mecanismo cognitivo lógico que le permite al adolescente enumerar todas las posibles soluciones ante un determinado problema sin olvidar ninguna.

De esta manera el adolescente al enumerar las posibles soluciones, interviene en el problema de manera analítica lo que le permite tener más certeza en su actuar, es decir al momento en que usa el pensamiento de análisis condicional le permite enlistar mentalmente todas las posibles soluciones al problema.

Como se ha podido observar el estadio de operaciones formales, los procesos mentales alcanzan un mayor nivel de complejidad, lo que le permite al adolescente tomar decisiones, reflexionar sobre sí mismo, sobre su entorno y a la vez reestructurar el conocimiento previo que ha construido durante su experiencia de tal manera que al enfrentarse a las diversas problemáticas dentro y fuera de la escuela podrá intervenir en ellas a partir de acciones concretas, suposiciones hipotéticas y al mismo tiempo analizar su contexto.

Por lo tanto, el desarrollo cognitivo que se presenta en el estadio de operaciones formales ayuda poco a poco a que el adolescente construya su personalidad hasta llegar a la adultez.

Hasta ahora se ha explicado el desarrollo cognitivo del adolescente por lo que ahora resulta importante explicar las características sociales que están acompañadas de las características afectivas y se explican a continuación.

1.3.3 Características sociales

Como se ha visto, en la adolescencia todas las diferentes modificaciones que se presentan en el sujeto están entre lazadas por lo tanto el desarrollo social al modificarse se produce distintas relaciones entre iguales y adultos, de tal manera que éste se centre y de más importancia en ser aceptado por sus compañeros de clase, amigos y por las nuevas personas que conocerá.

Aunado a lo anterior, las características sociales que se desarrollan dentro de la adolescencia le permiten al sujeto adaptarse a los juegos, conversaciones y a las diferentes situaciones a las que se ira enfrentando, en consecuencia, ira adoptando diferentes roles de las mismas.

De acuerdo con Hurlock (2001), los adolescentes al transcurrir modificaciones dentro de su proceso de socialización, en el aprenden normas, hábitos, reglas y costumbres del grupo de personas, esto lo hacen mediante el desarrollo de la capacidad de adaptación por tal razón resulta importante que esta última se desarrolle ya que comprenderá que está dejando de ser niño para convertirse en adulto.

Al respecto de lo anterior, el adolescente no se da cuenta que transita por varios duelos, por ejemplo, las modificaciones que sufre su cuerpo, la relación con sus padres y hermanos cambia, el desagrado por las personas que no coinciden con su pensar y su sentir; todo ello se concreta en actitudes negativas, de confusión y de enojo debido a que han dejado de ser niños.

En ese sentido el adolescente comienza a distanciarse de su familia y a la vez configura amistades con las que interactúa de manera más cercana, por lo que poco

a poco va adoptando maneras de pensar y sentir de esas nuevas relaciones interpersonales.

A partir de la interacción y la observación con las nuevas relaciones interpersonales el adolescente aprende a ser amigo y otras conductas amistosas que poco a poco le ayudan a irse adaptando en el mundo adulto, por lo tanto, estas relaciones tienen gran importancia porque en ellas aprende a amar de manera distinta a la manera de cómo lo hacía en la infancia.

Entonces, en el adolescente es muy importante la manera en cómo lo percibe su grupo de amistades, por tal razón buscara siempre la manera de agradarles con la finalidad de pertenecer a ellos; es así que este sujeto por lo regular tiende a imitar conductas, pensamientos y maneras de sentir que le ayudaran a formar su personalidad; sin embargo, al imitar lo anterior corre el riesgo de involucrarse en adicciones o configurar maneras de actuar que sean negativas para su vida, por ello es necesario que sea vigilado por sus padres o adultos que están encargados de él.

Con base a lo anterior en este primer momento puede decirse que es pertinente plantear a la educación emocional como una alternativa que le ayuda al adolescente a desarrollar competencias que le ayuden a superar las crisis y confusiones propias de la etapa, es decir dicha educación le brinda la posibilidad de conocerse a sí mismo y en consecuencia cambiar los pensamientos negativos hacia positivos, de igual manera los estados de ánimo que sean perjudiciales para su persona los pueda cambiar hacia los que le traigan felicidad y armonía.

Por último, puede decirse que el adolescente se encuentra en un proceso de socialización que le permite ir construyendo su personalidad, por tal motivo constantemente se está relacionando con personas de su mismo sexo y del contrario y de la misma edad, en consecuencia, se aleje poco a poco de su familia.

Derivado de lo anterior con las nuevas relaciones que establece este sujeto comienza a comportarse como su mismo grupo de amigos, lo que indica que hay

que estar atentos a los diferentes comportamientos que aprende y los que sean negativos ayudarle a que sean positivos.

A partir de lo anterior puede decirse que las características sociales que se modifican en la adolescencia son esenciales para la configuración de la personalidad del adolescente; con las características sociales que poco a poco se van desarrollando van acompañadas del desarrollo afectivo mismo que a continuación se explica.

1.3.4 Características afectivas

La adolescencia es una etapa por la que cualquier sujeto transita y tiene como finalidad construir la personalidad, por tal razón las experiencias emocionales que vive son un aspecto importante.

Hurlock (2001), explica que el adolescente tiene diferentes cambios de humor y carácter de tal manera que los adultos temen a esta etapa, ya que sus maneras de reaccionar pueden ser explosivas y crueles hacia los demás, esto es natural dentro de la misma.

Hurlock (2001), explica que el temor de la adolescencia proviene de la idea de que es un periodo tormentoso y de mucha tensión por lo que el sujeto se muestra emotivo, inestable e impredecible; de esta manera se puede pensar que las emociones están muy influenciadas por los diferentes cambios físicos que de alguna manera modifican el funcionamiento de toda su persona, por tal razón es una etapa de vida difícil.

Siguiendo con Hurlock (2001), todos aquellos cambios bruscos relacionado con lo emocional lo denomina como emotividad intensificada la cual hace referencia a un estado emocional por encima del promedio para cualquier persona.

Para ampliar más lo anterior se plantea que durante el periodo de la adolescencia hay grandes cambios que conllevan adaptaciones y a la vez conducen al sujeto a sentirse inseguros y con muchas dudas, lo que ocasiona la emotividad intensificada.

En otras palabras, para ejemplificar la emotividad intensificada es cuando un adolescente expresa una reacción exagerada en determinada situación cuando regularmente es tranquilo y muy pasivo.

Es muy común que en los grupos de amigos de adolescentes existan algunos que son muy tranquilos y serenos, que poco discuten y no reaccionan con violencia ni verbal ni físicamente ante sus compañeros, no obstante, al encontrarse en una situación de confusión o incertidumbre propia de la etapa es muy probable que reaccioné de manera contraria, es decir actué agresivamente. (Hurlock, 2001)

La emotividad intensificada puede concretarse de distintas maneras, y esta puede presentarse a raíz de que el adolescente tenga que adaptarse a algún contexto al intentar tener comportamientos más maduros, al tratar de aspirar a cosas poco reales, problemas escolares y vocacionales y al configurar relaciones interpersonales poco favorables para su persona. (Hurlock, 2001)

Con base en lo anterior puede decirse que las emociones que configura un estudiante adolescente le permiten ir construyendo su personalidad de tal manera que cuando llega a la adultez ha aprendido a adaptarse al contexto que le rodea y de alguna manera puede resolver problemáticas de manera más acertada que cuando era adolescente.

Para concluir este primer capítulo puede decirse que, durante la adolescencia, los jóvenes establecen su independencia emocional y psicológica, aprenden a entender y vivir su sexualidad y a considerar su papel en la sociedad del futuro.

A la vez luchan y se adaptan a los cambios físicos y emocionales, también los adolescentes de hoy deben hacer frente a fuerzas externas sobre las que carecen prácticamente de control.

Pensar que los adolescentes están totalmente regidos por los cambios hormonales es un claro error, ya que en esta etapa supone cambios rápidos del estado emocional, en la necesidad mayor de privacidad, y una tendencia a ser temperamentales.

Dado lo anterior es importante tener en cuenta todos los factores internos y externos que pueden influenciar en el desempeño académico de los adolescentes, en otras palabras, como profesionales de la educación se debe tener una mirada y conocimiento más amplio, para comprenderlos de mejor manera y así intervenir pedagógicamente.

Capitulo II

El rendimiento académico en la educación secundaria

La etapa de la adolescencia suele estar enmarcada dentro de cambios físicos, psicológicos y emocionales los cuales tienen relevancia dentro del contexto escolar; todos estos cambios influyen en el rendimiento académico de los estudiantes, por lo tanto, para poder entender este concepto se comienza por explicarlo desde diversos autores, distinguiendo aspectos involucrados en la enseñanza y aprendizaje, esto con la finalidad de mostrar su complejidad y entender que es más que una simple calificación.

Se desarrollan y explican tres modelos de rendimiento académico los cuales están ligados con diferentes factores que rodean al estudiante y tienen influencia con su rendimiento escolar.

Posteriormente, se explican los modelos de rendimiento académico con la intención de ampliar el entendimiento de éste y a la vez conocer las diferentes posturas que lo definen.

Por último, se explican los factores de rendimiento académico, a través de las distintas dimensiones que los enmarcan, es decir que se brinda una explicación sobre las diferentes partes que componen, influyen o determinan el rendimiento académico en un estudiante.

2.1 El rendimiento académico y su conceptualización

Como se ha explicado en el capítulo anterior, que la etapa de la adolescencia es compleja en la vida de los sujetos, debido a que no solo éste se modifica de manera personal, sino también se modifica la manera en que vive; es decir las diferentes transformaciones de lo físico, afectivo, cognitivo y social alcanzan los diferentes contextos en los que interactúa, por ejemplo, en lo familiar, con los amigos y en la escuela.

En la escuela, resulta necesario estar al pendiente de las diferentes conductas del adolescente debido a que todas ellas afectan, entre otras cosas, el aprendizaje y su rendimiento académico.

Con relación al rendimiento académico puede entenderse de dos maneras como proceso, mismo que implica durante el proceso de enseñanza y aprendizaje el desarrollo de habilidades, conocimientos, actitudes y aptitudes que ayudan a alcanzar los objetivos de un programa escolar establecido.

El rendimiento como producto se entiende como el resultado del proceso de enseñanza y aprendizaje y se concreta en una calificación, por lo tanto, es necesario resaltar que para esta propuesta pedagógica dicho rendimiento se asumirá como producto; no obstante, se define a continuación desde las diferentes posturas para mostrar su complejidad.

El rendimiento académico es conceptualizado por muchos teóricos como un aspecto importante dentro de la escuela, en él se pueden distinguir distintos factores que lo hacen muy complejo para entenderlo, sin embargo, muchos de ellos han construido diversas definiciones, por ejemplo, Howard (1998) explica que dicho rendimiento es el aprovechamiento que se deriva de la ejecución de las tareas de aprender y por lo regular se mide por una prueba estandarizada.

Tonconi (2010) explica que el rendimiento académico es un indicador que indica el nivel de aprendizaje alcanzado a través de una calificación en ese sentido se interpreta como la eficacia y la consecución de los objetivos que se encuentran planeados curricularmente.

Por su parte Torres y Rodríguez (2006) explican que el rendimiento académico es el nivel de conocimientos que un estudiante tiene en función de un área o asignatura comparada con los objetivos que se pretenden alcanzar.

Otro autor más es Edel (2003) mismo que plantea que dicho rendimiento puede conocerse como una aptitud que se concreta en aprovechamiento y desempeño escolar, es decir que estos conceptos solamente presentan diferencias semánticas.

Chadwick (1979), expone que el rendimiento académico ayuda a construir evidencia sobre las capacidades y características de los estudiantes, en otras palabras, muestra que tan desarrolladas pueden estar las capacidades y habilidades académicas dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje.

Adell (2002) concibe este rendimiento como la capacidad que tiene el estudiante para enfrentar la tarea de aprender, así mismo es susceptible de ser interpretado desde los objetivos o propósitos educativos que se encuentran dentro de un programa, asignatura o un plan de estudio. Entonces el mejoramiento del rendimiento académico, no se traduce en obtener mejores calificaciones sino aumentar y desarrollar las habilidades, actitudes, aptitudes y conocimientos que en consecuencia el estudiante mostrara bienestar al momento de aprender.

Con las definiciones anteriores pude decirse que el rendimiento académico no implica la capacidad intelectual y los conocimientos que tenga un estudiante, sino que articula todos aquellos aspectos que están involucrados en alcanzar los objetivos de aprendizaje.

Así mismo es posible decir que dicho rendimiento es el resultado de los procesos de enseñanza y aprendizaje que pueden concretarse ya sea en calificaciones o pueden observarse durante dicho proceso.

Para ampliar lo anterior, Avalos (1996) existen dos maneras de entender el rendimiento académico, la primera es mediante los procesos y la segunda como resultados, en las dos el profesor tiene que identificar los diferentes obstáculos que se presentan en los procesos de enseñanza y aprendizaje y a la vez conocerlos con la finalidad de diseñar estrategias y superarlas.

De esta manera el rendimiento académico, al conocerlo ayuda al profesor a que sus estudiantes mejoren académicamente y a la vez resuelvan las diferentes tareas que les plantea.

Entonces, el rendimiento académico es un indicador, que de alguna manera nos da una idea sobre el nivel de aprendizaje que tiene un estudiante así mismo sobre los objetivos que se han cubierto dentro de una asignatura programa o plan de estudios.

El rendimiento académico es una construcción subjetiva que tiene que ser más objetiva por los profesores al momento en que lo construye, es decir, que tiene que partir de ciertos criterios de evaluación para poder definirlo mediante un número.

Hasta este momento, se ha abordado a partir de diferentes autores qué es el rendimiento académico, cabe mencionar que éste también tiene diferentes modelos y se explican a continuación.

2.2 Modelos del rendimiento académico

Diferentes teóricos al conceptualizar el rendimiento académico han construido diferentes modelos que explican al mismo; estos de acuerdo con Rodríguez (1982) plantea tres que son el psicosocial, el ecléctico y el psicológico.

El modelo psicosocial se basa y se centra en la importancia que tienen los procesos interpersonales que le rodea al propio estudiante, por lo que resalta la importancia que tiene el individuo con relación a sus experiencias que ha vivido con los demás.

Dentro de este modelo existen dos posturas la primera es la que intenta indagar e investigar los procesos de una manera externa; esto lo hace a través de la observación de determinadas variables de estructura en este caso, el contexto familiar o el escolar. Entonces esta primera postura trata de explicar que a través de la observación del proceso las aptitudes de los demás como influyen en el estudiante (Rodríguez, 1982).

La segunda postura abarca y explica la influencia desde el marco de referencia interno por medio de la significación y su repercusión que tienen los diferentes aspectos en el individuo, es decir, se toma en cuenta en cómo el estudiante atribuye sentido y significado con base en su experiencia sobre lo que aprende y en consecuencia cómo se expresa en lo social (Rodríguez, 1982).

Con base en lo anterior esta segunda postura se enfoca en la percepción del estudiante sobre los diferentes factos que le rodea, ya sea la familia, profesores, amigos ya que todos estos afectan su rendimiento académico.

Siguiendo con Rodríguez (1982) el modelo ecléctico considera las diferentes dimensiones que pueden permanecer estáticas o dinámicas y cambiantes, esto sucede dependiendo de la personalidad del sujeto.

Los aspectos que se ubican dentro de este modelo son la inteligencia, el carácter, las actitudes, la motivación, las aptitudes, entre muchas más.

Así mismo este modelo reconoce factores que se encuentran en el contexto social y de alguna manera determinan o influyen en el rendimiento académico. En otras palabras, este modelo brinda la posibilidad de explicar en el estudiante como un yo único que integra y determina su acción dentro de su contexto social.

Aunado a lo anterior el modelo ecléctico explica al rendimiento académico con base en las características individuales que tiene un sujeto y queda como periféricos para comprender dicho rendimiento.

Por último, Rodríguez (1982) explica el modelo psicológico que abarca factores aptitudinales y los factores de la personalidad, mismos que se pueden utilizar como predictores del rendimiento académico.

De esta manera el rendimiento académico puede explicarse a partir de la inteligencia con las que se resuelven las tareas académicas, de igual forma la utilización de instrumentos como el test pueden aportar mucha información para saber por qué se ha concretado de tal forma.

En ese sentido, el modelo psicológico se centra más en los procesos internos que suceden en un individuo y que ayudan a concretar el rendimiento académico de esta manera es que los test cobran importancia al momento de construir evidencia sobre dicho rendimiento.

Hasta ahora se han explicado los modelos sobre el rendimiento académico, por lo que puede observarse que entre los tres se abarcan diversos factores que ayudan a entender de manera más precisa este rendimiento, por ello resulta conveniente conocerlos ya que se centran no solamente en las características individuales de este sujeto sino también lo hacen con los factores externos que le rodean.

Por tal razón, es necesario entender estos modelos, ya que brindan la posibilidad de entender el rendimiento académico desde un contexto, situación o hecho social, por ejemplo, un estudiante que enfrenta situaciones adversas que obstaculicen su aprendizaje o la no realización de las tareas que le plantea el profesor, éste se distraerá y se verá afectado su rendimiento académico no solamente por los factores internos sino también la influencia de los social en él.

Por último, el tener presentes los modelos anteriores sobre el rendimiento académico, ayuda a tener una visión mucho más compleja y abarcadora del mismo, de tal manera que este rendimiento al verse como un proceso o como un producto pude entenderse de mejor manera.

Dentro de estos tres modelos se enmarcan tanto factores sociales, así como individuales y se explican a continuación.

2.3 Factores presentes en el rendimiento académico

Como se acaba de mencionar, hay distintos factores que están presentes en la concreción del rendimiento académico, de esta manera Adell (2002) los agrupa en tres dimensiones que son la personal, la familiar y la escolar.

En la *dimensión personal* se enmarca factores como la inteligencia, los problemas sensoriales, el autoconcepto, actitudes frente a los valores, las habilidades de estudio y otras más.

Para ampliar más lo anterior Cano (2001) explica que la dimensión personal se ubica el autoconcepto el cual tiene un papel importante dentro del rendimiento académico, así mismo plantea que está constituido por tres distintos aspectos que conforman a la persona y estas son la autoimagen que hace referencia a la forma en cómo se percibe y ve la persona a sí misma, otra es la imagen social que se construye a partir de la concepción que tienen los otros sobre su persona y por último la imagen ideal que es la consecuencia de la proyección de lo que le gustaría ser al estudiante dentro del plano ideal.

Para ejemplificar esto último, Broc (2000) explica que los estudiantes que tiene un autoconcepto positivo llegan a desarrollar competencias académicas de mejor manera para el aprendizaje, es decir, que si un estudiante tiene una imagen de sí mismo positivamente sobre su quehacer dentro del aula escolar tiene mayores posibilidades de alcanzar el éxito académico; de manera contraria aquellas que tienen un autoconcepto negativo tienen menos posibilidad y disponibilidad para desarrollar dichas competencias, lo que puede encaminarlo hacia el bajo rendimiento y el fracaso escolar.

Otro factor más que se puede ubicar dentro de la dimensión personal es la inteligencia y las aptitudes, estas son consideradas como características cualitativas que todas las personas tienen, cabe aclarar que todas se encuentran desarrolladas de diferente manera en cada persona, por tal razón se puede ver que hay estudiantes que se les facilita la tarea de aprender y a otros no y en consecuencia existen los que resuelven las situaciones problemáticas de manera más adecuada.

De acuerdo con lo anterior, la aptitud consiste en la capacidad para articular los conocimientos, habilidades, actitudes y otras más que le ayudan a la persona a que se desempeñe con destreza y culmine la acción exitosamente; en ese sentido a partir de la aptitud el estudiante piensa y actúa dentro del salón de clases por tal razón es necesario desarrollarla (Cortada, 1991).

Entonces, la inteligencia y las aptitudes se encuentran relacionadas con el rendimiento académico, debido a que, si se desarrolla la inteligencia, se desarrollan las aptitudes y en consecuencia el estudiante aprende y resuelve de mejor manera las tareas que se le plantean dentro del aula escolar (Cano, 2001).

De esta manera el rendimiento académico la inteligencia y las aptitudes de un estudiante se consideran como un conjunto de capacidades de naturaleza mental, así como psicomotora; todas ellas están disponibles para desarrollarse a lo largo de la experiencia y la vida dentro y fuera del contexto escolar.

La motivación es otro factor más, dentro de esta dimensión, tiene una función importante dentro del rendimiento académico, debido a que se puede entender

como el motor que dinamiza y energiza a un individuo para que lleve a cabo una acción y cumpla con una meta.

Hay dos tipos de motivación: extrínseca y la intrínseca; la primera hace referencia a la influencia y los estímulos que van desde el exterior al interior del individuo y se concretan en reforzadores tales como los premios, los regaños, entre otras más, por lo tanto, este tipo de motivación es el que más se propicia dentro de la educación formal e influye en la manera en cómo aprende el estudiante (Acosta, 1998).

La motivación intrínseca surge de los procesos internos que se configuran en el sujeto, influye en la conducta y ayuda a generar el sentimiento de competencia, en otras palabras, este tipo de motivación se concreta en deseos, necesidad de autonomía, deleite al terminar una tarea, entre otras más (Acosta, 1998).

También, dentro de la dimensión personal se reconoce el interés del estudiante que mediante él muestra preferencia sobre algo más específico, es decir que el interés es un factor importante que se liga directamente con el rendimiento académico ya que ayuda a configurar la disponibilidad para aprender y se concreta en la atribución de dar mayor valor e importancia a unas materias que a otra, en este caso el estudiante dedica más tiempo a las que le interesan más y las que no quizás disponga de menos tiempo para estudiarlas . (Mera y Giraldo, 2000)

Para ampliar más lo anterior, Edna y Silva (2002), explican que los intereses y la motivación guardan estrecha relación, por lo tanto, resulta necesario explicar los diferentes tipos de intereses que hay y se concretan el cuatro categorías:

Los **intereses expresados** que se concretan en declaraciones que realiza una persona sobre lo que le interesa.

Los **intereses manifiestos**, son aquellas conductas y acciones que un estudiante muestra al llevar a cabo una actividad, es decir que lo hacen con más agrado y entusiasmo.

Los **intereses probados** son los que hacen referencia a que el estudiante aprenda bajo el supuesto de que lo ara si es que realmente le interesa.

Los **intereses inventariados**, se concretan en la expresión de los gustos y desagrado de la persona, es decir son todos aquellos que se configuran desde la dimensión afectiva

Mediante los intereses anteriores, puede observarse como el estudiante resuelve la tarea de aprender dentro de la escuela por lo que conocer estas dimensiones permite entenderlo y a la vez ayudarlo a que mejore su rendimiento académico.

Las habilidades de estudio, son otro factor dentro de la dimensión personal, estas son importantes para alcanzar el existo o tener fracaso dentro de la escuela, por ejemplo, la organización y la concentración para estudiar una materia, la capacidad para autorregular y relacionar los conocimientos previos con los nuevos, la compresión lectora, entre otras más (Caso y Hernández, 2010).

Las metas que se plantea un estudiante también forman parte de la presente dimensión y está relacionada con el rendimiento académico, ya que con base en las metas que se plantea un estudiante será la manera en cómo enfrente las distintas tareas y problemas que se le presenten dentro de la escuela.

Con relación a lo anterior, Alonso y Montero, (1990) clasifican en cuatro tipos las metas:

Metas relacionadas con la tarea: están relacionadas con la motivación intrínseca y se basan en la experiencia que ha tenido, por ejemplo, si un estudiante ha sacado diez en una tarea, es probable que tratará de seguir mejorando y tendrá mayor disponibilidad para seguir aprendiendo.

Metas relacionadas con el "yo": estas hacen que el estudiante realice una actividad hasta alcanzar un nivel de aceptación establecido socialmente por lo tanto al concluirla sentirá la sensación de ser mejor que otros.

Metas relacionadas con la valoración social: no se relacionan con el aprendizaje ni el éxito académico, sino que implican las experiencias emocionales que se derivan de las distintas respuestas sociales, es decir que con base en ellas el estudiante tiene la sensación de aprobación de los padres de familia, profesores u otros, por tal razón cumple con la meta. De esta manera este tipo de metas están

más orientadas hacia la aceptación de los demás mediante la realización de una tarea.

Metas relacionadas con la consecución de las respuestas externas: estas ayudan a que el estudiante se encuentre en la búsqueda de ganar dinero, conseguir un premio, ser felicitado o reconocido y deja de lado el aprendizaje, por ejemplo, el estudiante que se empeña en conseguir una beca económica a partir de su promedio sin importarle si aprende o no.

Los factores que se acaban de explicar hasta este momento forman parte de la dimensión personal que ayuda a configurar el rendimiento académico por lo que ahora se presentan los relacionados con la familia.

La *dimensión familiar* se sitúa fuera del ámbito escolar, ya que abarca el contexto de la familia del estudiante, en ella se ubican los factores económicos, sociales y culturales, mismos que pueden obstaculizar o mejorar el aprendizaje y dicho rendimiento del estudiante.

En ese sentido la familia tiene un papel importante en el rendimiento académico, ya que es el lugar donde permanece más tiempo este sujeto, así como en la escuela.

Adell (2002) explica que para entender mejor el rendimiento escolar de cualquier estudiante hay que tomar en cuenta a la familia porque es la primera institución que le ayuda a éste a establecer las primeras relaciones interpersonales que se concretan en el aprendizaje social, conductas y ayuda a la configuración de su personalidad.

Por su parte, González, *et.al., (*2002) plantea que dentro de los factores que están presentes en la dimensión familiar del rendimiento académico es la regulación que se concreta en cuatro tipos de conducta:

La primera implica el modelado de la conducta que los padres le ayudan a configurar a sus hijos por medio de los ejemplos de autorregulación, esto es porque en todo momento que convive el estudiante con sus padres los observan y los imitan.

La segunda conducta es la estimulación o apoyo motivacional, en ella los padres ayudan a formar la persistencia de los hijos sobre lo que quieren alcanzar ante las situaciones adversas, en ese sentido, los padres se convierten en un apoyo emocional para ellos;

Este tipo de conducta es importante que la tenga cualquier estudiante, ya que por medio de ella podrá cumplir sus metas y mantener actitudes positivas en los diferentes problemas que le imponga la realidad.

La tercera conducta es la facilitación o ayuda, esta hace referencia cuando los padres facilitan o proporcionan los recursos o medios que el estudiante necesita para aprender mejor.

La cuarta conducta es la de recompensa, esta es utilizada por los padres y profesores para reforzar en los estudiantes las conductas que ayuden a que el estudiante se autorregule, aprenda mejor y mejore su rendimiento académico.

Siguiendo con la dimensión familiar otro factor más es el socio económico, el cual repercute en el rendimiento escolar cuando no son cubiertas las necesidades primarias, es decir, que el aprender dentro de la escuela y asistir a la misma pasa a un segundo término y se le pide al estudiante que trabaje para resolver dichas necesidades y no pierda el tiempo en estudiar (Torres y Rodríguez, 2006).

De acuerdo con lo anterior, Espinoza (2006) explica que los estudiantes que provienen de familias con ingresos económicos altos tienen más probabilidad de desempeñarse mejor que los que provienen de hogares con ingresos más bajos, es decir que los estudiantes con un nivel socioeconómico bajo reciben un menor estimulo académico dentro de la familia y es probable que no tengan un lugar tranquilo donde estudiar, así como tener otras limitaciones.

Otro factor más dentro de dicha dimensión es el ambiente familiar, al respecto Torres y Rodríguez (2006) plantean que la comunicación, el afecto, la motivación, la disciplina, la autoridad y la valoración del estudio le brindara al estudiante la posibilidad de tener un rendimiento académico alto debido a que si en el ambiente familiar existe armonía, comunicación y apoyo éste tendrá un rendimiento alto, de

lo contrario si en dicho ambiente hay discusiones, violencia, reclamos y poca valoración por el estudio su rendimiento y aprendizaje será bajo.

Entonces, un estudiante que es educado en una familia en la existe comunicación adecuada, se escuchan las opiniones y se le atribuye importancia al estudio existen mayores posibilidades para que él desarrolle el lenguaje adecuadamente y tenga fluidez, así mismo tenga más confianza y seguridad al momento de aprender (Mera, 2000).

Con base en lo que se ha explicado hasta ahora sobre dicha dimensión, es posible decir que la familiar tiene gran influencia en el rendimiento académico de los estudiantes ya que es proveedora de recursos no solamente económicos sino también de afecto y factores psicológicos.

La *dimensión escolar* es otra más que influye en el rendimiento académico, en ella se ubican los procesos de enseñanza y aprendizaje, así como el ambiente escolar dentro del aula.

Torres y Rodríguez, al respecto explican que dentro de los procesos de enseñanza y aprendizaje y en el ambiente escolar hay diversos factores de diferente naturaleza instructiva, así como psicosocial mismos que ayudan a explicar de mejor manera la vida dentro del aula, las expectativas que tiene el estudiante y las relaciones interpersonales que establece, todo ello como afecta en su rendimiento académico. De esta manera de acuerdo con estos dos autores el ambiente de aprendizaje explica que puede entenderse en dos partes: la primera por medio de la administración institucional que está constituida por políticas, estrategias, normas y reglamentos, en la otra parte se encuentra el profesorado que implica su formación, compromiso y dedicación.

Para ampliar lo anterior, Mera (2000), expone que si el ambiente de aprendizaje que se desarrolla dentro del aula es agradable, positivo, comprensivo y estimulante le facilita al estudiante aprender de manera más adecuada, ya que atenderá y cubrirá las necesidades básicas relacionadas con su edad, aptitud y a la vez se propiciará la motivación intrínseca y extrínseca.

Con relación al profesor éste tiene un papel importante en la construcción de ambientes de aprendizaje, en ese sentido debe tener una amplia formación porque no basta con que sea un especialista o domine los contenidos que enseña, sino que también debe de encontrar la forma de motivar a sus estudiantes para que aprendan de una mejor manera y a la vez tengan un compromiso social y generen cambios significativos en sus estudiantes.

Por lo tanto, el profesor debe estar actualizado, esto es que se mantenga informado sobre los cambios de cualquier naturaleza que afecten su realidad inmediata. Un profesor actualizado comprende la importancia de su trabajo, la influencia que genera en sus estudiantes y puede asumirse como un agente transformador de la sociedad.

Sotil, *et.al*., (2005) explica que existen otros aspectos que son importantes tener en cuenta en el profesor y son: la actitud con la que lleva acabo su trabajo, de igual manera debe de concebir los procesos de enseñanza y aprendizaje como un asunto comunitario en el que todos los participantes trabajan para transformar positivamente el contexto que le rodea.

Como ya se había mencionado, la formación de profesor es importante, ya que ésta le ayuda a transmitir y expresar los contenidos disciplinares de una manera más clara y concreta con la finalidad de establecer un intercambio significativo entre sus estudiantes y así aprendan de mejor manera.

Mizala, *et.al*., (1999) destaca que las problemáticas personales que tiene el profesor repercuten en la manera en cómo lleva acabo los procesos de enseñanza y aprendizaje también influye en la manera en que aprenden sus estudiantes, así como en las estrategias didácticas que ocupa para explicar algún tema; todo esto afecta el rendimiento académico de los estudiantes.

Con base a lo anterior, se plantea que el profesor tiene un papel muy importante dentro de los procesos de enseñanza y aprendizaje y en consecuencia en el rendimiento académico de sus estudiantes, por lo tanto se recomienda que el profesor tenga habilidades pedagógicas y que asuma un rol de mediador y guía al

momento en que sus estudiantes aprenden, así mismo desarrolle su práctica a partir de las necesidades de sus educandos; también utilice la didáctica como un recurso y un medio que le ayuden a propiciar dentro del aula aprendizajes significativos.

Con relación al material didáctico, se ha estudiado y comprobado que tiene una relación con el rendimiento académico, es decir, que los profesores que utilizan materiales visuales, auditivos y kinésicos ayudan que los estudiantes aprendan de manera más adecuada y a la vez los motiva a que continúen con la tarea de aprender (Mizala *et.al*.,1999)

Hasta este momento se acaba de explicar el rendimiento académico, sus modelos y los factores que están presentes en él, por lo tanto, se puede concluir que éste se puede entender como producto, que se concreta en una calificación, y como proceso, que hace referencia al desarrollo de habilidades, conocimientos y aptitudes durante el proceso de enseñanza y aprendizaje de un estudiante.

En otras palabras, tal rendimiento se entiende como el logro del producto escolar, también se puede ver como el conjunto de acciones implicadas durante el proceso de enseñanza y aprendizaje que ayuda a construir evidencia sobre las capacidades y características de los estudiantes.

De esta manera, el rendimiento académico puede verse como bueno o malo, alto o bajo, asimismo en él inciden e influyen diversos factores, por lo que no se trata de solamente de asistir a clases y aprender la lección, es decir que para la concreción de dicho rendimiento no recae y depende solamente del estudiante, sino que, como ya se ha explicado, el entorno familiar, social y del propio contexto educativo, influyen en cada alumno o alumna sobre la manera en que enfrentarán la tarea de aprender, mismo que se puede culminar en éxito o fracaso escolar.

Por lo anterior, resulta necesario que los estudiantes, para elevar su rendimiento académico, se desarrollen otro tipo de competencias que son distintas a las que se ubican en el aspecto cognitivo, las competencias a las que se hacen referencia son las de tipo emocional y se explican a continuación.

Capítulo III

La educación emocional y su relación con el rendimiento académico del estudiante de secundaria

En el presente capítulo se muestra la educación emocional como una alternativa para mejorar la educación que se desarrolla dentro de las escuelas y a la vez para potenciar el rendimiento académico.

En ese sentido se presenta durante todo el capítulo la importancia que tiene la educación emocional dentro de la escuela con la finalidad de mostrar sus planteamientos y su relación con el rendimiento académico.

En los antecedentes se presentan los modelos para desarrollar la inteligencia emocional, con la finalidad de conocer cómo nace la educación emocional. Enseguida se hace la diferencia entre las dos posturas teóricas, ya que comúnmente se llegan a confundir.

Posteriormente se profundiza en los algunos de los principales planteamientos de la educación emocional, así como en sus competencias. Por último, se sitúa dicha educación en el contexto escolar con el propósito de resaltar los beneficios que conlleva ésta y cómo potencia el rendimiento académico.

3.1 La inteligencia emocional y sus modelos como antecedente de la educación emocional

Antes de comenzar a explicar la educación emocional y sus planteamientos es necesario que se explique la inteligencia emocional y sus modelos debido a que dicha educación se deriva de ésta, así mismo es conveniente ya que podemos entender de mejor manera al adolescente dentro y fuera del contexto escolar.

Durante muchas décadas en la educación formal e informal siempre se ha priorizado el desarrollo de la parte cognitiva y poco se ha preocupado por la afectivas, de esta manera se han realizado investigaciones que reconocen la importancia de las emociones en la vida de las personas.

Las investigaciones que se han realizado sobre la importancia del aspecto afectivo de los sujetos dieron paso al nuevo concepto que se le conoce como inteligencia emocional, en sus planteamientos se resalta que es necesario considerar y asumir a las personas no solamente como seres pensantes, sino que también que sienten y a partir de estas dos, sentir y pensar, actúan.

A partir de las posturas de la inteligencia emocional derivada de las investigaciones, se han construido varios modelos que ayudan a comprender en que consiste esta, cabe señalar que solamente para este trabajo se centrara en tres que se consideran como los más completos e importantes y son: el modelo de Salovey y Mayer, el de Daniel Goleman y el de Reuven Bar-On.

Con relación al Modelo de Salovey y Mayer, éste está constituido por cuatro ramas que se relacionan entre sí y son las siguientes:

La primera rama es la **percepción emocional:** ella implica reconocer que las emociones se perciben, se identifican, se valoran y se expresan de manera individual y se concretan en lo social a través de los otros, esto se hace por medio del lenguaje, las acciones, el arte, entre otras más.

La percepción emocional ayuda a la persona a desarrollar la habilidad para expresar las emociones adecuadamente, también a discriminar e identificar de manera precisa las mismas.

De acuerdo con este modelo para poder evaluar la percepción emocional se les solicita a los sujetos que identifiquen las expresiones en las caras de las personas, posteriormente que explique qué sentimientos ven en ellas. También esta habilidad se puede desarrollar por medio del arte, es decir que se le presentan a los sujetos pinturas, esculturas, música, entre otras más y después se le pide que identifique que emociones y sentimientos evocan mediante dichas situaciones.

De esta manera para poder desarrollar la percepción emocional, se pueden realizar actividades basadas en imágenes que muestren rostros, fotografías y dibujos, con la finalidad de evocar en los sujetos diferentes emociones y posteriormente las identifique.

La segunda rama es la **facilitación emocional del pensamiento:** se plantea que en los sujetos las emociones se construyen a la par del sistema cognitivo, es decir se complementan ya que todas las emociones están permeadas de pensamientos y los pensamientos están permeados de las emociones.

Una persona al tener la facilitación emocional del pensamiento, puede cambiar su estado de ánimo de manera intencionada, por ejemplo, de pesimismo a optimismo, entonces esta facilitación le permite enfrentar las situaciones adversas de manera más adecuada, ya que si se encuentra en un estado pesimista puede reconfigurarlo a optimista.

De acuerdo con Salovey y Mayer, (1990), explican que los estados emocionales del pensamiento ayudan a cambiar los estados emocionales, lo que ayuda a que la persona viva de mejor manera ya que éstos facilitan u obstaculizan la solución de problemas.

Situando lo anterior, en el contexto escolar en estudiantes adolescentes, éstos se enfrentan diariamente a situaciones adversas, por lo tanto, tienen que modificar sus estados emocionales para adaptarse de manera adecuada y así poder permanecer dentro de la institución armónicamente.

La facilitación emocional del pensamiento se evalúa por medio de dos instrumentos llamados sub-test, los cuales ayudan a conocer la habilidad que tienen las personas para describir las situaciones emocionales por medio de sus sentidos, y a la vez sobre cómo identifican los sentimientos que les generan al realizar determinadas actividades.

Por tal razón, para desarrollar la facilitación emocional del pensamiento, se pueden llevar a cabo actividades que se basen en la promoción de sensaciones en las personas, por ejemplo, sentir, texturas, sabores, olores, entre otras más, con la finalidad de provocar emociones que puedan ser identificadas de manera precisa por la persona.

La tercera rama es la **comprensión emocional:** ésta refiere a la comprensión y el análisis de las emociones con el objetivo de construir un conocimiento emocional,

es decir, saber qué emociones siente la persona en determinadas situaciones lo que le ayuda a establecer relaciones interpersonales más duraderas y estables.

Un sujeto al construir relaciones interpersonales genera y emite señales que deben ser percibidas, identificadas y comprendidas por los otros, por lo tanto, a partir de la compresión emocional podrá ser más cuidadoso de lo que proyecta a las demás personas,

Así mismo la comprensión emocional le ayuda a la persona a nombrar, reconocer e identificar con precisión las emociones y en consecuencia las acciones a las que llegara a partir de ellas.

La compresión emocional puede evaluarse también por dos sub-test que ayudan a conocer en las personas la capacidad que tienen de analizar las emociones propias con relación a una situación.

Esta habilidad se puede potenciar a partir de actividades que promuevan situaciones que configuren emociones simples y complejas y en seguida sean analizadas.

La cuarta rama es la **regulación emocional:** esta consiste en tener regulación reflexiva sobre las emociones con la finalidad de tener un mayor conocimiento de las mismas y tener un crecimiento en el aspecto emocional y cognitivo.

La regulación emocional se lleva a cabo mediante la gestión de las emociones, es decir, que tiene que conocerse y expresarse de manera adecuada y precisa con la finalidad de establecer relaciones interpersonales positivas, estables y duraderas, también para resolver los conflictos de manera asertiva.

La regulación emocional, es evaluada por dos sub-test que se basan en la valoración sobre como una persona reacciona y resuelve las problemáticas en distintas situaciones con la finalidad de ver el grado de regulación que posee.

En ese sentido la regulación emociona es la más compleja para desarrollarse dentro del modelo de Salovey y Mayer, ya que implica la gestión emocional, es decir, que a partir de la reflexión sobre las emociones que son generadas en determinas

situaciones hay que reconfigurarlas de tal manera que se pueda actuar asertivamente y a la vez establecer relaciones interpersonales más positivas durante la vida.

El segundo modelo es el de **Daniel Goleman,** éste ayuda a entenderse de mejor manera la inteligencia emocional y como desarrollarla, debido a que este autor da a conocer de manera muy amplia los planteamientos elaborados por Salovey y Mayer lo que le brindo la posibilidad de construir este modelo y consiste en:

Conocer las propias emociones: Conocer las emociones propias le brinda la posibilidad al sujeto de tener conciencia de las mismas, y a la vez identificar los sentimientos que se configuran ante determinadas situaciones.

Manejar las emociones: Es la habilidad que ayuda a mejorar la manera de pensar y sentir ante determinadas situaciones y en consecuencia expresarlas de manera adecuada; para poder manejar las emociones en necesario primero tener conciencia de las mismas.

Motivarse a uno mismo: La motivación resulta importante en las personas, ya que esta nace en la parte afectiva de las mismas por lo tanto una persona que se encuentra motivada tiene mejor disposición para mejorarse a sí misma.

Así mismo puede decirse que la emoción y la motivación están relacionadas por lo que esta relación le ayudara al sujeto a alcanzar las metas que se plantea por medio de la motivación intrínseca.

Reconocer las emociones de los demás: Se logra a partir de la empatía, ésta consiste en reconocer con precisión las emociones y sentimientos de los otros.

Cabe señalar que se asume la empatía como la base del altruismo, es decir que las personas que son empáticas tienen mayor posibilidad de tener acciones altruistas hacia los demás, a la vez expresan sus emociones de manera más clara y en consecuencia establecen relaciones interpersonales más positivas con las personas que le rodean.

Establecer relaciones: Para establecer relaciones interpersonales positivas y duraderas se requiere de la regulación emocional y de la empatía, es decir que una persona que expresa adecuadamente sus emociones y reconoce de manera precisa la de los demás su manera de actuar le brinda la posibilidad de representarse ante los demás de manera positiva.

Hasta ahora se han explicado a grandes rasgos los aspectos que se tienen que desarrollar para configurar la inteligencia emocional, sin embargo, existen otros investigadores dentro de este campo que construyeron modelos para desarrollar dicha inteligencia, con base en ellos se construyó uno muy general y consiste en lo siguiente:

Autoconciencia: Para poder desarrollarla es necesario tener autoconciencia emocional, realizar constantemente autoevaluaciones apropiadas para reconocer las virtudes y los defectos y generar autoconfianza.

Autorregulación: Se necesita del autocontrol y a la vez de la confianza en si mismo para hacerse responsable de las consecuencias de sus acciones, ésta permite que la persona se adapte adecuadamente al contexto que le rodea.

Automotivación: La motivación intrínseca ayuda al logro de las metas, a comprometerse con cualquier actividad que se realice de igual manera ayuda a configurar actitudes optimistas.

Empatía: Brinda la posibilidad de tener conciencia sobre las emociones y sentimientos de los demás a través de su reconocimiento en consecuencia mejora las relaciones interpersonales.

Habilidades sociales: éstas consisten en desarrollar actitudes y conductas de liderazgo, comunicación, resolución de conflictos, disponibilidad para trabajar y colaborar en equipo.

Con relación al modelo de *Reven- Bar- On*, plantea a la inteligencia emocional junto con la social para desarrollar habilidades de pensamiento, personales, emocionales y sociales, resalta que es necesario desarrollarlas ya que las mismas ayudan a la adaptación adecuada del contexto que le rodea a un sujeto, de igual manera le

ayuda a la resolución de problemas, es decir que las inteligencias tanto cognitivas como las que se sitúan en la dimensión afectiva influyen en el éxito de la vida de los sujetos, así mismo en la salud y en el bienestar psicológico.

Dicho modelo se compone por 5 fases:

Fase de componente intrapersonal: consisten en desarrollar la habilidad para identificar, conocer y comprender las emociones y sentimientos propios y consecuentemente expresarlos de forma adecuada.

En el componente intrapersonal se pueden ubicar destrezas tales como la conciencia emocional y la habilidad para reconocer y comprender las emociones propias, el asertividad que consiste en expresar los sentimientos propios, creencias y pensamientos sin afectar a los otros, sin dejar de defender las posturas y derechos propios.

De igual manera en dicho componente se ubica la independencia de las acciones y el libre pensamiento emocional, la autoestima y el autoconcepto que consisten en la autopercepción y autovaloración, esto con la finalidad de aceptarse y respetarse a sí mismo.

Fase de dominio personal: Esta se desarrolla mediante la habilidad de conocer y comprender los sentimientos de los demás mediante el establecimiento de las relaciones interpersonales positivas, cooperativas y mutuamente satisfactorias.

Para desarrollar el dominio personal se necesita de la empatía, la responsabilidad social y el manejo positivo de las relaciones interpersonales.

Fase de adaptación: se desarrolla a partir de la habilidad para manejar, modificar, y adaptar el pensamiento y la emoción con la finalidad de resolver problemas personales o interpersonales.

La fase de adaptación implica el desarrollo de tres conductas que son:

Solución de problemas: consiste en desarrollar habilidades para identificar las diversas causas, razones y factores que generan una problemática ya sea personal

o interpersonal, esto con la finalidad de buscar diferentes alternativas para solucionarlo de manera adecuada y positiva.

Correspondencia interno- externo: es la necesidad de desarrollar la habilidad para evaluar la correspondencia ante la experiencia subjetiva y la situación externa, en otras palabras, es evaluar lo que el sujeto piensa y siente con relación a lo que hace.

Flexibilidad y probabilidad de pensamiento y sentimiento: Consiste en modificar el pensar y sentir de acuerdo a las distintas situaciones que el sujeto enfrenta.

Fase del manejo de estrés: ésta fase al desarrollar dicho componente también se desarrolla la habilidad para regular el estrés así como las emociones; esto se puede llevar acabo por medio de la configuración de dos comportamientos que son : la tolerancia ante el estrés, el cual consiste en manejar las situaciones negativas, los desafíos y las emociones que impactan profundamente en el sujeto; el segundo comportamiento se relaciona con el control de impulsos que consiste en regular u expresar de manera adecuada las emociones propias.

Fase de dominio de humor: ésta al desarrollarla le brinda la posibilidad de generar a la persona emociones y sentimientos positivos y expresarlos adecuadamente.

La fase de dominio está constituida por un aspecto comportamental y uno cognitivo-comportamental, al conjugarse estos dos aspectos hacen que el sujeto se sienta feliz, exprese sus sentimientos positivos, se acepta como persona y tiene una actitud optimista frente a la vida (Landa, 2000).

Como puede observarse, los modelos de Salovey y Mayer, Daniel Goleman y Reven Bar- On, cada uno de ellos presenta los aspectos, factores y características que se deben de desarrollar para configurar la inteligencia emocional en las personas cabe resaltar, como ya se ha explicado, que existen otros modelos que básicamente tienen una similitud en estos tres.

Así mismo puede observarse a través de dichos modelos que la inteligencia emocional resalta la influencia de las emociones en la vida de los sujetos para tomar

decisiones, establecer estilos de vida, fijarse metas y decidir en qué persona se quiere convertir. Por tal razón de dicha inteligencia están planteadas desde una postura muy general, sin embargo, esta al concretarse de una manera clara frente a otros planteamientos teóricos da pie a construir el concepto de la educación emocional y se explica a continuación.

3.2 ¿Qué es la educación emocional?

Para comenzar con este apartado es necesario primero diferenciar la inteligencia emocional de la educación emocional y se explica que la primera fue planteada por Salovey y Mayer en el año 1990, con la finalidad de resaltar la influencia de las emociones en la vida de las personas, esto se hace necesario para regular las emociones propias y consecuentemente mejorar las relaciones interpersonales.

Es decir, que la inteligencia emocional fue planteada para mejorar la vida de los sujetos en términos generales abarcando los contextos personales, laboral, escolar y social, de esta manera ayudarles a vivir mejor y construir una mejor sociedad.

Esta inteligencia reconoce que conocer e identificar las emociones y sentimientos propios y los de los demás ayuda a generar actitudes de empatía, cooperación y disponibilidad para convivir mejor.

De igual manera la inteligencia emocional en ella hay un conjunto de capacidades que se pueden desarrollar socialmente, por ejemplo, la capacidad para identificar de manera precisa las emociones propias, la de los demás y de acuerdo con ellas tomar decisiones y actuar asertivamente.

También esta inteligencia ayuda a que el sujeto se conozca a sí mismo y pueda desarrollarse integralmente, es decir, cognitiva y afectivamente. Derivado de los planteamientos de Salovey y Mayer surgieron otras investigaciones que construyeron evidencia más clara sobre la influencia de las emociones en la vida de los sujetos y para el año de 1995 Goleman da a conocer de manera general los principales pensamientos de esta inteligencia.

De acuerdo con Goleman (1995), ésta inteligencia le brinda la posibilidad a la persona de automotivarse y tener perseverancia para resolver conflictos, alcanzar

mentas y superar situaciones problemáticas; esto sucede mediante la regulación de las emociones que se concretan en impulsos y en estados de humor que le ayuden a fluir y en consecuencia a actuar de manera adecuada.

La inteligencia emocional de acuerdo con Goleman (1995) se comienza a desarrollar a partir del conocimiento de si mismo y del desarrollo de la empatía, ya que con base en estas dos la persona puede reconocer sus emociones y las de los demás de manera precisa, lo que le ayuda a establecer relaciones interpersonales más positivas y duraderas.

Como ya se ha explicado que dentro del campo de la inteligencia emocional se suscitaron diversas investigaciones, todas ellas tienen algo en común que es resaltar la influencia de las emocione y su alfabetización, debido a que le brinda la posibilidad a la persona de tener actitudes más positivas frente a la vida además de expresar de manera adecuada lo que siente y lo que piensa a los demás.

Entonces, con base en lo que se ha explicado sobre la inteligencia emocional puede decirse que esta se inicia a partir del conocimiento de sí mismo y de la empatía, además de preocuparse por educar de manera equilibrada el pensamiento y los afectos, es decir, que con dicho equilibrio la persona puede regularse, comprender, analizar, identificar y expresar sus emociones ante los demás.

Así mismo esta inteligencia ayuda al desarrollo de la empatía, la cual le ayuda a la persona a reconocer e identificar de manera precisa las emociones de los demás y con base en esta acción establecer relaciones interpersonales más adecuadas para su vida; de esta manera la inteligencia emocional puede considerarse como una alternativa para que la persona tenga un bienestar y se mejore a sí misma y viva de manera armónica en la sociedad.

Ahora bien, a diferencia de la inteligencia emocional, la educación emocional fue planteada por Bisquerra en 1997, dicha educación se sitúa en el contexto escolar, por lo que en ella hay un proceso educativo intencionado y se caracteriza por ser continuo y permanente (Bisquerra, 2003).

La educación emocional se centra en desarrollar la parte emocional de los estudiantes, ya que ésta se asume como un complemento que ayuda a desarrollar la parte afectiva del mismo; de igual manera considera que emoción y cognición son algo inseparable y que hay que considerar ambas para poder educarlo integralmente dentro de la escuela.

Dicha educación al ubicarse dentro de la escuela ayuda a que los estudiantes desarrollen sus conocimientos y habilidades sobre lo que piensan y sienten y en consecuencia puedan resolver las distintas problemáticas que se le presentan dentro y fuera de la escuela (Bisquerra, 2003).

Aunado a lo anterior, la educación emocional ayuda a que el estudiante tenga un bienestar individual y social y a la vez permanezca dentro de la escuela e manera tranquila y armoniosa.

De igual forma, la educación emocional promueve el desarrollo de actitudes positivas ante la vida en los estudiantes, también se preocupa por ampliar las habilidades sociales a través de la empatía, la cual se entiende dentro de esta educación como la manera de identificar e interpretar de manera precisa las emociones de los otros (Bisquerra, 2003).

Como se puede observar la inteligencia emocional y la educación emocional tienen planteamientos distintos, aunque se resalta que la educación emocional se deriva de la inteligencia emocional, ya que la primera fue la que construyó evidencia sobre la influencia de las emociones dentro de la vida de los sujetos.

En otras palabras, la inteligencia emocional está planteada en términos generales para mejorar la vida de los sujetos y para el caso de la educación emocional se centra solamente en mejorar la vida escolar de los estudiantes.

Para ampliar más lo anterior, la inteligencia emocional se extiende a los diferentes ámbitos que constituyen a la persona que son: el familiar, el social y el escolar; ante dicha generalidad de esta inteligencia puede decirse que es poco clara para desarrollarse en los diferentes ámbitos por tal razón puede decirse que al momento de centrarla en el contexto escolar se queda limitada.

De esta manera puede decirse que la educación emocional al centrarse exclusivamente en el contexto escolar tiene la posibilidad de convertirse en una alternativa para desarrollar integralmente a los estudiantes debido a que tiene una metodología que se compone de 5 competencias emocionales que más adelante se explicara.

Antes de comenzar a profundizar en los planteamientos de la educación emocional es necesario explicar algunos términos que son indispensables para entender dicha educción, por lo tanto, se comienza por plantear que la emoción implica movimiento por lo tanto ésta juega un papel muy importante para impulsar a la parte cognitiva y así el sujeto pueda aprender.

En ese sentido las emociones son respuestas ante los estímulos que tiene un sujeto en la interacción con su contexto, estas varían su intensidad con relación a las evaluaciones subjetivas que realiza la persona; estas evaluaciones permean a los conocimientos, creencias, metas y objetivos personales, es decir que las emociones siempre están presentes en todas las acciones que realizan los sujetos (Bisquerra, 2003).

Con base en lo anterior, puede decirse que las emociones son un reflejo inmediato que se genera en las diversas situaciones que un sujeto tiene, éstas afectan su acción de manera positiva o negativa, lo que implica que puede obstaculizar o potenciar su vida.

A diferencia de las emociones, los sentimientos son más complejos y duraderos, ya que como se ha dicho las primeras se derivan de los diferentes estímulos que recibe una persona y las segundas son una mezcla entre el sentir y el pensar, es decir que los sentimientos tienen elementos cognitivos, así como afectivos lo que los hace más duraderos (Bisquerra, 2003).

Las emociones se clasifican en diferentes tipos (Damásio, 2010) presenta las siguientes:

Emociones primarias o básicas: Son aquellas que tienen los seres humanos y son el miedo, el enfado, la tristeza y la alegría, a ella se le pueden añadir el asco y

la sorpresa; tiene un carácter innato y son desencadenadas por un suceso, una situación o la interacción con un objeto, lo que genera un estímulo emociona, en consecuencia, hay una manifestación que se concreta en una alteración en la manera de actuar.

Emociones secundarias: Éstas se construyen en el desarrollo ontogenético y se encuentran ligadas con el aspecto cognitivo- cultural. Éstas se activan lentamente, en otras palabras, no necesariamente se necesita de una expresión facial que anuncia dicha emoción, son autónomas a otras emociones y se asocian a conceptos más complejos en el entendimiento humano. Entonces este tipo de emociones se derivan de las emociones primarias, cabe señalar que se pueden presentar diferentes combinaciones de ellas, por ejemplo, de la alegría se configura el amor, placer, diversión, euforia y entusiasmo; del asco se puede derivar la repugnancia, el rechazo, antipatía y el disgusto; del enfado se puede propiciar la cólera, el rencor, el odio, la irritabilidad, la rabia y la impotencia; del miedo se configura la angustia, el desasosiego, la incertidumbre, la preocupación, el horror y el nerviosismo; de la sorpresa se propicia el desconcierto, sobresalto, admiración y asombro, de la tristeza se deriva la pena, la soledad, el pesimismo, la pasión y la decepción.

Siguiendo con Damasio (2010) explica que las emociones tienen una función social y se activan mediante mecanismos culturales, por ejemplo, la dominancia/ dependencia, en otras palabras, todas las emociones que se provocan de un sujeto a otro se concretan en una serie de conductas de esta manera se puede ver la forma en que los rasgos físicos y el porte del sujeto se modifica en función de ellas.

Ekman, (*et. al*.1983), plantea las **emociones de socialización** que son aquellas que se derivan de las capacidades cognitivas secundarias y no necesariamente nacen de las emociones primarias, es decir, que se configuran en la socialización y con el desarrollo de las capacidades cognitivas. Éstas están expuestas a la influencia de los pensamientos consientes por lo que son más susceptibles a modificarse en función de contexto cultural, por ejemplo, la culpa, el desconcierto, la envidia y los celos.

Hasta este momento se acaban de explicar algunos conceptos que ayudan a entender de manera más amplia a la educación emocional por lo que ahora se explica sus principales planteamientos.

Como ya se ha explicado, la educación emocional se centra en el contexto escolar y nace a partir de argumentar que en los últimos años la educación formal se ha centrado más en desarrollar la parte cognitiva y se deja de lado la afectiva de esta manera se plantea la necesidad de educar la parte afectiva ya que los estudiantes dentro de la escuela adquieren mucho conocimiento sobre los contenidos científicos, pero poco desarrollan las habilidades sociales que le permite establecer las relaciones interpersonales más positivas y de esta manera abunden los pensamientos negativos que afecten tanto su aprendizaje, rendimiento académico, ambiente escolar.

Así mismo la educación emocional dentro de la escuela atiende la violencia y el abandono escolar, ya que estos van cada día en aumento y una de las razones por las cuales existen dichas problemáticas es porque en el estudiante su autoconcepto y su autoestima no es el adecuado para aprender y en consecuencia tenga un rendimiento académico bajo.

Entonces, la educación emocional tiene por objetivo desarrollarle al estudiante las habilidades que le permitan vivir de manera adecuada dentro y fuera de la escuela, de igual manera a través de ella le guste permanecer en la misma.

De acuerdo con Bisquerra (*et.al*.2000) explica que la educación emocional previene de manera adecuada los actos de violencia, el consumo de droga, disminución del estrés, la minoración de los estados depresivos entre otras problemáticas más que se pueden suscitar en el estudiante; por lo tanto otras de las finalidades de dicha educación es desarrollar la personalidad integral del estudiante para que alcance el bienestar personal, por tal razón al situar esta educación en la escuela ayuda a mejorar los procesos educativos de manera permanente y a la vez potenciar el desarrollo emocional, mismo que es un complemento del desarrollo cognitivo.

Por lo anterior puede decirse que la educación emocional al aplicarse dentro del contexto escolar ayuda al estudiante a que se desarrolle integralmente y a la vez a resinificar el papel de la escuela ya que comúnmente ésta se asume como formadora de conocimientos científicos y que también sea educadora de emociones para que el sujeto alcance el éxito profesional y personal.

Como ya se ha explicado, que la educación emocional se deriva de la inteligencia emocional, la primera retoma algunos elementos que son claves para su articulación y los propone para que se lleven a cabo dentro de la escuela, de acuerdo con Bisquerra (*et.al*., 2000) explica que son los siguientes:

Reconocer las propias emociones: Es la valoración y el poder nombrar de manera precisa las emociones y a la vez reconocer la razón por la que se está presentando, lo que la genera, esto le brinda la posibilidad al estudiante de poder regularlas.

Control, manejo, regulación de emociones propias: se explica que todos los seres humanos tienen emociones estas por si solas no son buenas ni malas, sin embargo, debido a las variaciones de intensidad y a las situaciones en las que se presenta pueden causar problemas emocionales, por ejemplo, el estrés, ansiedad y depresión. Derivado de esto los estudiantes pueden tener conflictos que afectan su aprendizaje y en consecuencia su rendimiento, por lo tanto, es necesario que aprendan a regular sus emociones y a la vez a sustituir los pensamientos negativos por positivos.

Expresión de las emociones: es la manera de decirse a sí mismo y a los demás que se está sintiendo, nombrarlo con la finalidad de evitar algún mal entendido con las demás personas, es decir, que el expresar de manera adecuada y precisa lo que se siente y se piensa ayuda a comunicarse mejor con las demás personas y consecuentemente establecer relaciones interpersonales positivas y duraderas.

Control y conocimiento de las emociones de los demás: se desarrolla con base en la empatía ya que le permite al estudiante reconocer las emociones de los demás y comunicarse mejor con ellas.

Empatía: es la capacidad de reconocer de manera precisa lo que las demás personas están sintiendo en función de la situación en la que se encuentra, por lo tanto, al estudiante le ayuda a comprender en el otro si tiene dolor, alegría, enojo entre otras más de esta manera pueda comunicarse y entender mejor a las personas que le rodean.

Establecimiento de relaciones: consiste en aprender a convivir de manera armónica en la sociedad esto se logra a través de desarrollar habilidades emocionales para la convivencia, por ejemplo, los trabajos en equipo ayudan a desarrollar esta habilidad.

Actitud positiva: es la habilidad que ayuda a los estudiantes a dar soluciones positivas y adecuadas a las diferentes problemáticas que se le presentan dentro de la escuela y en consecuencia evitar pensamientos negativos, conformistas y de fracaso.

Toma de decisiones adecuadas: es importante desarrollar esta competencia en los estudiantes ya que les ayuda a analizar lo que les beneficia y les conviene y a la vez lo que les perjudica, de esta manera pueden adelantarse y predecir las diferentes consecuencias a las que les llevara cualquier decisión que tomen.

Autoestima: es indispensable que ésta se configure de manera positiva en los estudiantes ya que con base en ella obtienen la confianza por lo tanto es necesario que aprendan a suplir las emociones y sentimientos negativos por positivos con la finalidad de potenciar su aprendizaje y que alcance las metas que se plantea.

Conciencia y alfabetización emocional: por medio de estas los estudiantes se conocen a sí mismo, es decir que reconocen con claridad lo que piensen y sienten ante diversas situaciones de su vida, lo que les brinda la posibilidad de actuar de manera adecuada con las personas que les rodea.

Con base en lo que se acaba de explicar, los elementos que se presentaron son indispensables para desarrollar la educación emocional, de esta manera resulta necesario resaltar que la conciencia emocional es de donde parte el desarrollo de esta educación.

En ese sentido Vivas *et. al.,* (2007), explica que la educación emocional se inicia con el conocimiento de las propias emociones y sobre los procesos de metacognición lo que le brinda la posibilidad al estudiante de reconocer entre sentir una emoción y dejarse llevar por ella; por lo tanto la autoeficacia emocional es necesaria desarrollarse en ellos ya que implica un conocimiento íntimo y preciso sobre sí mismos, además requiere de la predicción y la comprensión de respuestas emocionales ante las diversas situaciones.

Derivado de lo anterior, surge la alfabetización emocional que implica el aprender el vocabulario adecuado para poder reconocer, nombrar y explicar lo que se está sintiendo.

La conciencia emocional conlleva a una revisión precisa sobre sí mismo, a través de ella se obtiene información sobre lo que se piensa y se siente y con base en ella determinar la manera en que se va actuar.

Hasta este momento se han explicado la diferencia entre la inteligencia emocional, la educación emocional, así como los diferentes factores que intervienen en esta última, por lo que ahora es necesario explicar su importancia dentro del contexto escolar.

3.3 La educación emocional en el contexto escolar

Como es bien sabido que dentro del contexto escolar existen diferentes problemáticas que se presentan, por ejemplo, la violencia, el abandono escolar, la reprobación, la deserción y el bajo rendimiento, entre otras más.

Ante tales problemáticas se han elaborado distintas propuestas para darle solución y disminuirlas, varias de ellas se han centrado en darle solución a través de la figura del profesor, de tal manera que se han elaborado contenidos que se concretan en cursos en los que se explican mucho las problemáticas pero metodológicamente no resuelven mucho, ya que dichas problemáticas se siguen abordando de la potenciación del aspecto cognitivo, por ejemplo, la reprobación y el bajo rendimiento académico se siguen abordando por medio de cursos a estudiantes en los que solo

importa que aprendan los contenidos al pie de la letra pero no se preocupa por su sentir.

Ante tal panorama se plantea que la educación emocional es una alternativa que puede ayudar a dar solución a las diferentes problemáticas que ya se mencionaron ya que les ayuda a los estudiantes a potenciar el aspecto afectivo y de alguna manera contribuye a que la escuela se convierta en un lugar en donde les gusta permanecer.

En ese sentido la educación emociona desarrolla la inteligencia social, por medio de ésta los estudiantes desarrollan habilidades sociales que les permiten convivir dentro de la escuela.

Dichas habilidades son necesarias de acuerdo con Vivas *et.alt.,* (2007) estas se asocian a los comportamientos emocionales y conductuales que se pueden ver en las relaciones interpersonales, por lo tanto, al desarrollarlas ayuda al sujeto a adaptarse dentro del contexto y a la vez crear nuevos vínculos a través de la expresión adecuada y precisa de lo que siente y piensa.

Entonces, la educación emocional le ayuda al estudiante a tener los conocimientos y herramientas que le permitan interactuar adecuadamente con su contexto, esto es porque las emociones están en todo momento en él. Por ello es necesario educar sus emociones ya que pueden influir positiva o negativamente.

Por lo anterior en este primer momento se resalta la importancia de educar las emociones en el contexto escolar, ya que le brinda la posibilidad al estudiante de resolver problemas, trabajar en equipo, desarrollar la empatía, la comunicación interpersonal, reconocer sus emociones propias y regularlas y expresarlas adecuadamente ante los demás.

La educación emocional puede implementarse dentro del contexto escolar a través de cinco competencias, ante de desarrollarlas primero es necesario explicar qué se entiende por el termino de competencia.

De acuerdo con Zavala y Arnau (2008) explican que las competencias son un constructo que implica tres componentes: conceptual, procedimental y actitudinal;

el primero hace referencia a los contenidos disciplinares el segundo se refiere a los procedimientos y maneras de actuar del sujeto y el ultimo es donde se sitúan los afectos y la disponibilidad para llevar acabo cualquier acción.

Por su parte Bisquerra (2003) explica que la competencia es el conjunto de conocimientos, capacidades y habilidades que se necesitan para relazar actividades de cualquier naturaleza con un cierto nivel de calidad y eficacia, así mismo este concepto integra el saber, saber hacer y saber ser.

Como puede observarse a partir de las definiciones anteriores puede decirse que la competencia es in constructo inseparable que en sí mismo tiene conocimientos conceptuales, actitudinales y procedimentales y con base en ellos el estudiante puede realizar distintas actividades.

De acuerdo con Bisquerra (2003) existe otro tipo de competencia que es la emociona y la plantea como un amplio constructo en el que se incluyen diversos procesos y resultan una variedad de consecuencias, es decir que ésta se entiende como el conjunto de conocimientos, capacidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular adecuadamente los fenómenos emocionales.

Siguiendo con Bisquerra (2003) las competencias emocionales se dividen en dos bloques, el primero implica las capacidades de autorreflexión que conllevan a la inteligencia intrapersonal que se concretan en acciones como la identificación de las propias emociones y la regulación adecuada; el segundo bloque abarca las habilidades de reconocer lo que los demás están sintiendo y pensando, lo que conlleva a desarrollar la inteligencia interpersonal en la que se ubican las habilidades sociales, la empatía y la comunicación no verbal.

Una vez que se han explicado de manera general algunos conceptos sobre las competencias y las competencias emocionales a continuación se desarrollan estás ultimas para poder ser aplicadas en el contexto escolar.

De acuerdo Bisquerra (2003), las competencias emocionales son las siguientes:

1) **Conciencia emocional**

Es la capacidad para tomar conciencia de las emociones propias y también de las emociones que tienen los demás, incorporando la habilidad para percibir el clima emocional de cierto contexto.

1.1. *Toma de conciencia de las propias emociones:* capacidad para percatarse con determinada precisión los propios sentimientos y emociones; reconocerlos y etiquetarlos. También incluye la posibilidad de poder experimentar emociones múltiples. A niveles de mayor madurez, conciencia de que uno puede no ser consciente de sus sentimientos debido a inatención selectiva o dinámicas inconsistentes.

1.2. *Dar nombre a las propias emociones:* Habilidad de poder utilizar el vocabulario emocional y diferentes términos expresivos usualmente disponibles en una cultura para detectar las propias emociones.

1.3. *Comprensión de las emociones de los demás:* capacidad para distinguir con exactitud las emociones y perspectivas de los demás. Saber utilizar las claves situacionales y expresivas (comunicación verbal y no verbal) que tienen un cierto grado de aprobación cultural para el significado emocional. Capacidad de poder implicarse empáticamente en las practicas emocionales de los otros.

2) Regulación emocional

Esta capacidad maneja las emociones de forma apropiada. Implica tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; poseer buenas estrategias de afrontamiento; de igual manera es la capacidad para autogenerarse emociones positivas.

2.1 *Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento:* cuando los estados incurren en el comportamiento y éstos en la emoción, estos dos pueden regularse por la cognición (razonamiento, conciencia).

2.2 *Expresión emocional*: capacidad de manifestar emociones de forma apropiada. Habilidad de poder entender que el estado emocional interno de una persona no necesita coincidir con la expresión externa, esto puede ser tanto en uno mismo como en los demás. En un nivel de mayor madurez, comprensión de que la propia expresión emocional también puede influir en otros, es necesario tener esto en cuenta en la forma de presentarse a uno mismo.

2.3 *Capacidad para la regulación emocional.* regular los sentimientos y las emociones. Esto incluye tener un autocontrol de la impulsividad (ira, violencia, comportamientos de riesgo) y tolerancia a la frustración esto para evitar un estado emocional negativo como puede ser estrés, ansiedad, depresión, entre otros aspectos.

2.4 *Habilidad de afrontamiento:* para afrontar las emociones negativas esta habilidad utiliza estrategias de autorregulación que prosperan la intensidad y la duración de estos estados emocionales.

2.5 *Competencia para auto-generar emociones positivas*: esta capacidad genera de forma voluntaria y consciente emociones positivas (alegría, amor, humor, fluir) y disfrutar de la vida. Disposición para autogenerar un propio bienestar subjetivo y así obtener una mejor calidad de vida.

3) Autonomía personal (autogestión)

Dentro de la autonomía personal también se incorpora un grupo de características relacionadas con la autogestión personal, en este conjunto se encuentran la autoestima, actitud positiva ante la vida, responsabilidad, capacidad para analizar críticamente las normas sociales, al igual que la capacidad para buscar ayuda y recursos y por último la autoeficacia emocional.

3.1. *Autoestima:* poseer una imagen positiva de uno mismo, así como tener una satisfacción propia y mantener buenas relaciones consigo mismo.

3.2. *Automotivación:* capacidad de automotivarse y asociarse a realizar actividades emocionales en la vida personal, social, profesional, de tiempo libre

3.3. *Actitud positiva:* en esta capacidad es importante la automotivación y tener una actitud positiva ante la vida. Sentido constructivo del yo (*self)* y de la sociedad, esto incluye sentirse optimista y potente (empowered) al enfrentarse a los retos diarios, intención de ser bueno, justo, caritativo y compasivo.

3.4. *Responsabilidad:* propósito de implicarse en comportamientos seguros, saludables y éticos. Sobre todo, asumir la completa responsabilidad en la toma de cada decisión.

3.5. *Análisis crítico de normas sociales:* capacidad de evaluar críticamente mensajes sociales, culturales y de los mass media, referente a las normas sociales al igual que los comportamientos personales.

3.6. *Buscar ayuda y recursos:* dicha capacidad reconoce la necesidad de ayuda y asistencia y el saber acceder a los recursos disponibles y apropiados.

3.7. Auto-eficacia *emocional:* capacidad de autoeficacia emocional: el sujeto se percibe a si mismo de la manera en que se quiere sentir. Es decir, la autoeficacia emocional supone que un sujeto acepta su propia experiencia emocional, puede ser única y excéntrica o culturalmente convencional, dicha aceptación está en alianza con las creencias del individuo y esto a su vez constituye un balance emocional deseable. Naturalmente uno vive de acuerdo con su “teoría personal

referente a las emociones” en el momento que demuestra auto-eficacia emocional que está a prueba con los propios valores morales.

4. **Inteligencia interpersonal**

La inteligencia interpersonal es la capacidad para permanecer en buenas relaciones con las demás personas. Esto incluye resaltar tanto habilidades sociales como una capacidad para una comunicación afectiva, respeto, actitudes pro-sociales, y asertividad.

4.1. Dominar las habilidades sociales básicas: escuchar, saludar, despedirse, dar las gracias, pedir por favor, pedir disculpas, y una actitud dialogante son unas de muchas habilidades sociales que tiene que tener un sujeto presente en su vida.

4.2. Respeto por los demás: valorar los derechos de todas las personas, así como tener una intención de aceptar y apreciar as diferenciad tanto individuales como grupales.

4.3. Comunicación receptiva: es la capacidad de interesarse por los demás en la comunicación verbal como en la no verbal para percibir los mensajes con precisión.

4.4. Comunicación expresiva: capacidad de empezar y desarrollar conversaciones, así como tener la habilidad de expresar los propios sentimientos y pensamientos con precisión, esto se puede dar tanto en la comunicación verbal como en la no verbal, y exponer a los demás sujetos que han sido bien comprendidos.

4.5. Compartir emociones: conciencia de que la estructura y la naturaleza de las relaciones se compone en partes definidas por a) el nivel de inmediatez emocional o sinceridad expresiva; b) el grado de reciprocidad o simetría en la relación. De esta manera, la confianza madura se compone en parte por el

compartir emociones sinceras, así como una relación padre-hijo puede compartir sus emociones sinceras de forma asimétrica.

4.6. *Comportamiento pro-social y cooperación:* capacidad para mantener una actitud amable y de respeto hacia los demás, así como compartir en situaciones didácticas y de grupo.

4.7. *Asertividad:* permanecer en un comportamiento balanceado, entre la agresividad y la pasividad; La persona asertiva no quiere decir que la persona tiene razón. La persona asertiva es aquella que sabe que puede decir “no” y mantenerlo, estar equivocada, pero mantiene sus puntos de vista para poder llegar a un mejor entendimiento y una solución. Es la habilidad que posee una persona de expresar sus opiniones, derechos y sentimientos en el momento oportuno y, de la forma adecuada.

5. Habilidades de vida y bienestar

Capacidad de adquirir comportamientos que sean responsables y apropiados de resolución de problemas ya pueden ser familiares, personales, profesionales y sociales. Y que todo esto para potenciar el bienestar personal y social.

5.1 *Identificación de problemas:* con esta capacidad se identifica situaciones que demandan una solución o decisión y evalúan riesgos, barreras y recursos.

5.2 *Fijar objetivos adaptativos:* capacidad para precisar y delimitar objetivos positivos y realistas.

5.3 *Solución de conflictos:* capacidad para confrontar situaciones de conflictos sociales y problemas interpersonales, aportan soluciones positivas e informadas a dichos problemas.

5.4 *Negociación:* Es el camino más aconsejable para la resolución de conflictos, pues supone la alternativa considerando los sentimientos de los demás.

5.5 *Bienestar subjetivo*: Capacidad de hacer un balance general sobre nuestra propia vida con el objetivo de identificar las fortalezas y debilidades de nuestra situación presente y procurar transmitir lo favorable a las personas con las que se interactúa.

5.6 *Fluir:* capacidad para originar experiencias ideales en la vida profesional, personal y social.

Hasta ahora se han explicado las 5 competencias que pueden implementarse en contexto escolar, así mismo puede decirse que las mismas tienen por objetivo desarrollar y educar integralmente al estudiante, ya que considera tanto al aspecto cognitivo como afectivo.

De igual manera se observa a través de los planteamientos de la educación emocional que ésta propone un cambio en la manera de desarrollarse la educación en las instituciones escolares ya que no se preocupa solamente porque el estudiante aprenda los contenidos disciplinares al pie de la letra, sino que también se preocupa por que aprenda a ser una mejor persona y que en un futuro pueda resolver sus diferentes problemáticas adecuadamente y a convivir dentro de la sociedad.

Una vez que se han explicado las competencias emociones y viabilidad para desarrollarse dentro del contexto escolar a continuación se explica la relación que guarda dicha educación con el rendimiento escolar del estudiante de secundaria.

3.4 La educación emocional y su relación con el rendimiento académico del estudiante de secundaria

Como se ha explicado en el apartado anterior que la educación emocional es necesaria implementarla dentro de la escuela, también es necesario que se empiece a desarrollar de manera intencionada dentro del contexto familiar, con la finalidad

de que el estudiante cuando se incorpora a la escuela ya tenga desarrollada dicha educación.

Así mismo el docente también debe de contar con competencias emocionales para poder desarrollarlas en sus estudiantes esto con la finalidad que dentro de su práctica no solamente se centre en desarrollar el aspecto cognitivo sino también el afectivo de sus estudiantes.

De esta manera, el papel del docente para desarrollar la educación emocional en la escuela es importante ya que ayudara a sus estudiantes a que se desarrolle integralmente, para el caso de los adolescentes que tenga un relativo equilibrio entre lo cognitivo y lo afectivo.

Aunado a lo anterior en la secundaria es muy común que los docentes se preocupen por reconfigurar las conductas de los estudiantes así como que memoricen al pie de la letra los contenidos que les enseñan, sin embargo como ya se ha explicado el estudiante de este nivel educativo se encuentra en una etapa compleja por lo tanto resulta necesario abordar aspectos que se encuentran relacionados con las emociones con la finalidad de que aprenda a regularse y enfrenten de mejor manera la tarea de aprender.

En otras palabras, educar emocionalmente a un estudiante que se encuentra estudiando en la secundaria, implica hacerlo continuamente ya que le permitirá mejorar cognitiva y afectivamente y consecuentemente podrá prevenir problemas sociales y de aprendizaje y de esta manera se acercaría más a desarrollar la educación integral que por muchos años se ha estado persiguiendo.

Implementar la educación emocional dentro de la educación secundaria ayudara al estudiante a ampliar sus conocimientos sobre lo que siente y piensa a la vez, es decir, que podrá identificar sus propias emociones y estados emocionales y al mismo tiempo la de os demás, de esta manera podrá desarrollar la capacidad emocional para configurar una actitud más independiente, autónoma y podrá adaptarse de mejor manera en el contexto escolar.

La educación secundaria es una de los espacios en los que más se requiere desarrollar la educación emocional debido a que los estudiantes se encuentran en una etapa crucial donde se presentan problemáticas como la violencia, la reprobación, la falta de motivación para aprender, el bajo rendimiento académico entre otras más.

Por lo tanto, la educación emocional puede aminorar dichas problemáticas y hacer que la educación secundaria sea no solamente un espacio en el que el estudiante aprende contenidos disciplinares, sino que también aprende a ser mejor persona.

Con base en lo que se ha explicado hasta ahora, puede decirse que la educación emocional al implementarse en la educación secundaria ayuda no solamente a resolver y abordar problemas relacionados con el aprendizaje sino también con aspectos personales del estudiante como lo es el respeto, la empatía y el establecimiento de relaciones interpersonales para lograr crear un ambiente de aprendizaje más adecuado y a este sujeto le guste permanecer dentro de la escuela.

Ahora bien, ¿Por qué es necesario desarrollar la educación emocional para atender problemas relacionados con el rendimiento académico? La respuesta es porque existe una relación entre ambas, es decir, que esta educación ayuda a promover situaciones que mejoren el desarrollo de la sensibilidad y el carácter de los estudiantes, por que involucra aspectos mentales afectivos, sociales y físicos que potencian el aprendizaje y en consecuencia su rendimiento académico.

Entonces, puede decirse que la educación emocional afecta de manera positiva a los estudiantes porque a través de ella desarrollan de mejor manera la capacidad para percibir, comprender y regular sus emociones, de esta manera tiene un mayor bienestar dentro de la escuela lo que hace que aprenda de mejor manera y favorezca el ambiente de aprendizaje dentro del aula.

El estudiante adolescente, al recibir la educación emocional le permite conocerse a sí mismo de esta manera le ayuda a sentirse mejor dentro de la escuela por lo tanto un estudiante que se siente bien aprende mejor, por lo anterior, actualmente cada vez en más escuelas se interesan por implementar la educación emocional en sus

estudiantes, ya que se ha convertido en una necesidad ayudarles a regular sus emociones ya que hoy en día muchas de las problemáticas que se viven son derivadas por falta de esta regulación.

De acuerdo con Berrocal y Ruiz (2008) implementar la educación emocional dentro de la escuela le brinda la posibilidad al estudiante de desarrollar tanto el aspecto racional y emocional y de esta manera educarlo integralmente, debido a que en la parte afectiva nace la motivación y el gusto por aprender por lo tanto las emociones tienen un papel importante dentro de los procesos de enseñanza y aprendizaje, lo que le ayuda a interactuar y enfrentar la manera de aprender.

Además, al desarrollar la parte emocional el estudiante tiene una mejor adaptabilidad en la sociedad, en este caso dentro de la escuela, esto lo ara por medio de establecer relaciones interpersonales más positivas con sus compañeros y profesores y en consecuencia se crearán ambientes de aprendizaje más propicios para potenciar el rendimiento académico.

Con base, en lo anterior puede decirse que la educación emocional ayuda a los estudiantes de secundaria a que desarrollen habilidades afectivas que ayudarán a su rendimiento académico, así mismo le ayudara a tener un bienestar psicológico que lo conlleven a tener relaciones interpersonales más positivas, lo que traerá como consecuencia que se evite configurar conductas violentas dentro del aula.

Entonces, los estudiantes al desarrollar su educación emocional podrán resolver problemas dentro del aula de manera adecuada, podrán gestionar eficazmente su vida emocional lo que les permitirá identificar las diferentes problemáticas que se le presenten y en consecuencia podrá evaluar diversas soluciones posibles y tomara mejores decisiones.

De esta manera puede decirse que la educación emocional dentro del contexto escolar ayuda a potenciar el rendimiento académico porque ayuda al estudiante a desarrollar los aspectos cognitivos y afectivos y así pueda regular sus emociones de tal forma que puedan conseguir un desarrollo personal, escolar y profesional, así mismo desarrolla la empatía por las personas que le rodean dentro del aula escolar.

Aunado a lo anterior, la educación emocional ayuda a propiciar la motivación intrínseca en el estudiante a partir de ella podrá resolver de mejor manera la tarea de aprender.

Con relación a lo anterior Extremera y Fernández-Berrocal (2004) plantean que la educación emocional se encuentra relacionado con el rendimiento académico debido a que las funciones de las emociones en el sujeto son las que le ayudan a interactuar y convivir, por lo tanto, si se desarrolla dicha educación el estudiante se sentirá mejor dentro de la escuela y en consecuencia tendrá mejores posibilidades de aprender significativamente.

Siguiendo con estos dos autores, ellos analizaron la relación entre educar los afectos, el rendimiento académico y la personalidad de los estudiantes, este análisis consistió en identificar aspectos cognitivos relacionados directamente con dicho rendimiento, por ejemplo, las habilidades verbales, el razonamiento inductivo y la visualización; tomaron en cuenta variables relacionadas con la personalidad como el neuroticismo, la extroversión, la disponibilidad, la amabilidad y la responsabilidad.

A las conclusiones que llegaron con la investigación fue que reafirmaron la idea de que un estudiante entre más educadas tenga las emociones tenía mejores notas al final del año escolar, de esta manera puede decirse que la educación emocional puede servir como un predictor del rendimiento académico.

Con base en lo que se ha explicado hasta ahora, puede decirse que si un estudiante que tiene un equilibrio entre lo que siente y piensa se siente mejor con lo que hace dentro de la escuela, su desarrollo intelectual será mejor, en otras palabras entre mejor se encuentre este sujeto con relación a su pensar y su sentir lograra motivarse, interesarse y responsabilizarse con lo que aprende, a la vez resolverá distintas problemáticas que se le presenten dentro del aula escolar.

De esta manera, es que la educación emocional puede potenciar el rendimiento académico ya que con base en ella el estudiante tiene mayores posibilidades de tener éxito escolar y podrá concluir de manera satisfactoria sus estudios, también ayuda a reducir la probabilidad de que abandone la escuela.

Además, dicha educación le ayuda al estudiante a regularse en la frustración y aceptar sus errores, también aceptar que tiene que llevar a cabo tareas que no se han de su agrado, pero que le ayudaran a alcanzar las metas escolares que se ha propuesto.

Por último, el estudiante al desarrollar equilibradamente el aspecto cognitivo así como el afectivo mejorara su rendimiento académico debido a que podrá regularse ante situaciones adversas y así podrá alcanzar el éxito escolar; entonces si se desarrolla la educación emocional dentro de la escuela, se crearan ambientes de aprendizaje adecuados que ayudaran a los estudiantes a pensar y sentirse mejor por lo tanto le gustara permanecer más tiempo dentro del aula escolar ya que le será agradable y en consecuencia aumentara su rendimiento académico.

Para cerrar dicha relación puede decirse que un estudiante que posee educación emocional tiene más confianza en sí mismo, se regula mejor, establecer relaciones interpersonales más adecuadas y resuelve problemas de manera asertiva, entre otras cosas positivas lo que trae como resultado que se sienta mejor al momento de aprender y esto ayudara a que potencie su rendimiento académico.

Con base en lo que se ha explicado durante este capítulo se puede concluir que la Inteligencia emocional sirvió como base para el desarrollo de la educación emocional y su diferencia radica que la segunda se centra en el contexto escolar y se desarrolla por medio de las competencias emocionales.

Así mismo, incorporar la educación emocional en las escuelas ayuda a disminuir y prevenir problemáticas como lo es la violencia, el individualismo, la deserción, el bajo rendimiento académico, entre otras más.

Para el caso de la educación secundaria, la educación emocional ayuda a que los estudiantes desarrollen habilidades afectivas que ayudarán a su rendimiento académico, así mismo les ayudará a tener un bienestar al enfrentar cualquier problemática, teniendo un equilibrio cognitivo y emocional.

Dicho bienestar y equilibrio se alcanza y potencia a través del desarrollo de competencias emocionales, mismas que están orientadas hacia desarrollar y educar integralmente a un estudiante.

Por tal razón, puede decirse que es necesario incorporar la educación emocional dentro de la educación secundaria, ya que los estudiantes que se encuentran en este nivel están en la etapa de la adolescencia y a través de esta educación puede conocerse a sí mismos, regularse y desarrollar las competencias necesarias para enfrentar de mejor manera la tarea de aprender y elevar su rendimiento académico.

Capítulo IV

Un acercamiento a la educación emocional en la educación secundaria: Diagnostico de las competencias emocionales en la secundaria 92 “Carlos Casas Campillo”

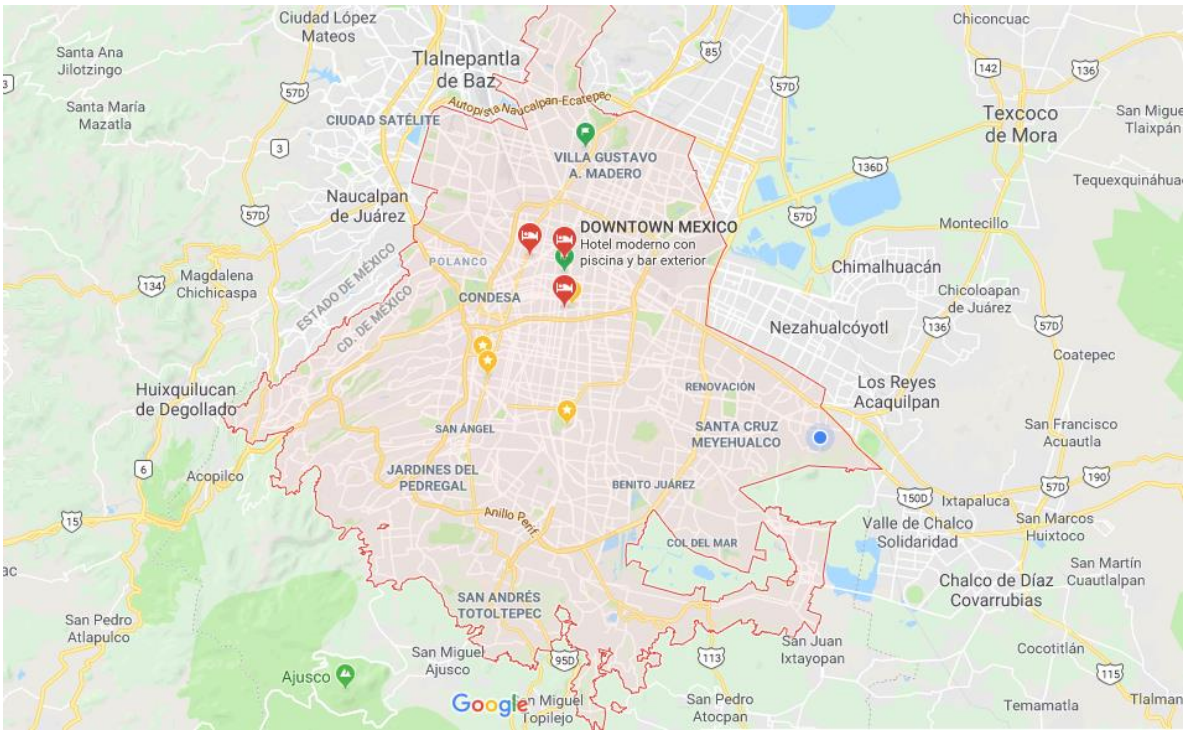
4.1 Descripción del contexto

Tras la investigación teórica que se llevó acabo sobre la educación emocional y su relación con el rendimiento académico y a partir del interés por corroborar si la primera (educación emocional) influye en la segunda (rendimiento académico), fue necesario continuar con la investigación de campo.

En este sentido se presenta en este primer apartado la descripción del contexto de la escuela en donde se realizó este trabajo de campo.

La investigación de campo, se llevó acabo en la escuela secundaria técnica No. 92 “Carlos Casas Campillo” ubicada en la delegación Iztapalapa, Cuidad de México. La ubicación espacial de la escuela, dentro de la Ciudad de México puede observarse en el siguiente mapa.

Figura 1 Ubicación espacial de la escuela

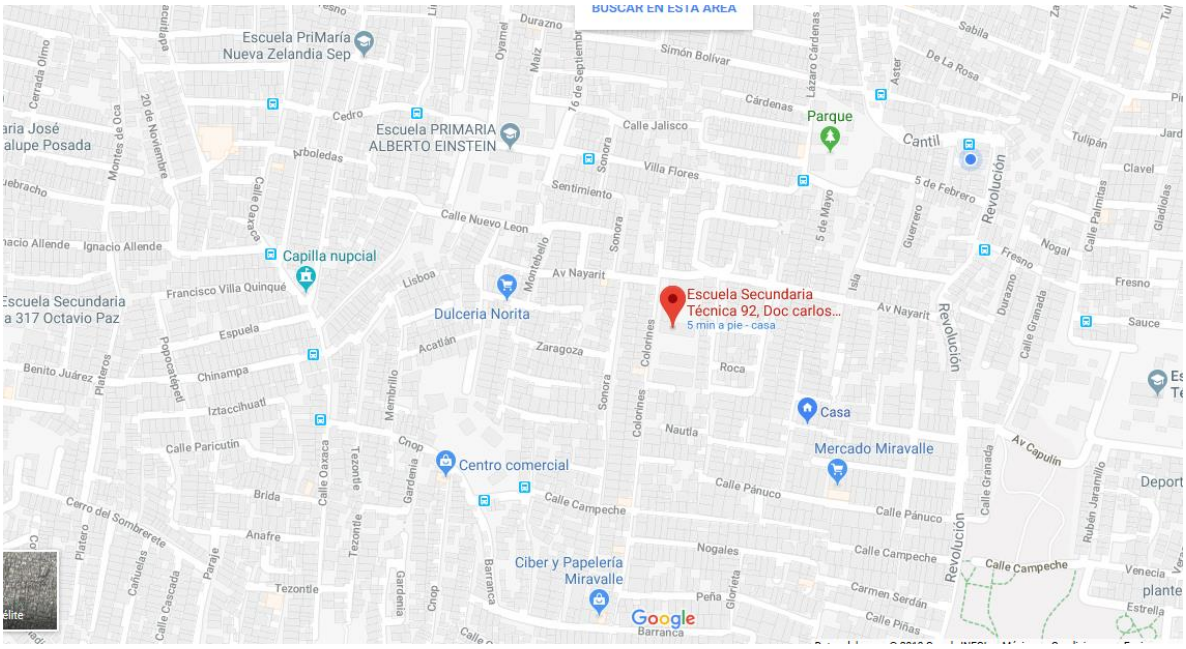


En primer lugar, es una escuela de difícil acceso a los profesores, solo hay dos avenidas para llegar, en el caso de los estudiantes la mayoría vive cerca de la escuela y es fácil llegar caminando.

En sus alrededores se encuentran varias instituciones educativas la mayoría de educación básica entre ellas las más cercanas serian la Escuela Primaria Axayácatl, Escuela Primaria Alberto Einstein, Escuela Primaria Hermanos Flores Magón, un preescolar llamado Miahuaxochitl y una escuela a nivel medio superior Centro de Estudios Tecnológico industrial y de Servicios No. 42, cabe resaltar que la mayoría de las escuelas son de educación pública, una escuela privada de educación básica llamada Miravalles, dos escuelas públicas inauguradas apenas hace 8 años una es una preparatoria llamada Miravalles 3 y una escuela de educación superior llamada Tecnológico Iztapalapa II.

Esto significa que es una zona escolar en la que predomina el sector público, en el cual al crear dos nuevas escuelas una de educación media superior y superior se han preocupado porque la mayoría de las escuelas media superior se encuentran fuera de su zona y algunas veces fuera de la delegación, y los jóvenes prefieren no seguir estudiando.

Figura 2 Ubicación espacial de la escuela

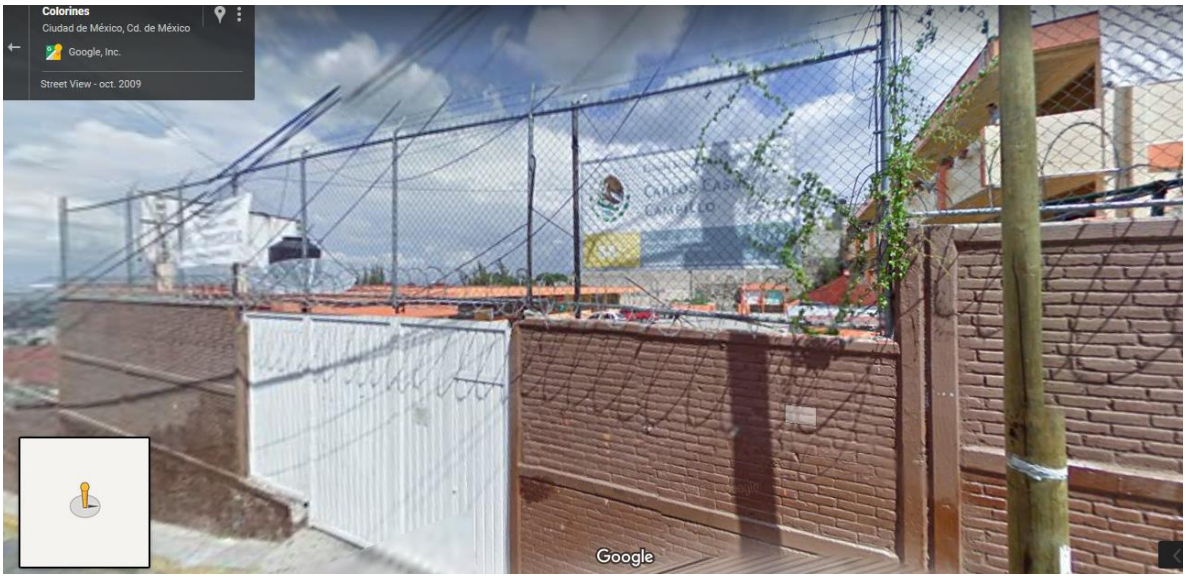


Alrededor de la escuela hay varios negocios la mayoría relacionados con el sector educativo que son papelerías, internet, tiendas, fondas y otras más, aproximadamente a unas tres calles se encuentra un centro comunitario y un parque y en esa misma calle se encuentra un centro de justicia para la mujer. Esto hace que la secundaria este en un lugar céntrico y sea confiable para los estudiantes cuando entran o salen de la escuela.

Ahora bien, dentro de la escuela se puede decir que hay dos turnos matutino y vespertino, el matutino concentra la mayor cantidad de estudiantes aproximadamente 650 estudiantes inscritos. La escuela forma parte de la dirección General de Educación Básica de la delegación Iztapalapa.

Visualmente la escuela se percibe de la siguiente manera.

Figura 3 Fachada de la escuela



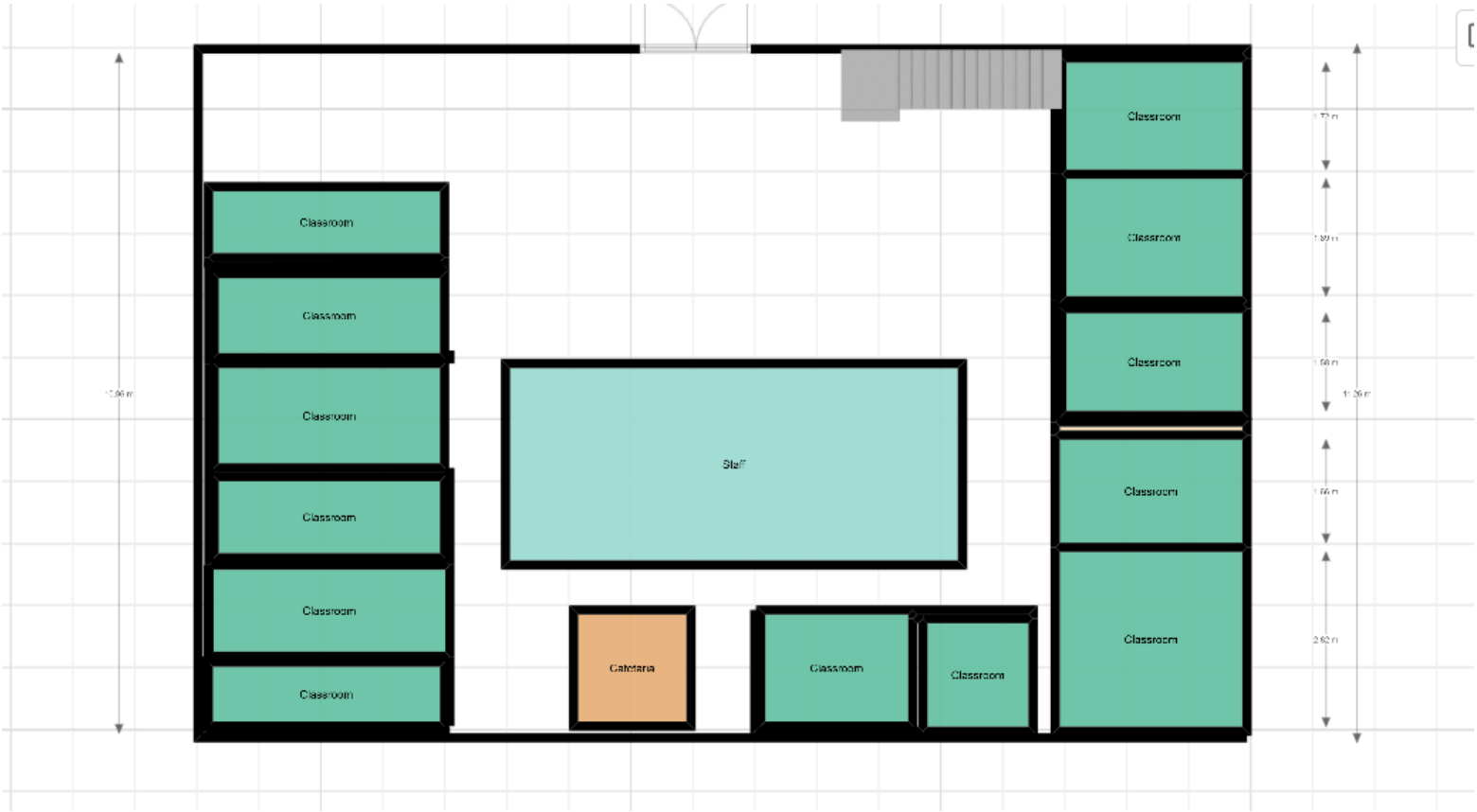
Ahora bien, la escuela cuenta con 34 salones 25 salones ocupados para clases, 5 de ellos para el taller que tienen los alumnos en segundo y tercer grado que puede ser Contabilidad, Computación, Dibujo técnico, Máquinas y Herramientas y Electricidad, 2 salones para clases de danza y música, 1 salón es para clase de tecnología, 1 biblioteca, un establecimiento de áreas verdes y uno donde se encuentra la cooperativa, un edificio donde se encuentra la dirección escolar y trabajo social así como los distintos administrativos.

La estructura de la escuela se presta para que los alumnos estén acomodados adecuadamente, los de primer grado están ubicados en el edificio que esta ubicado enfrente de la dirección escolar y esto facilita poder observarlos. Los de segundo grado están en el edificio siguiente y cuentan con un patio amplio para poder realizar más actividades, así como en el recreo algunas veces separar a los alumnos de primero y segundo grado de los de tercer grado. Los alumnos de tercer grado se encuentran en el primer edificio el cual es el más alto, y en el cual se encuentran dos de los talleres que son máquinas, herramientas y computación esto facilita su traslado en tiempo y con orden cuando es necesario.

Específicamente los estudiantes con los que se realizó la investigación de campo se encuentran localizados en el edificio de mayor accesibilidad que está entrando

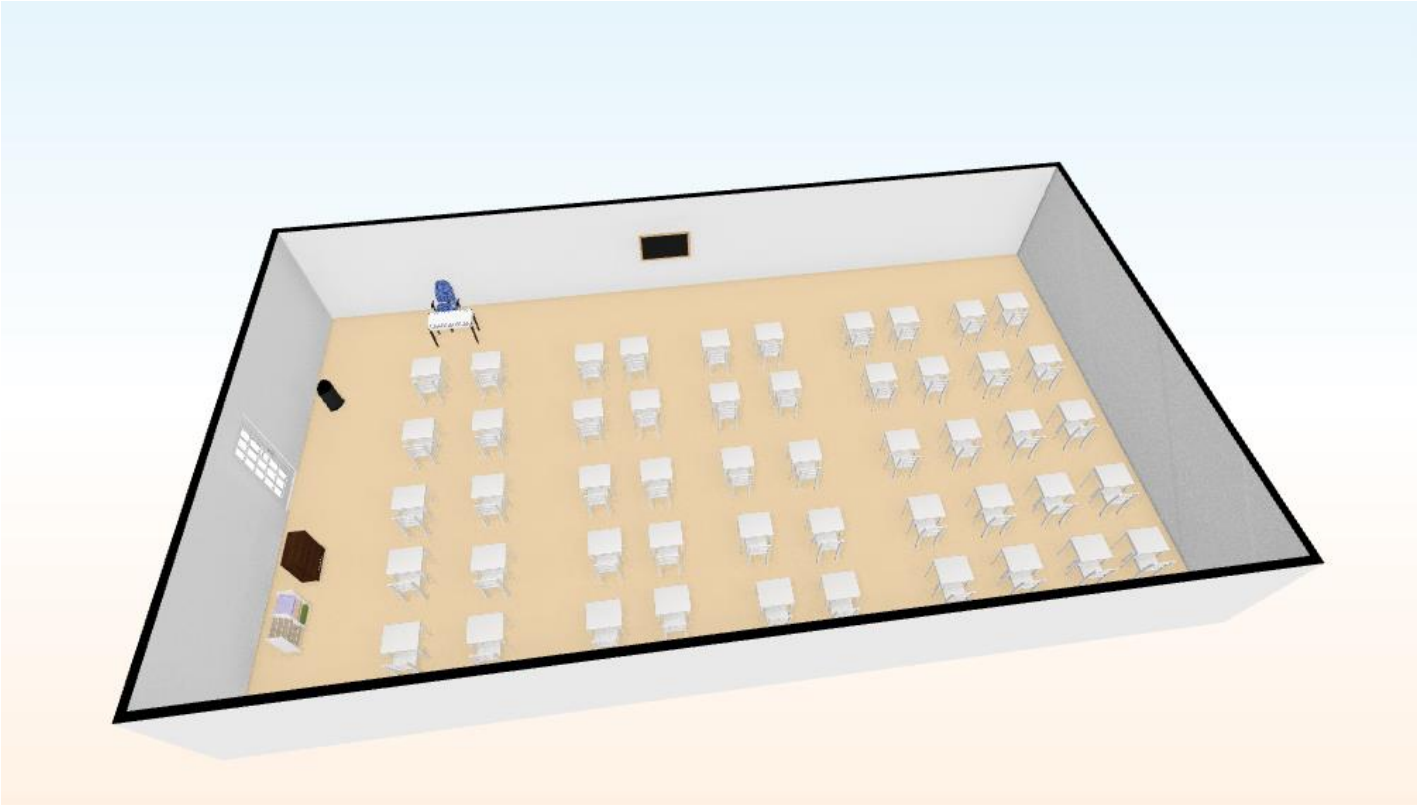
en la escuela, este es un salón de primer grado y gráficamente se encuentra ubicado dentro de la escuela de la siguiente manera.

Figura 4. Ubicación del salón dentro de la escuela



Finalmente, y como parte de la caracterización del contexto de la escuela. Se presenta la organización espacial del salón donde se llevó a cabo esta investigación de campo.

Figura 5. Panorama del salón



La organización espacial del aula, como se muestra en el mapa anterior (Véase figura 5) se describe de la siguiente manera.

En el lado derecho del salón se encuentra una pared donde los alumnos pueden poner diferentes trabajos que hacen en equipo para que sus demás compañeros los puedan ver, enfrente se encuentra el pizarrón es un pizarrón blanco de plumón y también se encuentra el escritorio del profesor.

De lado izquierdo se encuentra dos libreros donde los alumnos pueden dejar sus libros de las diferentes materias, pero también cada alumno ha dado un libro para una pequeña biblioteca del grupo, que pueden utilizar en sus tiempos libres.

El salón cuenta con 50 butacas, el grupo está conformado por 43 alumnos y las bancas que sobran se quedan libres o a veces son remplazadas por las que ya no

sirven, ya que los alumnos no les dan un cuidado adecuado a las butacas al aventarlas o jugar con ellas.

La ventilación en este salón es buena ya que tiene tres ventanas, igual la iluminación es la adecuada para los alumnos, y así poder ahorrar la energía eléctrica, el salón está en un lugar adecuado para recibir la luz solar.

Hasta este momento se ha descrito el contexto en el que se llevó a cabo la investigación de campo que finalmente se concretó en el diagnóstico que sirvió para elaborar la propuesta pedagógica, a continuación, se presentan las características de los informantes, así como su selección.

4.2 Selección y descripción de los informantes

Para llevar a cabo el diagnóstico para la elaboración de la propuesta pedagógica de este trabajo se seleccionaron los informantes con base en los siguientes criterios:

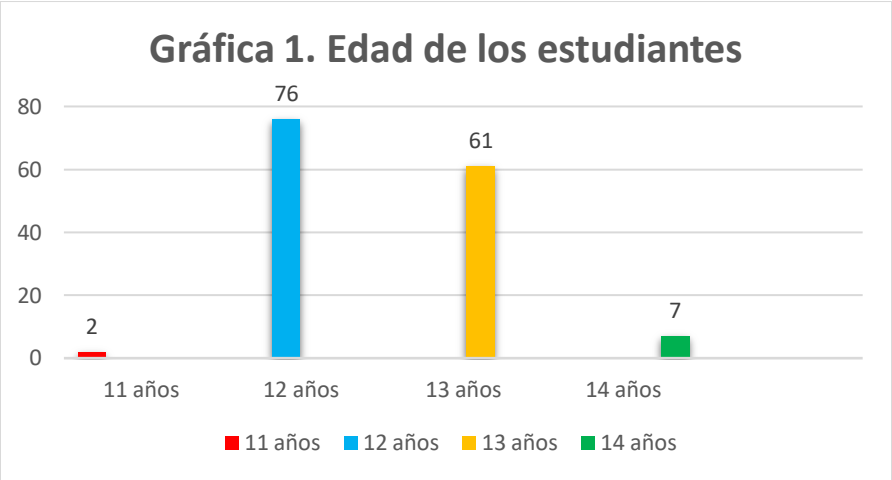
- Ser estudiante de primer grado de secundaria
- Tener entre 12 y 13 años de edad

Estos dos criterios se establecieron por las siguientes razones: se seleccionaron los tres grupos de primer grado, debido a que se encuentran en la transición de la educación primaria a la educación secundaria por lo tanto muchos estudiantes aún se encuentran en proceso de adaptación por lo que la propuesta pedagógica ayudará a que éstos se sientan de mejor manera dentro de la escuela.

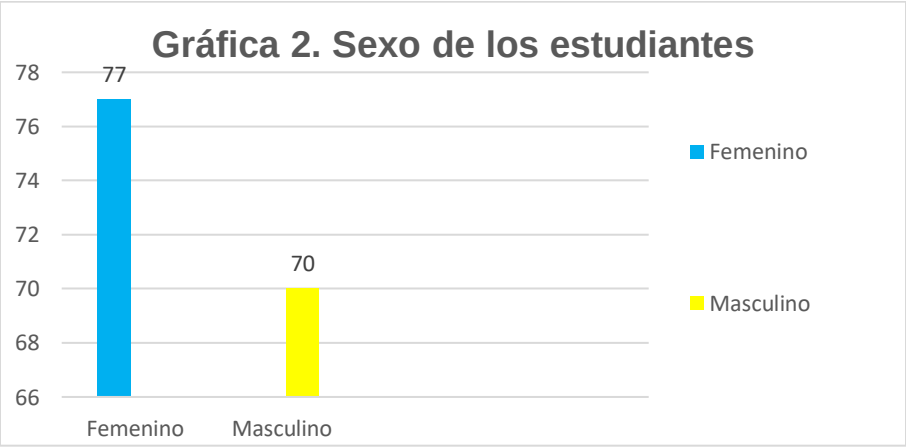
Con relación a la edad, se eligió como criterio entre los 12 y 13 años debido a que se encuentran en la adolescencia temprana y además están terminando la pubertad, por lo tanto, se considera que es la etapa más crucial dentro del periodo de la adolescencia por los cambios tan bruscos que presentan físicamente, cognitiva y emocionalmente. (Papalia, Wendkos y Duskin, 2010).

Estos dos criterios básicamente son los que fueron tomados para la selección de los informantes. Cabe señalar que el instrumento se aplicó a los grupos completos por lo tanto no se hizo distinción del género.

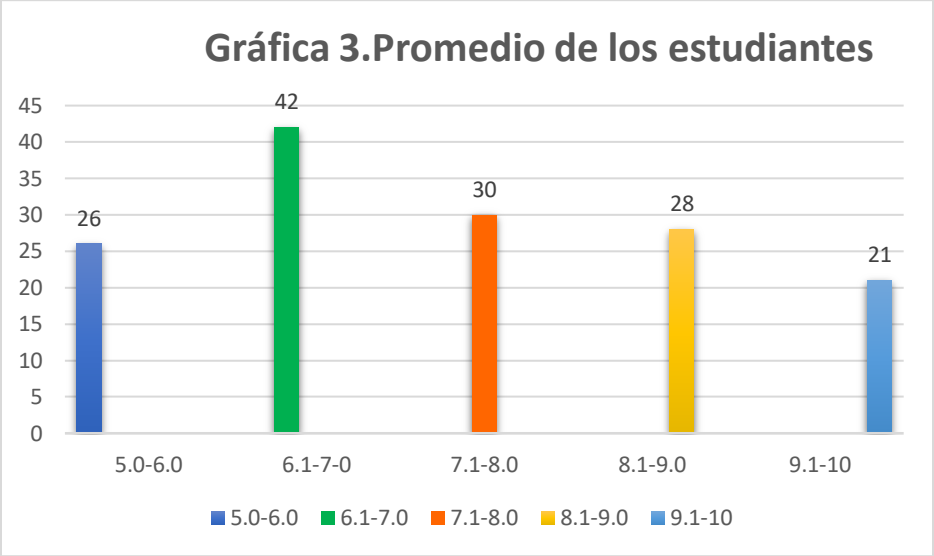
A continuación, se muestran en su totalidad las características generales de los informantes, es necesario aclarar que estas se presentan como un todo, es decir que para el análisis y la interpretación de la información no se considerará a que grupo pertenecen cada estudiante.



La gráfica 1 muestra que de los 47 estudiantes a los que se les aplicó el cuestionario la mayoría se encuentra entre los 12 y 13 años podríamos decir que la mayoría no ha reprobado alguna vez y que están en el grado de acuerdo a su edad. A esta edad siguen presente los rasgos de la niñez y la infancia, están por empezar los cambios físicos e intelectuales, se fijan mas en las cosas para hacer su propio juicio de las acciones de los demás, pues van a adquirir una identidad propia. A esta edad siguen con la ilusión de aventuras, son muy imaginativos, creativos y tienen una visión sencilla de las cosas.



La gráfica 2 muestra que en los estudiantes a los que se les aplicó el cuestionario predomina el genero femenino debido a que 77 son mujeres y 70 son hombres.



La gráfica 3 muestra que de los 147 estudiantes de primer grado de secundaria los que se les aplicó el cuestionario la mayoría tiene un promedio entre 6.1 y 7.0, esto quiere decir que la mayoría tiene un bajo rendimiento escolar, como se explicó anteriormente pueden ser muchas las causas de estos resultados, por lo cual es importante plantearse que para tener éxito académico se requiere más que fuerza física e inteligencia debe de ponerse más énfasis en el desarrollo, perfeccionamiento y adaptación de las habilidades emocionales, sociales y de comportamiento.

4.3 Estrategia metodológica

La presente investigación de campo que se concretó en un diagnostico que tuvo por objetivo reconocer y construir evidencia sobre las competencias emocionales que tienen los estudiantes de primer grado de la Escuela Secundaria Técnica 92 “Carlos Casas Campillo” con la finalidad de elaborar una propuesta pedagógica que ayude a mejorar el rendimiento académico de dichos estudiantes.

En ese sentido se optó por utilizar un método cuantitativo cuyo propósito fundamental de acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2006) es recolectar datos, medir indicadores para realizar inferencias y llevar a cabo un análisis estadístico.

De esta manera bajo este enfoque se construyó el diagnostico, mismo que no pretendió medir, sino describir las diferentes competencias emocionales que están presentes en dichos estudiantes.

Cabe aclarar que, aunque el enfoque sea cuantitativo, se llevaron a cabo análisis cualitativos, es decir que a partir de la aplicación del instrumento se establecieron relaciones cualitativas con los datos obtenidos.

Entonces, esta parte de la investigación tuvo como eje de análisis a través de la información que se recuperó a partir del cuestionario sobre las competencias emocionales del estudiante de primer grado de secundaria y su relación con el rendimiento académico.

Para realizar el fundamento teórico y poder llevar a cabo la discusión entre la información empírica y la teoría fue necesario construir tres capítulos teóricos que ayudaron a construir conceptualmente la problemática y la realidad que se aborda en todo este trabajo.

Posteriormente se llevó a cabo el diseño y aplicación de un cuestionario que ayudo a tener un acercamiento sobre la relación de las competencias emocionales con el rendimiento académico.

A partir de lo anterior, se realizó un análisis e interpretación de la información que ayudó a construir la propuesta pedagógica llamada “Aprendiendo a ser felices y a compartirlo con los demás”, la cual está dirigida a estudiantes y tiene la intención de potenciar su rendimiento académico.

Finalmente, con base en la discusión de la teoría y con la información empírica se derivaron conclusiones que reflexionan y aportan conocimiento sobre la importancia de incorporar la educación emocional dentro de la educación secundaria con el

propósito de mejorar la educación que se imparte dentro de las aulas de dicho nivel y así elevar el rendimiento académico.

Una vez que se ha explicado las características de manera general, así como la estrategia metodológica de esta propuesta pedagógica a continuación se describe el instrumento que fue aplicado para el desarrollo de la propuesta ya mencionada.

4.3.1 Descripción del instrumento

En la primera parte del cuestionario se ubican los datos personales del estudiante, éstos tienen como fin recuperar sus características y a la vez conocer su rendimiento académico, que en este caso es el promedio bimestral que han obtenido hasta ahora, estos son:

- Edad
- Sexo
- Grado
- Promedio actual

Para la elaboración de los ítems que compone el cuestionario se consideraron las competencias emocionales planteadas por la educación emocional, así mismo se tomó como base el instrumento por el Mtro. Paulo Cesar Deveaux González de la Universidad Pedagógica Nacional, quien trabaja e investiga la relación de la dimensión afectiva de los procesos de aprendizaje de sus estudiantes.

Las categorías de análisis que contiene el cuestionario son las siguientes:

Conciencia Emocional (CE): Esta categoría hace referencia al conocimiento de si mismo, en otras palabras, ayuda a saber el conocimiento que tiene un estudiante sobre lo que piensa y siente dentro y fuera del contexto escolar.

Autonomía Personal (AP): Hace referencia a la autogestión que tiene un estudiante para resolver un problema dentro y fuera del contexto escolar.

Regulación Emocional (RE): Muestra la manera en cómo el estudiante resuelve problemáticas a partir de su comportamiento.

Inteligencia Interpersonal (Ii): Consiste en conocer en el estudiante la manera en cómo establece las relaciones interpersonales dentro del aula escolar.

Habilidades de Vida y Bienestar (HVB): Hace referencia y ayuda a conocer sobre las habilidades que tiene un estudiante para resolver problemas y a la vez evitarlos para que pueda vivir mejor dentro y fuera del contexto escolar.

Para poder construir evidencia sobre las competencias anteriores se elaboraron preguntas cerradas con opciones de respuesta en escala, mismas que les da la oportunidad de reflexionar e identificar las diferentes situaciones a las que se enfrentan en su vida.

A partir de lo anterior, el cuestionario se concretó en 15 preguntas cerradas con sus respectivas opciones de respuesta (Véase anexo 1). A continuación, se presenta en un esquema las relaciones entre las categorías de estudio y los indicadores para conocerlas:

Categoría	Indicador
	1. Al sufrir cambios emocionales, tú: ➢ Sabes qué es lo que sientes ➢ Comprendes claramente lo que sientes a partir de lo que sucede. ➢ Estás dispuesto a compartir tu sentir con los demás. **2. Al preguntarte qué sientes tu al ser estudiante:** ➢ Puedes identificar fácilmente lo que sientes a partir de dicha pregunta. ➢ Entiendes lo que sientes y puedes explicarlo. ➢ Tienes la disposición para compartir tu sentir.

Conciencia Emocional	**3. Como estudiante de primer grado de secundaria tu consideras que:** ➢ Tus emociones son importantes al momento en el que estás aprendiendo. ➢ Puedes identificar tus emociones al momento de aprender. ➢ Tienes la disponibilidad para compartir lo que sientes al momento en el que estás aprendiendo algo.
Autonomía Personal	**4. . En tu vida cotidiana cada vez que se te presenta un problema, tú:** ➢ Sabes cómo resolver la problemática. ➢ Buscas diferentes maneras para resolver la problemática. ➢ Tienes actitud positiva para resolver la problemática. **5. En los periodos de evaluación, tú:** ➢ Identificas tus habilidades y conocimientos para acreditar todas tus asignaturas. ➢ Planeas la manera en cómo estudiarás para acreditar las materias. ➢ Tienes una actitud positiva para enfrentar las evaluaciones. **6. Cuando una clase te parece aburrida y la explicación del profesor no es clara, tú:** ➢ Sabes que tienes que seguir entrando a la clase para acreditar la asignatura. ➢ Buscas maneras para no estar aburrido y entender los contenidos que se están estudiando. ➢ Te automotivas para seguir cursando la materia.

Regulación Emocional	**7. Cuando planeas algo, las cosas se te complican y no te sale como lo esperabas, tú:** ➢ Sabes qué hacer en ese momento. ➢ Buscas la manera de que se cumpla lo que esperabas. ➢ Actúas positivamente ante la situación. **8. Si un profesor tiene una actitud negativa y descalifica tus participaciones, tú:** ➢ Sabes mantener la calma. ➢ Buscas la manera de sentirte bien. ➢ Tienes disponibilidad para continuar la clase con actitud positiva. **9. Si te encuentras en medio de una discusión entre tus compañeros, tú:** ➢ Identificas fácilmente la problemática que origino la discusión. ➢ Buscas la manera para resolver la problemática. ➢ Tienes la disponibilidad para resolver la problemática.
Inteligencia Interpersonal	**10. Si te encuentras ante un problema con tus amigos que tú mismo provocaste, tú:** ➢ Sabes y reconoces fácilmente que tu cometiste el error. ➢ Buscas la manera de resolver el problema. ➢ Muestras disponibilidad para resolver el problema. **11. Cuando tienes que trabajar una tarea en equipo, tú:** ➢ Identificas tus habilidades académicas para colaborar en el equipo. ➢ Buscas la manera para integrarte adecuadamente.

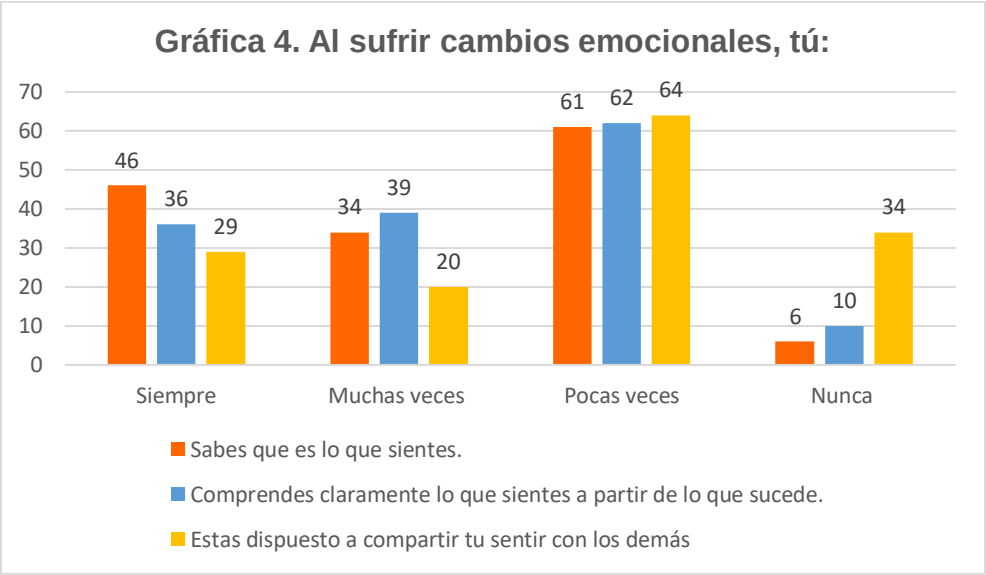
	➢ Tienes actitud positiva para colaborar en la tarea. **12. Cuando tienes algún problema con tu familia, amigos y/o pareja, tú:** ➢ Sabes claramente las razones que originaron la problemática. ➢ Buscas la manera de resolver la problemática adecuadamente. ➢ Tienes disponibilidad para resolver la problemática.
Habilidades de Vida y Bienestar	**13. En las actividades más importantes que realizas todos los días, tú:** ➢ Sabes cómo te sientes cuando las llevas acabo. ➢ Buscas la mejor manera para realizarlas ➢ Tienes actitud positiva para realizarlas, aunque no te guste. **14. Cuando te planteas un objetivo, tú:** ➢ Sabes que acciones tienes que realizar para alcanzarlo. ➢ Planeas estrategias para alcanzarlo. ➢ Mantienes una actitud positiva para alcanzarlo. **15. Al terminar tu educación secundaria, tú:** ➢ Sabes claramente que vas hacer en tu vida y te plantearas nuevos objetivos. ➢ Buscaras la manera de lograr lo que quieres. ➢ Tendrás actitud positiva para lograr lo que quieres.

El esquema que se acaba de presentar muestra las categorías de análisis y los indicadores que se utilizaron para su estudio, a continuación, se explica y se muestra la descripción y el análisis de la información de la aplicación del cuestionario.

4.4 Presentación y análisis de la información (Diagnóstico)

A continuación, se presenta la descripción y el análisis de la información obtenida de la aplicación del cuestionario.

Competencia: Conciencia Emocional

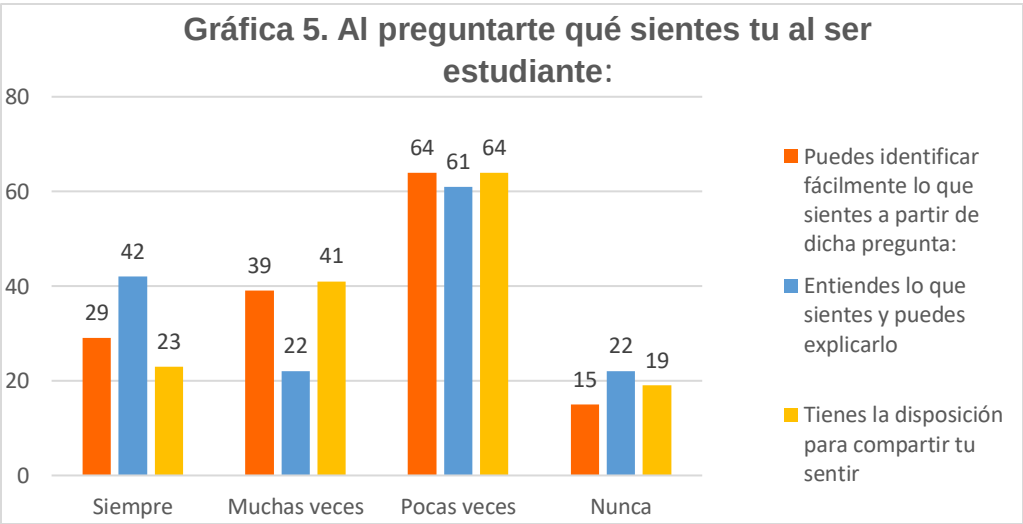


Descripción:

La gráfica 4 muestra que al preguntarle a 4 grupos de primero de secundaria con un total de 147 estudiantes sobre si saben que sienten: 80 de ellos considerando las categorías “Muchas veces” y “Siempre” si saben identificar qué es lo que sienten, 61 estudiantes respondieron saber “Pocas veces” lo que sienten y 6 de ellos “Nunca” identifican lo que sienten; considerando las mismas categorías 75 estudiantes comprenden su sentir y 61 estudiantes “Pocas veces” y 10 estudiantes “Nunca” comprenden lo que sienten, a sí mismo 49 de ellos considerando las categorías “Muchas veces” y “Siempre” están dispuestos a compartirlos, 64 estudiantes “Pocas veces” compartirían su sentir y 34 “Nunca” lo compartirían.

Análisis:

Los 147 estudiantes de 4 grupos de primer grado de la secundaria técnica 92 “Carlos Casas Campillo” se puede decir que la mayoría de los estudiantes sabe identificar lo que siente; sus emociones, así como sus sentimientos y por consecuente comprenden claramente lo que sienten a partir de lo que sucede; en otras palabras puede deducirse que llevan a cabo una práctica consiente de sus emociones que mejore la adaptación a los problemas y desafíos de cada día, aunque la mayoría indica que no está dispuesto a compartir su sentir con los demás entonces esos estudiantes que no están dispuestos a compartir lo que sienten, tienen que desarrollar la capacidad de adquirir una autentica conciencia emocional donde desde niños puedan reflexionar sobre sus emociones y darles nombres, que les permita ser más competentes socialmente y sobre todo académicamente.



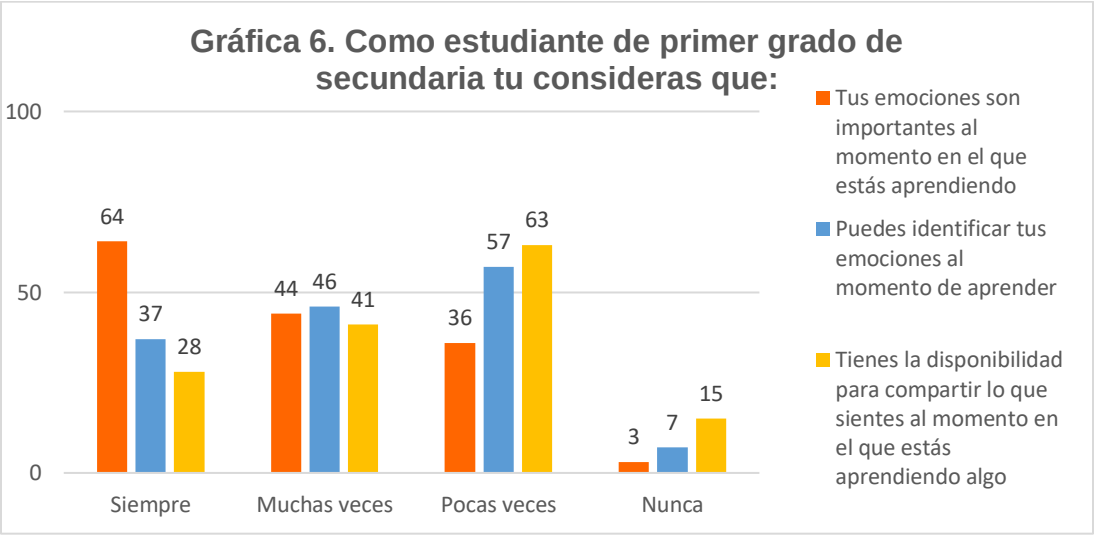
Descripción:

La gráfica 5 muestra que de los 147 estudiantes; 29 estudiantes “Siempre” pueden identificar cómo se sienten al ser estudiantes, 39 de ellos “Muchas veces” lo identifican, aunque 64 estudiantes “Pocas veces” pueden identificarlo y 15 “Nunca” los han identificado; a sí mismo 42 estudiantes “Siempre” entienden y explican su sentir, 22 de ellos “Muchas veces”, 61 estudiantes “Pocas veces” entienden lo que sienten y pueden explicarlo y 22 estudiantes dicen “Nunca” entender lo que sienten

y tampoco poder explicarlo, finalmente 64 estudiantes considerando las categorías “Siempre” y “Muchas veces” tienen la disposición para compartir su sentir; al igual 64 estudiantes “Pocas veces” tienen la disposición para compartir su sentir y 19 “Nunca” han tenido disposición para compartir su sentir.

Análisis:

Con lo anterior se puede decir que, a los estudiantes no les es fácil identificar lo que sienten cuando se preguntan qué es ser estudiante de primer grado de secundaria, ya que no son emocionalmente consientes, no se percatan con precisión de sus sentimientos, por ende no saben cómo impactan sus emociones en su pensamiento y comportamiento escolar, por lo tanto les es difícil entender y explicar lo que sienten, encontrar las causas de sus estados emocionales y aprender a usarlos a su favor, así como tampoco están en disposición de compartir lo que sienten por pena o miedo o porque piensan que ellos son los únicos que pueden estar pasando por esa situación.



Descripción:

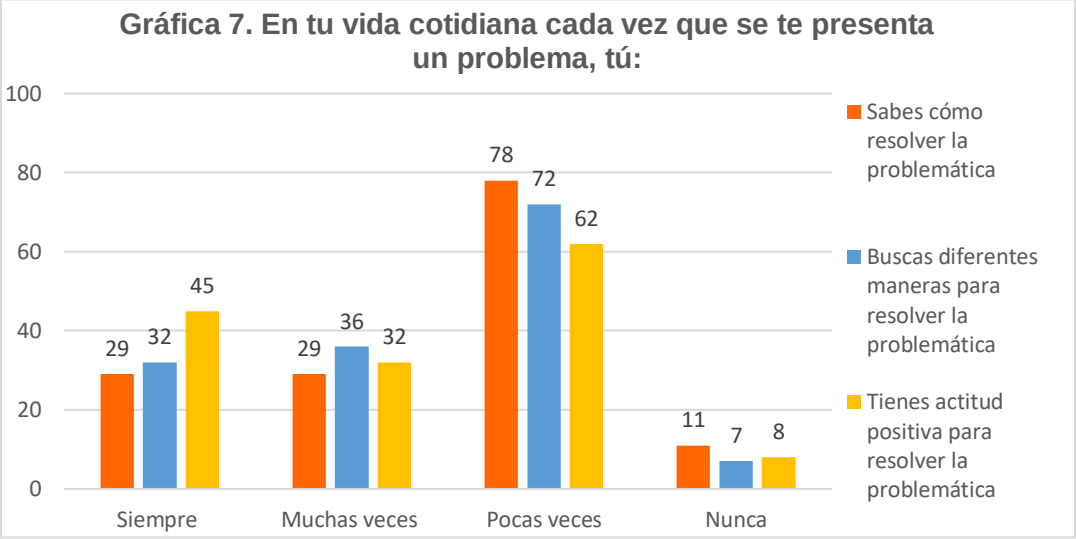
La gráfica 6 muestra que de los 147 estudiantes; 108 indican que sus emociones son importantes al momento en el que están aprendiendo, esto al considerar las

categorías “Siempre” y “Muchas veces”, a sí mismo 36 estudiantes consideran que “Pocas veces” sus emociones son importantes al momento de aprender y 3 de ellos dicen “Nunca” considerar importantes sus emociones en dicho momento; de este modo 83 estudiantes pueden identificar sus emociones al momento de aprender, considerando las categorías “Siempre” y “Muchas veces”; 57 de ellos “Pocas veces” pueden identificarlas y 7 de ellos “ Nunca” identifican sus emociones cuando están aprendiendo. Finalmente 69 estudiantes tienen la disponibilidad para compartir su sentir en dicho momento, esto al considerar las categorías “Siempre” y “Muchas veces”; 63 estudiantes consideran que “Pocas veces” tienen disponibilidad y 15 estudiantes dicen “Nunca” tener disponibilidad de compartir su sentir cuando están aprendiendo algo.

Análisis:

Con respecto a la gráfica anterior, puede decirse que los estudiantes de secundaria consideran que sus emociones son importantes en el momento que están aprendiendo, debido a que perciben sus estados emocionales, en ese sentido ponen atención a su sentir, además de haberlas detectado al momento de aprender, ya que pudieran ser muchas y algunas con mayor intensidad, debido a esto es importante detectarlas en el momento que aparecen con poca intensidad para poder controlarlas, aunque esto se complica debido a que los alumnos indican no tener disponibilidad para compartirlas al momento en el que están aprendiendo algo ya que están muy poco acostumbrados a hacerlo.

Competencia: Autonomía Personal



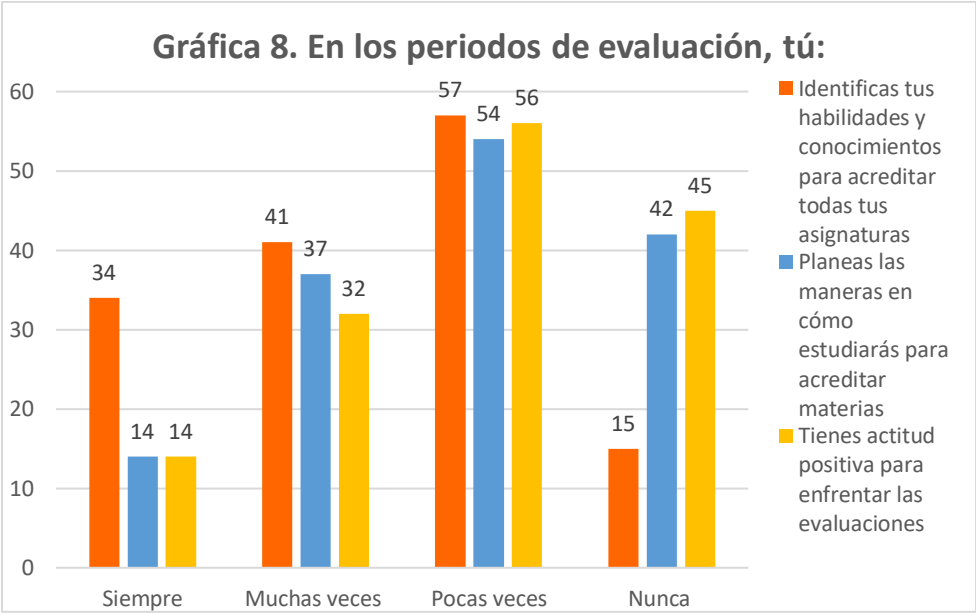
Descripción:

La gráfica 7 muestra que de los 147 estudiantes; 58 de ellos saben cómo resolver una problemática tomando en cuenta las categorías “Siempre” y “Muchas veces”, aunque 78 estudiantes consideran que “Pocas veces” saben cómo resolver la problemática y 11 estudiantes “Nunca” saben cómo resolver un problema. Siguiendo con la misma pregunta 68 de ellos buscan diferentes maneras para resolver el problema, considerando las dos primeras categorías; 72 alumnos “Pocas veces” buscan maneras de resolver y 7 estudiantes “Nunca” buscan maneras de resolver un problema. Finalmente 77 estudiantes del total tienen una actitud positiva para resolver la problemática; 62 de ellos “Pocas veces” tienen actitud positiva y 8 estudiantes dicen “Nunca” sentirse con actitud positiva ante un problema.

Análisis:

Con los resultados de la gráfica anterior puede verse que los estudiantes de primer grado de secundaria de dicha escuela, en la competencia de autonomía personal, consideran que pocas veces saben cómo resolver un problema pues a esta edad les hace falta responsabilidad sobre las acciones que realizan, están en una transición de niños a adultos que puede verse una necesidad por desarrollar esta

competencia, así mismo se encuentra relacionada con la competencia de conciencia emocional debido a que al identificar y hablar de las propias emociones se incrementa la capacidad de control ante una situación y búsqueda de soluciones de problemas que igual los alumnos consideran pocas veces tener, de igual manera dicen no siempre tener una actitud positiva para resolver un problema, con esto debemos tomar en cuenta que la búsqueda de una autonomía personal ayude a que los estudiantes puedan resolver problemas debe ser a través de la interacción social.



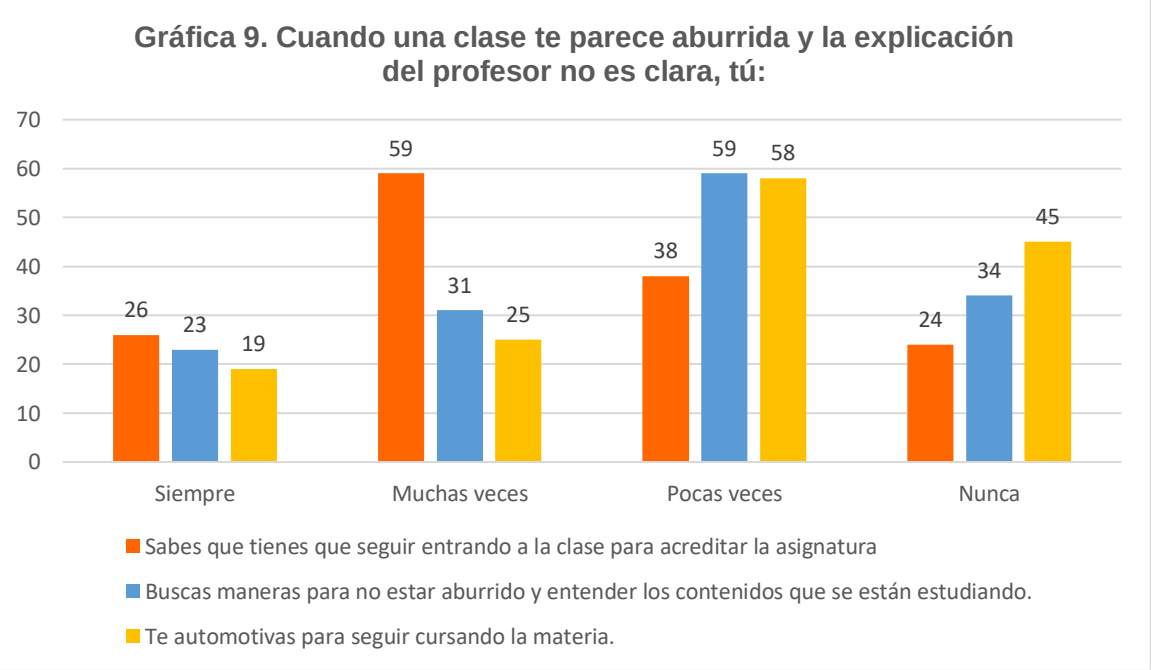
Descripción:

La gráfica 8 muestra que de los 147 estudiantes; 34 estudiantes “Siempre” identifican sus habilidades y conocimientos para acreditar las asignaturas, de ellos 41 estudiantes “Muchas veces” las identifican; mientras que 57 de ellos “Pocas veces” las identifican y 15 estudiantes “Nunca” las identifican. De esta manera 14 estudiantes dicen “Siempre” planear la manera en cómo estudian para acreditar la materia”; 37 estudiantes “Muchas veces” planean como estudiar, 54 estudiantes “Pocas veces” planean como estudiar y 42 estudiantes “Nunca” planean como estudiar para acreditar las materias. De los mismos estudiantes 14 tienen una actitud positiva “Siempre”; 32 de ellos “Muchas veces”, 56 “Pocas veces” tienen una

actitud positiva y 45 estudiantes dicen “Nunca” tener una actitud positiva para enfrentar las evaluaciones.

Análisis:

Con respecto a la gráfica 8 podemos decir que los estudiantes a los que se les fue aplicado este cuestionario, en el cual se ve reflejado con mayor frecuencia la categoría “Pocas veces”, consideran poco importante los periodos de evaluación, en el cual no les es fácil identificar sus habilidades y conocimientos para acreditar las asignaturas, así como también no se toman tiempo para planear la manera en cómo estudiar y tampoco sienten tener una actitud positiva para enfrentar dicho proceso.



Descripción:

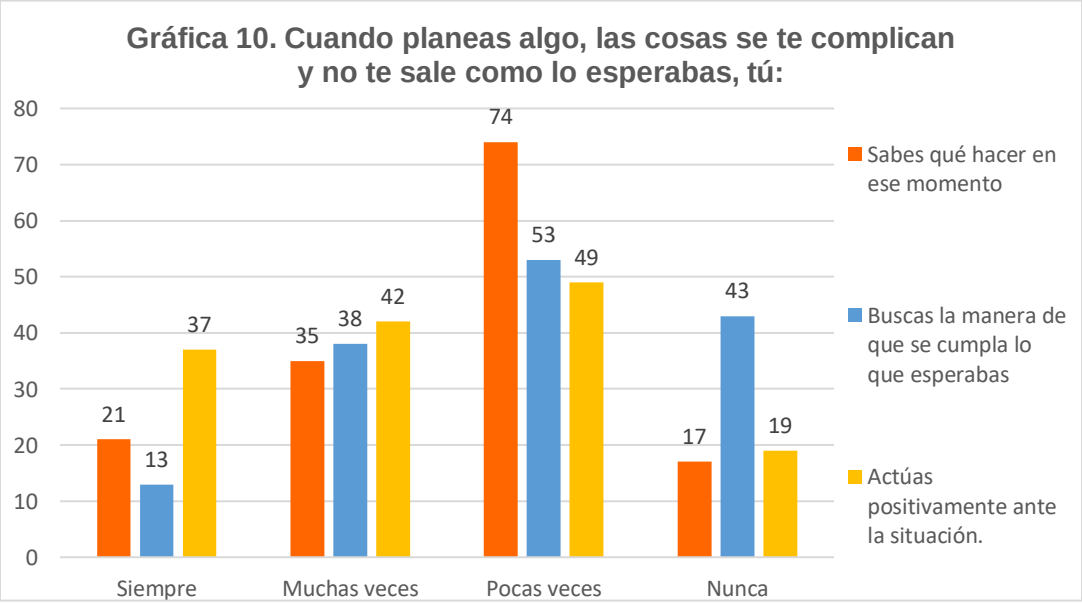
La gráfica 9 muestra que de los 147 estudiantes; 85 de ellos, aunque la clase les parezca aburrida, saben que tienen que seguir entrando; tomando en cuenta las categorías “Siempre” y “Muchas veces”, 38 estudiantes “Pocas veces” saben que tienen que seguir entrando y 24 “Nunca” saben que tienen que seguir entrando a la clase para acreditar la asignatura. Así mismo, 54 de los alumnos buscan maneras para no estar aburridos y entender los contenidos que están estudiando, aunque 59

estudiantes dicen que “Pocas veces” buscan maneras de entender y 34 de ellos “Nunca” buscan dichas maneras. Finalmente 44 estudiantes se automotivan para seguir cursando la materia; considerando las categorías “Siempre” y “Muchas veces”, 58 estudiantes Pocas veces” se automotivan y 45 estudiantes “Nunca” se automotivan para seguir cursando una materia que les parezca aburrida y la explicación del profesor no es clara.

Análisis:

Con los resultados de la gráfica anterior, se ve reflejado que la mayoría de los estudiantes entiende que tienen que seguir cumpliendo con asistir a clases para acreditar la asignatura, tienen que asumir la responsabilidad en cada toma de decisiones y saben que tienen que no acreditar la materia les puede traer problemas, aunque en el sentido de tener una actitud positiva no la llevan a cabo pues la mayoría dice no buscar maneras para no estar aburridos en clase, y de esta manera sin una actitud positiva no pueden automotivarse para poder acreditar con una buena calificación la asignatura, cuando podrían buscar ayuda y recursos que los lleven a cumplir sus objetivos.

Competencia: Regulación emocional

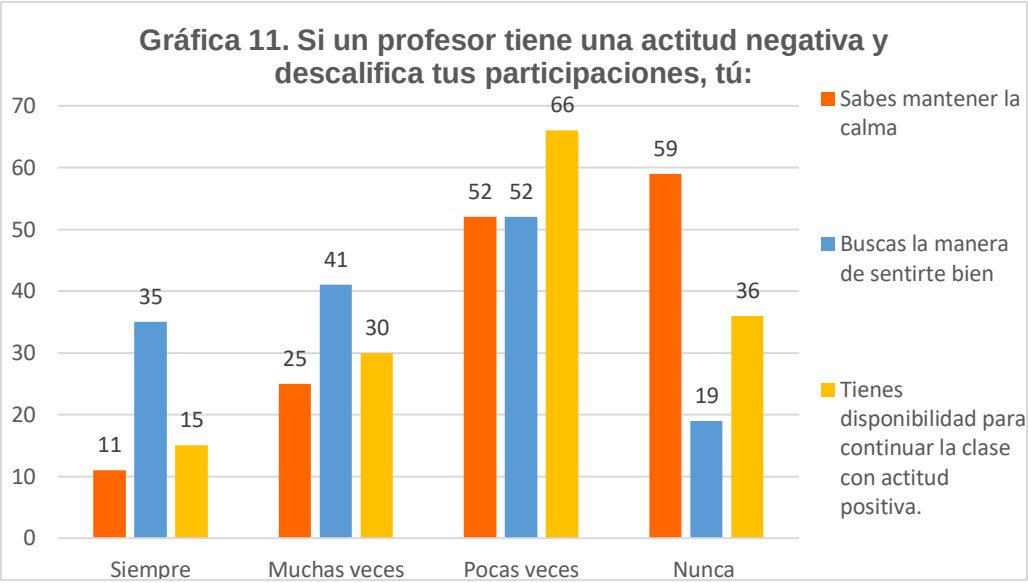


Descripción:

La gráfica 10 muestra que de 147 estudiantes; 56 estudiantes saben qué hacer cuando planean algo y las cosas se les complican y no salen como lo esperaban; esto considerando las categorías “Siempre” y “Muchas veces”, 74 estudiantes consideran saber que hacer “Pocas veces” y 17 de ellos dicen “Nunca” saber qué hacer en un momento así. De esta manera 51 estudiantes buscan que se cumpla lo que tenían planeado; esto considerando las categorías “Siempre” y “Muchas veces”, 53 estudiantes “Pocas veces” buscas que se cumpla y 43 estudiantes “Nunca” buscan que se cumplan lo que tenían planeado. Así mismo, 79 estudiantes actúan positivamente ante dicha situación; considerando las categorías “Siempre” y “Muchas veces”, 49 estudiantes “Pocas veces” actúan positivamente y 19 de ellos, “Nunca” actúan positivamente cuando algo se les complica y no sale como lo tenían planeado.

Análisis:

La regulación emocional es la destreza de manejar las emociones de forma apropiada ante situaciones de conflicto, en la gráfica 10 podemos ver que los estudiantes consideran que cuando planean algo y las cosas se complican y no les sale como lo esperaban “Pocas veces” saben que hacer, lo cual deja ver que no poseen dicha competencia, ante un contexto cambiante no saben cómo afrontarlo, no poseen una capacidad para autogenerar emociones positivas que los ayude a afrontar dicho cambio, y así pueda tener un impacto significativo sobre la calidad de las interacciones sociales que vengan a futuro. En un nivel de comprensión de la propia expresión emocional también puede influir en otros, es necesario tener esto en cuenta en la forma de presentarse a uno mismo.



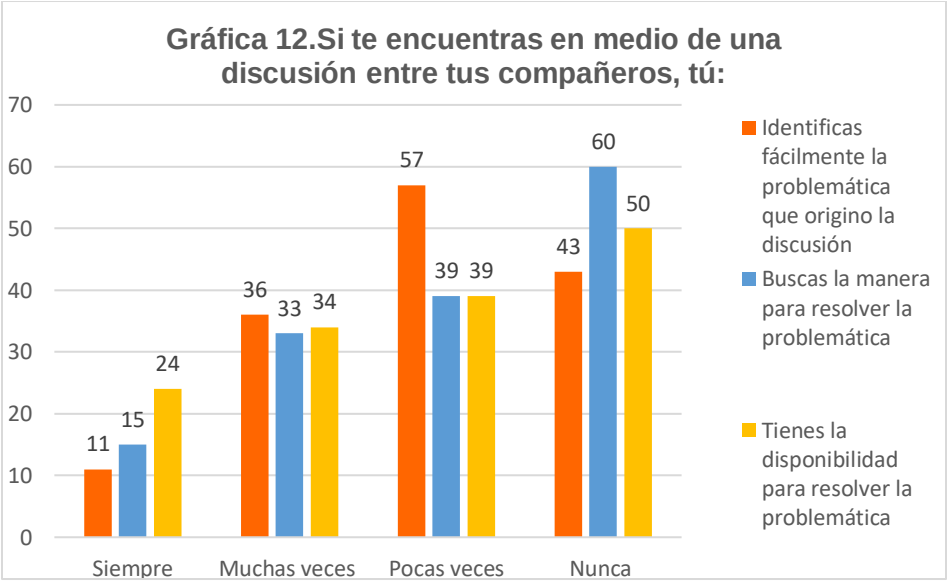
Descripción:

La gráfica 11 muestra que de un total de 147 estudiantes a los que se les aplicó el diagnóstico, 36 estudiantes dicen mantener la calma si un profesor tiene una actitud negativa y descalifica sus participaciones; esto tomando en cuenta las categorías “Siempre” y “Muchas veces”, 52 estudiantes “Pocas veces” consideran mantener la calma y 59 de ellos, dicen “Nunca” mantener la calma ante una situación así. De los mismos 76 estudiantes buscan la manera de sentirse bien ante esta situación; considerando las categorías “Siempre y Muchas veces”, 52 estudiantes “Pocas veces” buscan la manera de sentirse bien y 15 “Nunca” buscan la manera de sentirse bien ante una actitud negativa del profesor donde descalifique su participación. Finalmente 45 estudiantes tienen disponibilidad para continuar la clase con actitud positiva; esto considerando las categorías “Siempre” y “Muchas veces”, 66 estudiantes dicen “Pocas veces” tener actitud positiva ante esta situación y 36 consideran “Nunca” tener actitud positiva.

Análisis:

Existe una gran necesidad de que los profesionales de la educación trabajen las emociones en las diferentes etapas educativas, sobre todo en los primeros años de la adolescencia pero esto no es posible si el profesor no está capacitado y entonces el profesor puede no tener en cuenta que los alumnos tienen diferentes cambios

emocionales que como vimos anteriormente no saben regular sus emociones, se hace un choque entre las emociones del profesor y los alumnos lo que conlleva a que pudiera tener el profesor una actitud negativa y en algunos casos descalifique la participación de los alumnos, esto puede ser porque son grupos de aproximadamente 35 a 40 alumnos y el profesor tiene que ponerle la misma atención y dar la clase en un tiempo determinado lo cual esto lleva a cuestionar a los alumnos sobre cómo actúan ante esta situación, lo que podemos apreciar en la gráfica es que los estudiantes dicen no saber mantener la calma ante una situación así, aunque podemos ver que la mayoría tiene una actitud positiva ante esta situación pues buscaría la manera de sentirse bien de igual forma eso no sería suficiente pues la mayoría no tendría la disponibilidad para continuar la clase. En la dimensión de autoconciencia es importante que el maestro reconozca sus fortalezas y debilidades, confíe en sus capacidades y controle la expresión de sus estados emocionales.



Descripción:

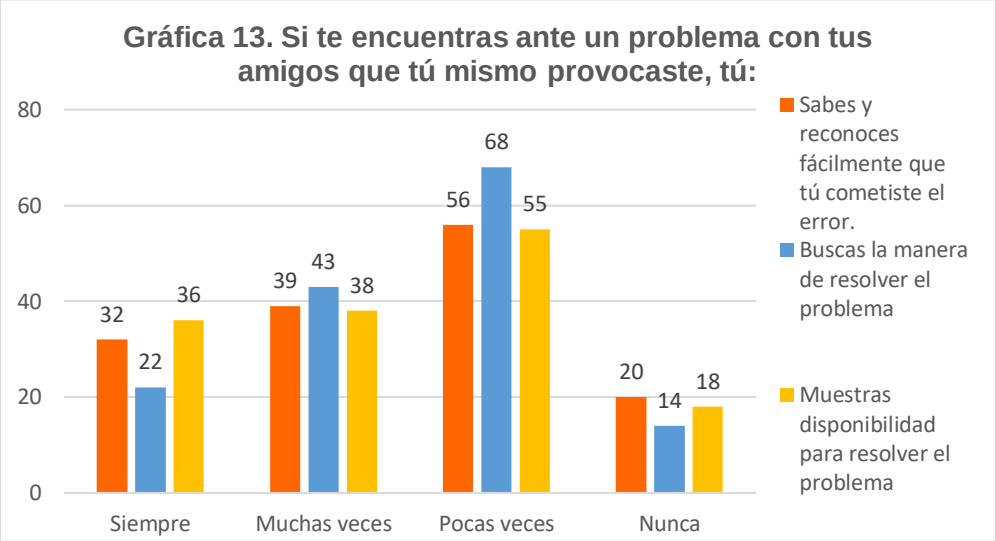
La gráfica 12 muestra que, de los 147 estudiantes, 47 identifican fácilmente la problemática que originó su discusión entre sus compañeros; esto considerando las categorías “Siempre” y “Muchas veces”, 57 de ellos dicen “Pocas veces” saber la causa y 43 estudiantes creen “Nunca” saber la causa. De los mismos estudiantes

48 estudiantes buscarían la manera para resolver el problema; igual considerando las categorías “Siempre” y “Muchas veces”, 39 estudiantes “Pocas veces” buscarían resolver el problema y 60 estudiantes “Nunca” buscarían la manera de resolver el problema entre sus compañeros. Finalmente 56 estudiantes tienen la disponibilidad para resolver la problemática; esto considerando las categorías “Siempre” y “Muchas veces”, así mismo 39 estudiantes “Pocas veces” tienen la disponibilidad para resolver el problema y 50 estudiantes “Nunca” tienen disponibilidad para resolver dicho problema.

Análisis:

Los alumnos de primer grado a los cuales se les aplicó el cuestionario consideran que ante una discusión entre sus compañeros ellos no podrían identificar fácilmente la problemática, pues identifican sus emociones, pero les es difícil identificar las emociones de los demás, la manera de interrelacionarse y las diferencias individuales en los aspectos cognitivos y emocionales no están bien establecidos. Al igual que dicen pocas veces buscar la manera de resolver el problema, ya que una experiencia emocional negativa por parte de sus compañeros con un aumento de impulsividad y falta de control puede resultar preocupante porque podría llegar a generar comportamientos violentos, no son conscientes de lo que pueda generar dicha situación, se deslindan de la responsabilidad que pudieran tener y no tienen disponibilidad para participar en resolver el problema.

Competencia: Inteligencia Interpersonal



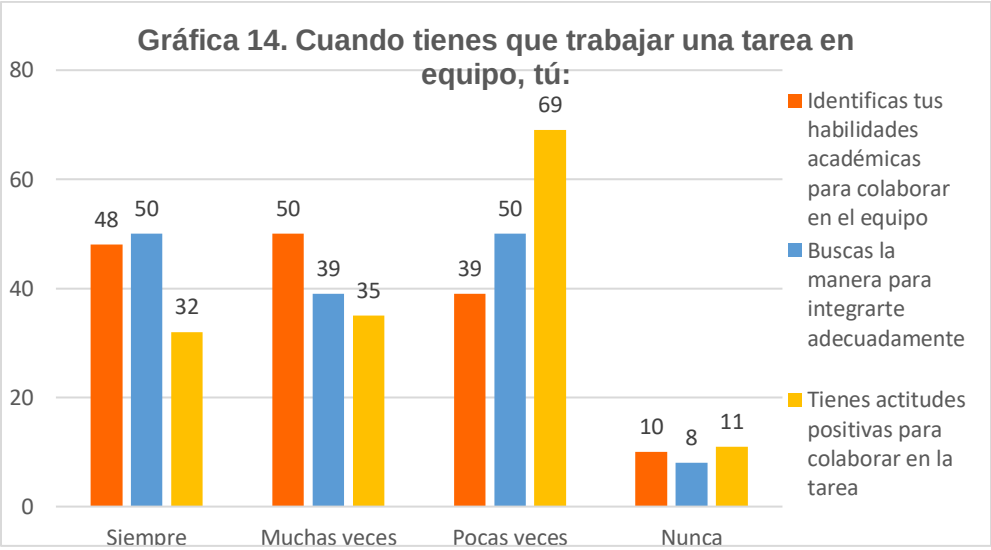
Descripción:

La gráfica 13 muestra que de los 147 estudiantes a los que se les aplicó el cuestionario, 32 estudiantes saben y reconocen “Siempre” cuando comenten un error, 39 estudiantes lo saben “Muchas veces, 56 estudiantes consideran que “Pocas veces” saben reconocer un error que cometieron y 20 estudiantes dicen “Nunca” reconocer sus errores. En la misma gráfica podemos ver 65 estudiantes buscarían la manera de resolver el problema; esto considerando las categorías “Siempre” y “Muchas veces”, 68 estudiantes “Pocas veces” buscarían la manera de resolver el problema y 14 estudiantes “Nunca” estarían dispuestos resolver el problema. Finalmente 36 estudiantes “Siempre” mostrarían disponibilidad para resolver el problema, 38 estudiantes “Muchas veces” tendrían disponibilidad para resolver el problema, 55 del total dicen “Pocas veces” mostrar disponibilidad para resolver el problema y 18 estudiantes “Nuca” mostrarían disponibilidad para resolver el problema provocado por ellos.

Análisis:

3.1. En esta gráfica podemos observar que a los estudiantes les hace falta trabajar la competencia de inteligencia interpersonal, carecen de habilidades para identificar y sobre todo afrontar conflictos sociales y problemas interpersonales

en la gráfica podemos ver que pocas veces se detiene a realizar una evaluación de sus acciones y los riesgos que pudieran generar, al igual que pocas veces buscan la manera de resolver el problema, se deslindan de las responsabilidades pues un conflicto les puede traer problemas en la convivencia con los demás, interesarse por los demás en la comunicación verbal como en la no verbal para percibir los mensajes con precisión les ayudaría en su vida escolar.

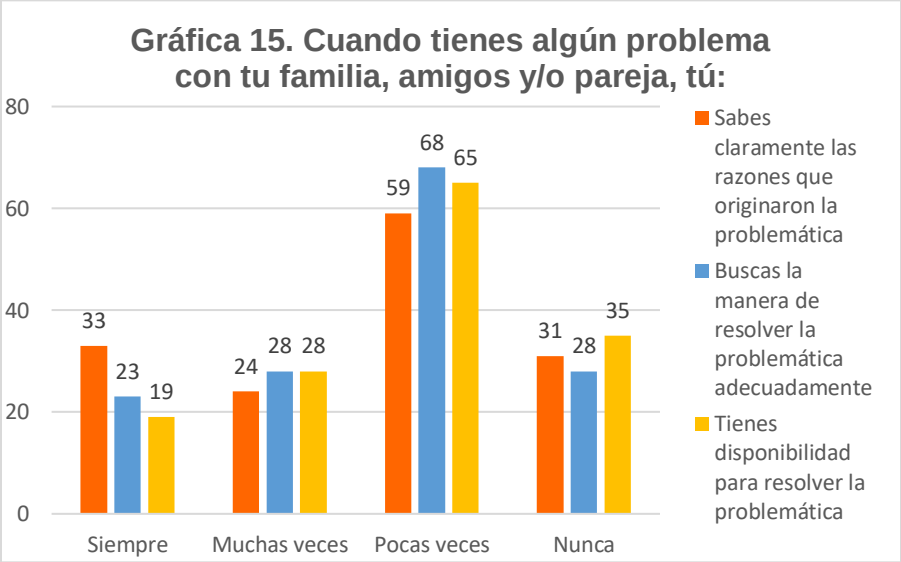


Descripción:

La gráfica 14 muestra que, de los 147 estudiantes, 98 estudiantes identifican sus habilidades académicas cuando tienen que trabajar una tarea en equipo; esto considerando las categorías “Siempre” y “Muchas veces”, 69 estudiantes “Pocas veces” identifican sus habilidades y 10 “Nunca”. Así mismo, 89 estudiantes buscan la manera para integrarse adecuadamente; esto considerando las categorías “Siempre y “Muchas veces”, 50 “Pocas veces” buscan integrarse y 8 “Nunca” se integran en alguna tarea en equipo. Finalmente 67 estudiantes tienen actitud positiva para colaborar en la tarea, 69 “Pocas veces” y 11 estudiantes “Nunca” tienen actitud positiva para colaborar en una tarea en equipo.

Análisis:

A los alumnos de primer grado de educación secundaria a los cuales se les aplicó el cuestionario, la mayoría considera poder identificar sus habilidades académicas para colaborar en equipo, pueden entender lo que sienten, lo que piensan y de alguna manera lo que actúan y en consecuencia lograr un equilibrio para que sus habilidades se reconozcan y se valoren, tienen un impulso de logro y de iniciativa, que se ve acompañado por un compromiso que hay en el equipo de realizar dicha tarea, falta desarrollar la capacidad para mantener una actitud amable y de respeto hacia los demás, así como compartir en situaciones didácticas y de grupo.



Descripción:

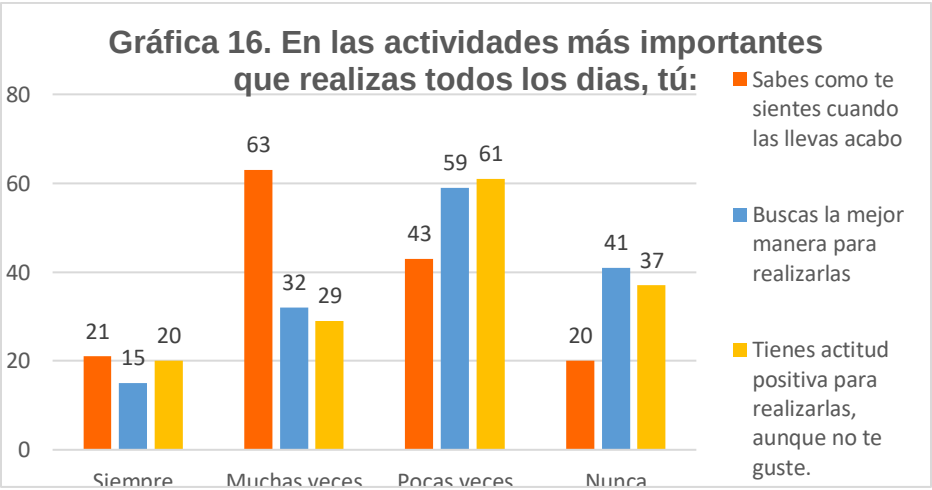
La gráfica 15 muestra que, de los 147 estudiantes, 57 estudiantes saben claramente las razones que originaron el problema; esto tomando en cuenta las categorías “Siempre” y “Muchas veces”, 59 de ellos dicen “Pocas veces” saber que ocasionó el problema y 31 estudiantes consideran que “Nunca” saben las razones que ocasionaron el problema. Siguiendo con la misma gráfica 51 estudiantes responden que buscan la manera de resolver el problema, 68 de ellos “Pocas veces” y 28

“Nunca” buscan la manera de resolver el problema. Igual en la misma gráfica podemos ver que 47 alumnos tienen disponibilidad para solucionar el problema, aunque 65 estudiantes dicen tener disponibilidad “Pocas veces” y 35 estudiantes consideran “Nunca” tener disponibilidad de resolver el problema.

Análisis:

Basado en esta competencia, se busca que el estudiante se sienta conforme y a gusto con las decisiones que tome a la hora de resolver un problema, vemos claramente en la gráfica que a los estudiantes les hace falta trabajar esta competencia pues la mayoría no sabe identificar las razones ante un problema en su contexto dentro y fuera de la escuela, les falta adquirir características pertinentes para poseer un comportamiento adecuado que le permita prepararse y afrontar las dificultades de dicho problema, manteniendo sus decisiones firmes a si sean buenas o no y sobre todo llegar a un acuerdo que beneficie a todos los involucrados. Desarrollar la habilidad de expresar sus opiniones, derechos y sentimientos en el momento oportuno y, de la forma adecuada.

Competencia: Habilidades de vida y bienestar

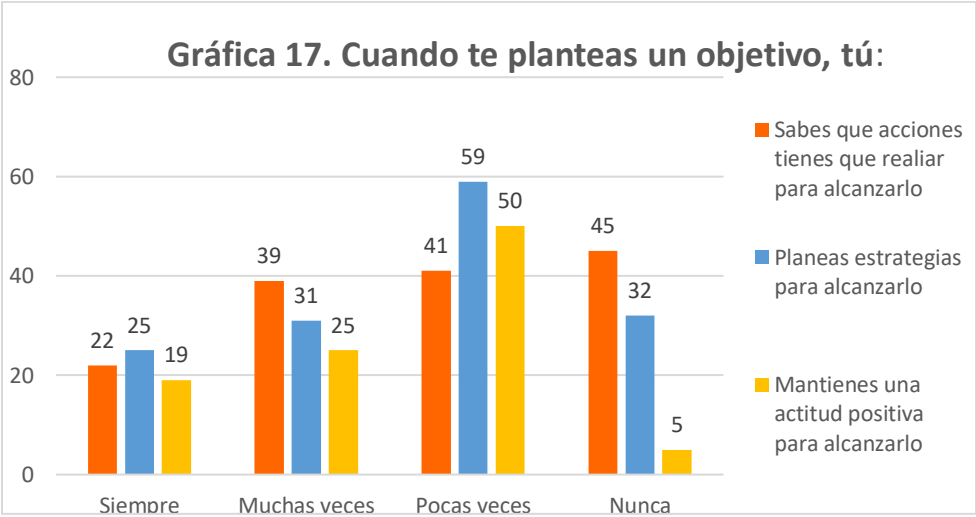


Descripción:

La gráfica 16 muestra que, de los 147 estudiantes, 84 estudiantes dicen saber cómo se sienten en las actividades más importantes que realizan cada día; esto considerando las categorías “Siempre y “Muchas veces”, 43 estudiantes dicen “Pocas veces” saber cómo se sienten, y 20 de ellos dicen “Nunca saber cómo se sienten. Así mismo 47 estudiantes buscan la mejor manera de realizar las actividades, 59 estudiantes “Pocas veces” y 41 estudiantes dicen “Nunca” buscar la mejor manera para realizar dichas actividades.

Análisis:

A partir de la competencia que se maneja en este apartado, puede decirse que la finalidad es desarrollar habilidades para adoptar comportamientos apropiados ante diversas situaciones en diferentes contextos, podemos ver con respecto en la gráfica que los alumnos tienen un poco desarrollada la conciencia emocional pues saben cómo se sienten cuando realizan actividades importantes, aunque les falta desarrollar mecanismos de toma de decisiones para poder llevarlas a cabo y a partir de esto tomar una actitud favorable para su bienestar.



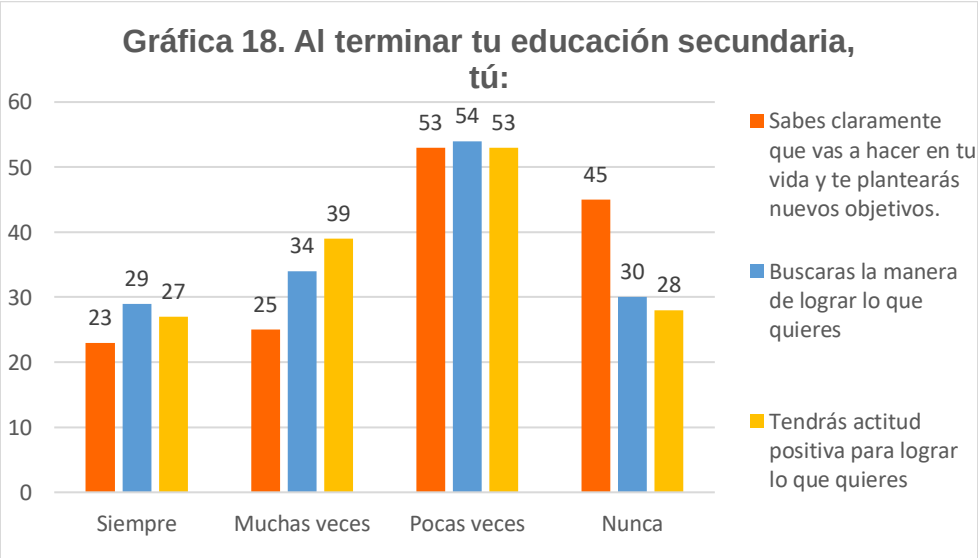
Descripción:

La gráfica 17 muestra que de los 147 estudiantes, 61 estudiantes saben qué acciones tienen que realizar para alcanzar sus objetivos; considerando las categorías “Siempre” y “Muchas veces”, por otro lado 41 estudiantes dicen “Pocas veces” saber que acciones tienen que realizar y 45 estudiantes dicen “Nunca” que

saber hacer cuando se plantean un objetivo, De igual manera 56 estudiantes consideran planear estrategias para alcanzar dicho objetivo; considerando las categorías “Siempre y “Muchas veces”, 59 estudiantes consideran “Pocas veces” planear estrategias y 42 “Nunca”. Finalmente 44 estudiantes mantienen una actitud positiva para alcanzarlo; igual se consideran las categorías “Siempre” y “Muchas veces”, 50 de ellos “Pocas veces” mantiene una actitud positiva y 5 “Nunca”.

Análisis:

Las competencias para la vida permiten organizar nuestra vida de forma sana y equilibrada, facilitándonos experiencias de satisfacción o bienestar, al aprender a plantearse objetivos positivos los estudiantes ponen a prueba su habilidad para tomar decisiones considerando lo que sienten y piensan y así propiciar experiencias saludables que ayudan a tener una actitud positiva y poder reforzarla.



Descripción:

La gráfica 18 muestra que, de los 147 estudiantes, 48 estudiantes saben claramente que van hacer en su vida y se planearan nuevos objetivos; esto considerando las categorías “Siempre” y “Muchas veces”, 53 estudiantes consideran “Pocas veces” saber que van hacer al terminar la educación secundaria y 45 estudiantes “Nunca” saben que van de su vida después de la secundaria. Así mismo, 63 estudiantes buscarán la manera de lograr lo que quiere, aunque 54 estudiantes “Pocas veces”

buscarán la manera de lograr de lograr lo que quiere y 30 alumnos no buscarán la manera de lograr lo que quieren. Finalmente 66 estudiantes tienen una actitud positiva para lograr lo que quieren; considerando las categorías “Siempre” y “Muchas veces”. 53 estudiantes “Pocas veces” tienen una actitud positiva para lograr lo que quieren. Y 30 estudiantes “Nunca” tienen una actitud positiva para lograr lo que quieren.

Análisis:

Se ha observado que las competencias emocionales son probablemente las más difíciles de adquirir. A través de la competencia que se desarrolla en este apartado podemos ver que los alumnos no tienen una seguridad de lo que van hacer al concluir la secundaria. No se han planteado objetivos quizá porque no saben cómo y no se sientes capaces.

A partir de esto vemos que los estudiantes tienen que construir una actitud positiva que los motive a lograr lo que quieren siempre y cuando esas metas los lleven a ser felices.

Si reconocen sus emociones, las dominan y a partir de esto desarrollan habilidades como la automotivación que los lleve a plantearse objetivos a corto y largo plazo se promueve la construcción del bienestar personal y social, al compartir sus experiencias con sus compañeros.

Hasta este momento se ha presentado la descripción y análisis de la información obtenida de la aplicación de los cuestionarios, esto con la finalidad de construir un diagnóstico sobre las competencias emocionales que tienen los estudiantes y su influencia en el rendimiento académico. A continuación, se presenta dicho diagnóstico.

4.5 Diagnóstico sobre competencias emocionales en estudiantes de primer grado de la escuela secundaria Técnica 92 “Carlos Casas Campillo”

Con relación al rendimiento académico que presentan los estudiantes, a los que se les aplicó el cuestionario, es bajo, esto se puede observar en la gráfica 3, en este primer momento puede suponerse que se debe a la falta de interés y motivación sobre lo que aprenden, así mismo por la etapa de vida en la que se encuentran no son conscientes de la importancia que tiene la escuela en vida futura.

Como ya se explicó a lo largo de todo el trabajo, que el rendimiento académico implica muchos factores para su concreción, entonces las causas de un rendimiento bajo puede originarse por múltiples situaciones; en cada alumno se podría dar una situación o varias, algunas de estas causas podrían ser las siguientes:

En primer lugar, podría decirse que considerando el contexto donde se realizó el diagnóstico los problemas más recurrentes son que los padres de los estudiantes tanto papá y mamá tienen que trabajar, no les es fácil ponerles atención y sobre todo tomarse un tiempo para ver cómo van en la escuela, debido a problemas económicos también los estudiantes tienen que dejar de estudiar para ponerse a trabajar.

Otra situación puede ser la que se encuentra relacionada con el absentismo prolongado, ya que este puede provocar que el estudiante entre en una etapa en la que cada vez es más difícil volverse a tomar el ritmo de la clase. Y es la causa más frecuente de desmotivación para seguir estudiando y de abandono escolar en estudiantes adolescentes.

Aunado a lo anterior, si se presentan situaciones de violencia y acoso escolar pueden provocar estados de ánimo con tendencias depresivas y de ansiedad, si los padres no están al pendiente de sus hijos, también pueden afectar su proceso de aprendizaje y en consecuencia el rendimiento académico.

Entonces, puede decirse de manera general que los estudiantes de primer grado de secundaria de dicha escuela tienen un rendimiento académico bajo que oscila entre las calificaciones 6 y 7, este rendimiento es configurado por diversos factores que

se encuentran relacionadas con las competencias emocionales por lo que a continuación se presenta el diagnóstico sobre ellas.

Con relación a la competencia Conciencia Emocional de manera general puede observarse que tomando en cuenta las gráficas 1, 2 y 3 los estudiantes de secundaria carecen de conciencia emocional dicen saber que sienten y lo que piensan al igual que pueden dar nombre a sus emociones, pero cuando una emoción los invade y se van acumulando emociones negativas generan sensaciones de tensión, estrés y ansiedad que no les ayudan a estar bien en el salón de clases, tanto con sus compañeros o con el profesor. De igual manera no se da cuenta cuando alguno de sus compañeros también tiene emociones negativas o está pasando por algún momento donde necesita que lo ayuden, o el profesor que puede llegar al salón con problemas que le causaron emociones negativas y llega con poca disponibilidad y puede tener acciones que no les agraden a los estudiantes, podrían pensar que el maestro es así siempre y no se acercarían a preguntarle si se encuentra bien, o ellos tener una actitud positiva que contagie al profesor o a cualquier otra persona.

Con relación a la competencia Autonomía Personal, puede observarse en los resultados obtenidos en las gráficas 4, 5 y 6 que los estudiantes necesitan desarrollar habilidades de responsabilidad afrontar la situación cuando se le presenta algún problema, la manera en cómo comunicar sus ideas para resolver situaciones de conflicto de manera afectiva considerando las aportaciones de los demás. De igual manera es necesario desarrollar habilidades de autoestima y automotivación, pues pocos estudiantes se sienten capaces de reconocer cuáles son sus habilidades y presentar una actitud positiva ante una situación difícil pues dudan de lo que pueden llegar a ser. Nunca se han dado el tiempo para reconocer las cosas positivas que tienen y que pueden hacer, en este caso si alguna otra persona ante una situación de violencia o de acoso escolar les mencionara cosas negativas de su persona se crearían emociones negativas y poco a poco su imagen propia sería negativa, así como su actitud ante cualquier situación llegando a puntos de depresión y ansiedad.

Con relación a la competencia Regulación Emocional, se puede observar que los resultados obtenidos en las gráficas 7,8 y 9 indican que a los estudiantes a los cuales se les aplicó el cuestionario les falta regular sus emociones, tomar conciencia de las y lo que piensan deben de llevarlos a tener un buen comportamiento, sean más asertivos, tener un buen balance en los modales, empatía y sean cordiales, así como ser capaces de establecer límites. Ya que todo esto les funcionará para manejar situaciones de conflicto, si por alguna razón al momento de resolver una diferencia la otra persona se encuentra enojada, no se contagien de sus emociones mantengan la calma.

Con relación a la competencia Inteligencia Interpersonal, se puede observar que los resultados obtenidos en las gráficas 10, 11 y 12 muestran que los estudiantes requieren generar una capacidad para la comunicación afectiva, respetar la manera de pensar y de actuar de cada persona, que sean capaces de poder conseguir cualquier cosa, cómo hacerlo y para ello hay que prepararse. Ir a un encuentro teniendo en cuenta un comportamiento y disposición, además, evitar caer en la pasividad o en la agresividad y la segunda de preparación del diálogo que vamos a plantear al otro.

Con relación a la competencia Habilidades de Vida y Bienestar podemos ver que con relación a las gráficas 13, 14 y 15 a los estudiantes les falta potenciar comportamientos que sean responsables ante la solución a un problema. Tener claros los objetivos que persiguen en el encuentro. Es lo que los podría motivar a la negociación. Cuando negocian tienen que tener la vista puesta en los objetivos. Hay algunas cosas que los pueden distraer de ellos y llevarlos a fracasar. Pero si desarrollan automotivación podrán hacer frente a dichos problemas y a sí a querer intentarlo de nuevo las veces que sean necesarias.

Como ya se ha explicado en este trabajo, es evidente que el bajo rendimiento se da con mayor frecuencia en alumnos que viven con problemas emocionales y afectivos carentes de estabilidad equilibrio y tensiones internas debidos a múltiples causas y circunstancias personales y ambientales.

Estas dificultades implican importantes repercusiones en su desempeño diario y en su bienestar. Por lo tanto, es fundamental prestar atención a la falta de regulación emocional y ayudar a los niños y niñas a desarrollar estrategias para aprender a regular sus emociones y de este modo poder ofrecer respuestas emocionales más apropiadas.

Derivado de lo anterior, se sugiere una alfabetización emocional que implique el aprender el vocabulario adecuado para poder reconocer, nombrar y explicar lo que se está sintiendo.

Desarrollar su inteligencia emocional. Trabajar para que identifiquen sus emociones, para que les pongan nombre y las conozcan. De este modo desarrollan un autoconocimiento emocional, que es básico para aprender a regular las emociones.

Entonces, las problemáticas anteriores que afectan el rendimiento académico pueden abordarse y atenderse por medio de un taller basado en las competencias emocionales, con la finalidad de que el estudiante se conozca a sí mismo y en consecuencia se automotive y su estancia en la escuela sea armónica, aprenda mejor y eleve su rendimiento académico.

En siguiente capítulo se presenta la propuesta pedagógica que se derivó del diagnóstico aplicado a los estudiantes de dicha escuela.

Capítulo V

Propuesta pedagógica: “Taller Aprendiendo a ser felices y a compartirlo con los demás.

En el presente capítulo se muestra la propuesta pedagógica que atiende a la problemática que se planteó durante este trabajo, de esta manera se comienza con explicar como se construyó y la descripción del taller.

Posteriormente se presentan los propósitos y el desarrollo del taller con la finalidad de que el lector profundice sobre dicha propuesta, se presenta a continuación.

5.1 Introducción

La propuesta pedagógica que a continuación se presenta se llama “Aprendiendo a ser felices y a compartirlo con los demás”, ésta se construyó con base en el diagnóstico que se realizó a partir de la aplicación de un cuestionario con la finalidad de elevar el rendimiento académico a través de desarrollar competencias emocionales en los estudiantes de primer grado de la escuela secundaria “Carlos Casas Campillo”.

Dicha propuesta surge por la preocupación de que en las aulas escolares poco se preocupan por cómo se sienten los estudiantes al momento de aprender, en otras palabras, el profesor se centra en enseñar los contenidos escolares dejando de lado si algún estudiante se siente mal emocionalmente.

Como se ha podido ver a lo largo de este trabajo que el rendimiento académico es un acercamiento hacia el desarrollo de las habilidades, aptitudes, conocimientos y actitudes en la tarea de aprender, así mismo en éste influyen diversos factores de diversa naturaleza, entre ellos se ubican los relacionados con la parte afectiva.

Entonces, a través de la propuesta pedagógica que se concreta en un taller se pretende potenciar a partir de la educación emocional las competencias emocionales dentro del aula escolar con la intención de que el estudiante se sienta mejor al momento de aprender y en consecuencia mejore su rendimiento académico.

Dicho taller está dirigido a los estudiantes de primer grado de secundaria, debido a que están en la transición de adaptarse de nivel primaria a este nivel, por lo tanto, a través del taller se pretende que el estudiante poco a poco se conozca a sí mismo y se vaya haciendo responsable y reconozca la importancia de la tarea de aprender.

A continuación, se presenta un esquema en el que se muestra cómo este constituido dicho taller:

5.2 Propósito General

Para el presente taller se propone el siguiente:

Promover el desarrollo de competencias emocionales en estudiantes de primer grado de secundaria para el conocimiento de sí mismo y la mejora del aprendizaje y el rendimiento académico.

5.3 Presentación de la propuesta pedagógica – Taller

Taller: Aprendiendo a ser felices y a compartirlo con los demás.

Propósito General: Promover el desarrollo de competencias emocionales en estudiantes de primer grado de secundaria para el conocimiento de sí mismo y la mejora del aprendizaje y el rendimiento académico.

Competencia Emocional	Bloque	Propósito	Sesiones
Conciencia Emocional	Bloque 1. Conociéndome y conociéndote a través de las emociones.	Los estudiantes identificarán sus emociones, podrán nombrarlas y reconocer la de los demás.	Sesión 1. Apertura del curso
			Sesión 2. Dominó de las emociones
			Sesión 3. Di lo que sientes
Regulación Emocional	Bloque 2. Guio mis emociones, me regulo, pienso y siento.	Los estudiantes conocerán las distintas formas de regular sus emociones negativas y autogenerarse emociones positivas.	Sesión 4. Respiro profundo
			Sesión 5. Siento, pienso y actúo
			Sesión 6. Vivo sin rencores
Autonomía Personal	Bloque 3. Me quiero porque se quién soy.	Los estudiantes identificarán sus cualidades mediante la construcción de	Sesión 7. ¿Quién soy?

		ideas y actitudes que les permitan una autoeficiencia emocional.	Sesión 8. Adivina, adivinador
			Sesión 9. El sol brilla para todos
Inteligencia Interpersonal	Bloque 4. Conviviendo en un ambiente asertivo.	Los estudiantes desarrollarán capacidades para permanecer en buenas relaciones con otras personas, a través de una comunicación afectiva y responsable.	Sesión 10. Te quiero ayudar
			Sesión 11. Ponte en mi lugar
			Sesión 12. Rompecabezas
Competencias para la vida y el bienestar	Bloque 5. Mi vida diaria de alegría y bienestar.	Los estudiantes establecerán comportamientos apropiados y responsables en la resolución de problemas para potenciar su bienestar personal y social.	Sesión 13. Listones de colores
			Sesión 14. Lo que me gusta y me disgusta
			Sesión 15. Mejorando mi escuela

Sesión 1

Bloque 1 Conociéndome y conociéndote a través de las emociones	**Propósito** El objetivo de esta actividad es que los estudiantes demuestren afecto, amabilidad, simpatía, respeto y tolerancia a sus compañeros, para generar un ambiente armónico de trabajo.		
Contenidos	Actividad	Recursos	Tiempo
Apertura del curso	❖ INICIO El facilitador pedirá a los estudiantes que en una hoja escriban su nombre, después pedirá que se sienten en un circulo en esta actividad también tiene que participar el facilitador. Cuando todos ya se encuentren sentados se les pedirá que le pasen a su compañero que está al lado derecho, el papel escrito con su nombre así hasta que el facilitador considere que cada estudiante ya tiene el papel de su compañero. ❖ Desarrollo El facilitador le preguntará al estudiante que le haya tocado lo siguiente: ¿Cómo te sientes? Se dejará que el estudiante conteste “Bien” o “Mal”, “Mas o Menos”. Después el facilitador le deseara que tenga un buen día, y le dirá algo que lo motive a realizar todas sus actividades de manera positiva. ❖ CIERRE Para terminar el facilitador agradecerá a los estudiantes por tener la disponibilidad de participar en el taller “Descubriendo mis emociones” y los invitará a seguir asistiendo al taller.	❖ Hojas blancas ❖ Plumones	10 minutos 30 minutos 10 minutos

Sesión 2

Bloque 1	**Propósito**		
Conociéndome y conociéndote a través de las emociones	El objetivo de esta sesión es que los estudiantes obtengan más información acerca de las emociones, identifiquen las emociones más presentes en su vida y logren identificar cuales predominan en sus compañeros.		
Contenidos	Actividad	Recursos	Tiempo
Dominó de los sentimientos	❖ INICIO El facilitador pedirá a los estudiantes que en una hoja escriban qué es una emoción y cuales conocen o son capaces de reconocer con mas facilidad. Posteriormente el facilitador les dará una pequeña explicación de las emociones. ❖ DESARROLLO El facilitador expondrá 6 emociones, lo hará utilizando el dado de las emociones en el cual se apreciarán a través de imágenes las emociones de miedo, tristeza, alegría, sorpresa, enojo y felicidad. Un estudiante tendrá que pasar a aventar el dado y dependiendo de la emoción que le toque tendrá que hacer señales faciales y dar una pequeña explicación de cómo es dicha emoción. Así hasta que todos los alumnos pasen. ❖ CIERRE Al finalizar la sesión los estudiantes tendrán oportunidad de mencionar cuales consideran son las emociones que sobresalen de ellos y por qué. .	❖ Hojas ❖ Plumones ❖ El dado de las emociones	15 minutos 30 minutos 20 minutos

Sesión 3

Bloque 1	**Propósito**		
Conociéndome y conociéndote a través de las emociones	Los estudiantes desarrollaran destrezas para utilizar un vocabulario emocional mas amplio, y de está manera poder expresar su sentir.		
Contenidos	Actividad	Recursos	Tiempo
Di lo que sientes	❖ INICIO El facilitador pedirá a los alumnos que con sus sillas hagan un circulo, se sentaran y les preguntara como se sienten ese día, cada alumno tendrá que completar la frase. Hoy me siento_____ ❖ DESARROLLO El facilitador pondrá en medio del circulo varias tarjetas cada una con una emoción, boca abajo. Pedirá a los estudiantes que cada uno tome dos tarjetas sin verlas y que regrese a su lugar, cuando cada alumno tenga sus tarjetas podrán voltearlas y ver que emoción está escrita en la tarjeta. El facilitador pedirá a los estudiantes que piensen en una situación que hayan pasado con cada emoción, una que sea dentro de la escuela y otra con la familia, amigos o pareja. Cada estudiante platicara a sus compañeros sus anécdotas. ❖ CIERRE Al finalizar el facilitador les preguntara a los estudiantes como se sienten después de realizar esta actividad, la pregunta será abierta por lo cual responderán los alumnos que así lo quieran.	❖ Tarjetas de las emociones (las suficientes para que cada estudiante tenga 2)	10 minutos 30 minutos 15 minutos

Sesión 4

Bloque 2	**Propósito**		
Guio mis emociones, me regulo, pienso y siento.	El objetivo de esta actividad es que los estudiantes tengan habilidades para afrontar emociones negativas mediante el uso de la relajación.		
Contenidos	Actividad	Recursos	Tiempo
Respiro profundo, cuento hasta 10.	❖ INICIO El facilitador mostrara a los estudiantes imágenes sacadas de revistas o libros de “personas con emociones negativas. Luego el facilitador preguntará a los estudiantes las siguientes preguntas. ❖ ¿Alguien podría decirme cómo se siente esa persona? ❖ ¿Quién se ha sentido similar? Se dará un tiempo para que los alumnos contesten. ❖ DESARROLLO El facilitador deberá explicar que pueden existir muchas razones para sentirnos como los de las imágenes, tomando en cuenta las respuestas de las preguntas anteriores y retomando algunos ejemplos les pedirá que hagan un ejercicio de inhalación y mantengan la respiración por 10 segundos, para esta actividad tiene que tener espacio suficiente para que puedan alzar sus brazos cuando inhalen y bajarlos cuando exhalen.	❖ Recortes de personas con expresiones de emociones negativas	20 minutos 15 minutos

	❖ CIERRE Para cerrar la sesión y reforzar la actividad de desarrollo se les dará un globo sin utilizar a cada estudiante y se les pedirá que lo inflen lo más que se pueda hasta que se rompa y después se les dará otro globo y se les pedirá que lo inflen moderadamente y después lo suelten. El facilitador dará una pequeña explicación de que cuando se quedan con sus emocione negativas pueden explotar como el globo, pero si respiran y reflexionan por 10 segundos sobre sus emociones se sentirán mejor.		20 minutos

Sesión 5

Bloque 2	**Propósito**		
Guio mis emociones, me regulo, pienso y siento.	Los estudiantes mejoraran sus habilidades para solucionar un problema tomando en cuenta sus emociones para tener comportamientos adecuados.		
Contenidos	Actividad	Recursos	Tiempo
Siento, pienso y actúo	❖ INICIO El facilitador preguntara a todos los estudiantes como se sienten, en esta actividad ya no se vale que contesten que se sienten “Bien” o “Mal” tienen que ser más precisos. ❖ DESARROLLO El facilitador pedirá a los estudiantes que, a partir de una lluvia de ideas, mencionen las habilidades que posee una persona que busca solucionar sus problemas de la manera más positiva. Cada estudiante pondrá algo en el pizarrón. Después llegaran a un acuerdo para ver cuáles de todas las que escribieron son las más influyentes en la toma de decisiones. ❖ CIERRE Para finalizar el facilitador realizara la siguiente pregunta: ¿Creen que la manera en la cual actúan beneficia o perjudica en su manera de solucionar un problema?	❖ Pizarrón ❖ Plumones	10 minutos 30 minutos 15 minutos

Sesión 6

Bloque 2 Guio mis emociones, me regulo, pienso y siento.	**Propósito** El objetivo de esta actividad es que los estudiantes identifiquen aquellas situaciones que los hicieron sentir mal, o que todavía lo hacen y puedan fluir de una manera positiva solucionando de una manera positiva los problemas.		
Contenidos	Actividad	Recursos	Tiempo
Vivo sin rencores	❖ INICIO El facilitador pedirá a los estudiantes que cierren sus ojos durante toda la actividad y que los abran hasta que les dé la instrucción. Posteriormente se les pedirá que imaginen una cosa, animal, persona, lugar, o situación que les causo algún conflicto, malestar o problema. ❖ DESARROLLO El facilitador reproducirá música de relajación mientras pregunta lo siguiente: (los estudiantes no responderán, esta actividad es para que reflexionen) ¿Cómo te sentiste en ese momento? ¿Qué ocasiono el problema? ¿Guardas esas emociones aun en ti? ¿Podrías personas las acciones de otros que te hicieron sentirte así? ¿Si estuvieras en su lugar que hubieras hecho? ¿Crees que te hubieran perdonado en caso de que el error fuera tuyo? ¿Crees que aprendiste de esa situación?	❖ Música relajante	10 minutos 30 minutos

	❖ Cierre Finalmente, se les pedirá a los estudiantes que poco a poco abran sus ojos. El facilitador dará la opción de poder compartir como se sintieron realizando esta actividad. Participaran los estudiantes que así lo decidan. Todo el grupo escuchara lo que compartan sus compañeros y el facilitador cerrara la actividad enfatizando lo siguiente: Todos experimentamos situaciones que nos hacen sentir mal, sin embargo, esta en nosotros que esas situaciones nos sigan haciendo sentir así o decidamos aprender de ellas y no volver a cometerlas. Por eso es importante regular nuestras emociones para resolver los problemas en el momento y no dejar que nos sigan afectando después.		15 minutos

Sesión 7

Bloque 3	**Propósito**		
Me quiero porque se quién soy.	El facilitador conocerá cómo se ven los participantes y qué destacan de su persona.		
Contenidos	Actividad	Recursos	Tiempo
"Quien soy"	❖ INICIO El facilitador pedirá a cada estudiante que describa en una palabra lo que considere que más describe quien es. Así hasta que pasen todos. ❖ DESARROLLO El facilitador proporcionara una hoja y colores a cada estudiante, y con eso podrán dibujar lo que consideren oportuno para definirse (un libro si les gusta leer, un balón si les gusta el futbol, un perro si tienen una mascota, un video juego) ❖ CIERRE El facilitador dará la opción de pasar a compartir con sus compañeros sus dibujos, a los estudiantes que así lo decidan.	❖ Hojas blancas ❖ Colores suficientes para todos los estudiantes	10 minutos 30 minutos 25 minutos

Sesión 8

Bloque 3 Me quiero porque se quién soy.	**Propósito** Los participantes desarrollaran habilidades en sí mismos, podrán definir quien son y conocer a sus compañeros.		
Contenidos	Actividad	Recursos	Tiempo
Adivina, adivinador	❖ INICIO El facilitador proporcionara a los estudiantes una hoja blanca y una pluma, los estudiantes tendrán que escribir un texto breve de 4 o 5 líneas hablando de sí mismos, describiéndose física y mentalmente, así como lo que les gusta y lo que les disgusta. Pedirá a los estudiantes que pongan su nombre en la parte de arriba de la hoja. ❖ DESARROLLO El facilitador recogerá las hojas de los estudiantes y comenzará a leerlos en voz alta (solamente el facilitador sabrá de quien es la hoja). Los estudiantes tendrán que averiguar a quien pertenece la descripción. ❖ CIERRE El facilitador preguntara a los estudiantes si creen que conocen lo suficiente a sus compañeros, y los estudiantes tendrán la oportunidad de participar de manera libre quien así lo decida.	❖ Plumas ❖ Hojas blancas	10 minutos 30 minutos 15 minutos

Sesión 9

Bloque 3 Me quiero porque se quién soy.	**Propósito** El objetivo de esta actividad es que los estudiantes identifiquen sus cualidades personales, así como las de sus compañeros para asumir actitudes de resiliencia.		
Contenidos	Actividad	Recursos	Tiempo
El sol brilla para todos	❖ INICIO El facilitador pedirá a los estudiantes que formen un circulo y que se tomen de las manos. Posteriormente se pedirá la participación voluntaria para pasar al centro del círculo. ❖ DESARROLLO Una vez que un estudiante se encuentre en el centro se pedirá a los demás compañeros que expresen aquellas características positivas, que mejor identifiquen a su compañero, pueden ser cualidades físicas y personales. Pasaran los estudiantes que así lo decían, no es obligatorio que pasen todos. ❖ CIERRE El facilitador cerrara la sesión enfatizando en lo siguiente: Todos tenemos características positivas que nos identifican como persona aun en situaciones nuevas o difíciles, por eso siempre que se encuentren en una situación difícil o que se sientan en conflicto piensen en todas las cosas buenas que sus compañeros opinan de ustedes.		10 minutos 30 minutos 15 minutos

Sesión 10

Bloque 4 Conviviendo en un ambiente asertivo.	**Propósito** Los estudiantes tendrán más conocimiento sobre las habilidades sociales y la importancia de éstas para tener relaciones sanas y positivas.		
Contenidos	Actividad	Recursos	Tiempo
Te quiero ayudar	❖ INICIO El facilitador dará a conocer a los estudiantes la definición de habilidades sociales y la importancia que tienen para favorecer una convivencia armónica y sana en el contexto escolar. ❖ DESARROLLO Los participantes desarrollarán una lluvia de ideas en donde mencionen actitudes positivas para ayudar a los demás, cada uno pasara al pizarrón a poner las ideas que decida. ❖ CIERRE El facilitador les preguntará ❖ ¿Cómo se sienten al ayudar a otra persona? ❖ ¿Cómo te sientes cuando te ayudan a ti? ❖ ¿Cómo te sentiste cuando necesitabas ayuda y nadie te ayudo?	❖ Presentación de power point ❖ Cañon ❖ Computadora ❖ Pizarrón ❖ Plumones	10 minutos 30 minutos 15 minutos

Sesión 11

Bloque 4	**Propósito**		
Conviviendo en un ambiente asertivo.	Los participantes reconocerán que no todos sienten lo mismo ante una misma situación.		
Contenidos	Actividad	Recursos	Tiempo
Ponte en mi lugar	❖ INICIO El facilitador leerá a los estudiantes tres situaciones e indicara que deben de imaginarse que son las personas que están viviendo esta situación y pensar que es lo que harían si estuvieran en esa situación. ❖ DESARROLLO Los estudiantes escribirán en una hoja en blanco cómo se sintieron ante tales situaciones y podrán compartir lo que escribieron con los demás. ❖ CIERRE Los estudiantes mencionarán ¿Cómo les resultó imaginarse en la situación de la otra persona? ¿Fue fácil o difícil? ¿Cuál creen que sea la importancia de ponernos en el lugar de otro?	❖ Hojas blancas ❖ Plumas	10 minutos 30 minutos 15 minutos

Sesión 12

Bloque 4	**Propósito**		
Conviviendo en un ambiente asertivo. .	Los estudiantes reconocerán la importancia de la comunicación para resolver situaciones de conflicto.		
Contenidos	Actividad	Recursos	Tiempo
Rompecabezas	❖ INICIO El facilitador entregará un rompecabezas a cada participante (una pieza del rompecabezas será intercambiada pero los estudiantes no están informados de eso) ❖ DESARROLLO Cada estudiante tendrá tiempo suficiente para armar su rompecabezas y se dará cuenta de que esa pieza no corresponde a su rompecabezas, así que el facilitador les dirá que pueden ir a buscar a los rompecabezas de los demás. Cuando cada participante tenga completo su rompecabezas se los enseñara a sus compañeros. ❖ CIERRE Los participantes discutirán la importancia de la comunicación que debe existir en el grupo para poder llegar a solucionar situaciones como la del rompecabezas y otros problemas que se puedan presentar en el grupo.	❖ Rompecabezas (Uno para cada estudiante)	10 minutos 30 minutos 15 minutos

Sesión 13

Bloque 5	**Propósito**		
Mi vida diaria de alegría y bienestar.	Los estudiantes identificaran una actitud positiva en las interacciones con los demás.		
Contenidos	Actividad	Recursos	Tiempo
Listones de colores	❖ INICIO El facilitador le dará a cada estudiante tres listones de colores: Rojo: situación que causa molestia Verde: situación que pueden ser agradable Amarillo: situación dudosa, que puede ser molesta o agradable ❖ DESARROLLO El facilitador planteará a los estudiantes situaciones de la vida cotidiana una agradable y otras molestas, ❖ CIERRE Los participantes decidirán cómo creen que es esta situación levantando un color de listón y entre cada situación que se les plante podrán compartir si han pasado por situaciones parecidas y cómo se sintieron.	❖ Listones de colores (Rojos, verdes, amarillos) ❖ Lista de situaciones	10 minutos 30 minutos 15 minutos

Sesión 14

Bloque 5	**Propósito**		
Mi vida diaria de alegría y bienestar.	Los participantes reconocerán diferentes situaciones agradables y desagradables de la vida cotidiana.		
Contenidos	Actividad	Recursos	Tiempo
Lo que me gusta y me disgusta	❖ INICIO El facilitador leerá una situación desagradable que se transforma en una situación agradable para los participantes. ❖ DESARROLLO El facilitador les preguntará a los participantes qué cosas les gustan y que codas les disgustan de la vida cotidiana e indicara que las agrupen en una ficha. ❖ CIERRE Los participantes deberán agruparlas en las fichas “Cosas que me gustan” y “Cosas que no me gustan” los compartirán con sus compañeros para ver con cuales coinciden.	❖ Hojas blancas ❖ Plumas	10 minutos 30 minutos 15 minutos

Sesión 15

Bloque 5	**Propósito**		
Mi vida diaria de alegría y bienestar.	Los participantes reconocerán la importancia de manifestar una actitud positiva hacia los cambios que buscan mejorar.		
Contenidos	Actividad	Recursos	Tiempo
La escuela que soñé	❖ INICIO El facilitador les proporcionara a los estudiantes hojas y colores para que cada estudiante dibuje su escuela. ❖ DESARROLLO El facilitador mostrara el dibujo y explicara situaciones negativas que ellos expresan en ese dibujo. Después los participantes tendrán que ir dando soluciones a las cosas que no les gustan. ❖ CIERRE Al finalizar los participantes harán nuevamente un dibujo, pero ahora tomando en cuenta las soluciones que dieron para mejorar su escuela.	❖ Hojas blancas ❖ Colores	10 minutos 30 minutos 15 minutos

Conclusiones

En un mundo globalizado como el de hoy en día, cada individuo debe estar dotado de las herramientas necesarias que le permita prosperar adecuadamente en el contexto en el que vive, esto no se limita solo a los conocimientos, es importante que el estudiante logre desarrollar habilidades, manejar valores y actitudes que favorezcan su crecimiento integral como ser humano en la escuela y en la sociedad.

En la actualidad los aspectos racionales y emocionales comienzan a relacionarse asumiendo que no se trata de dos polos opuestos si no que se complementan. Así como las emociones van a influir en el proceso cognitivo, dicho proceso influye en lo que sienten.

La práctica pedagógica vista desde una perspectiva holística, no permite la comparación entre dos sujetos, ya que esta comparación puede entorpecer el aprendizaje, fomenta el desinterés por el estudio y destruye la autoestima del estudiante. En este caso si se evita este tipo de acciones, entonces los alumnos serán capaces de lograr sus objetivos y lo que se proponga.

La educación holista se interesa por una formación integral del ser humano, atendiendo no solo el aspecto intelectual sino también el emocional, físico, social, estético y espiritual. Parte de nuevos supuestos de lo que es la inteligencia, el aprendizaje y el conocimiento, el ser humano, la conciencia, las comunidades humanas, la escuela, el currículo, entre otros. La educación holista no se reduce a ser un método educativo, se caracteriza por ser una visión integral de la educación.

En este contexto, la formación holística requiere de la integración de saberes: saber ser a partir del autoconocimiento, para proyectarlo en un saber conocer que motive el aprendizaje continuo y sea reflejado en un saber hacer que impacte en el desarrollo del entorno inmediato, en la sociedad y en la humanidad.

Es por todo ello que la educación ha de considerar las emociones, dado que las investigaciones en neurociencia han demostrado que son imprescindibles en los procesos de razonamiento y toma de decisiones, constituyen la base de la

curiosidad y la atención que son tan determinantes en los procesos de aprendizaje y que, incluso, están directamente relacionadas con la salud (Damasio, 2006).

Por esa razón las emociones tienen un papel fundamental en el desarrollo tanto físico como afectivo de los estudiantes, la escuela y la familia son los principales educadores. Dicha educación consiste en enseñar a los estudiantes a comprender, reconocer, expresar y regular de una manera adecuada las propias emociones y las de los demás, esta ayudará a conseguir sus objetivos a lo largo de su vida y a relacionarse de una manera satisfactoria con los demás.

Las emociones nos aportan una valoración de uno mismo, de los demás y de la realidad. La manera en la que nos percibimos y percibimos a los otros influye en la confianza o inseguridad que cada persona tiene y de aquí parte la relación que tienes con las demás personas. Todos somos irrepetibles, las emociones nos dan la manera individual de vivir nuestra vida y son la base de la personalidad de cada uno.

Por consiguiente, la escuela, en respuesta a estas nuevas demandas sociales, debe asumir su parte de responsabilidad en este proceso dirigido al desarrollo integral del individuo, y propiciar dentro de su proyecto formativo, el valor añadido de la competencia emocional de los estudiantes.

Los estudiantes en la escuela deben aprender a leer y escribir, pero también a controlar y gestionar sus emociones. Aplicar la educación emocional tanto en el aula como en casa ayudará al desarrollo intelectual del niño.

Educar el aspecto emocional de los estudiantes se ha convertido en una tarea necesaria en el ámbito educativo y la mayoría de los docentes consideran de gran importancia que el dominio de estas habilidades ayuda a mejorar el desempeño que tiene sus alumnos en las clases, así como en lo social.

El estudiante pasa en la escuela gran parte de su infancia y adolescencia, periodos en los que se produce principalmente el desarrollo emocional, de forma que el contexto escolar se configura como un espacio privilegiado de socialización

emocional y en este espacio el profesor se convierte en su referente más importante en cuanto actitudes, comportamientos, emociones y sentimientos.

De tal manera que la educación secundaria es uno de los espacios en los que más se requiere desarrollar la educación emocional debido a que los estudiantes se encuentran en una etapa crucial donde se presentan problemáticas como la violencia, la reprobación, la falta de motivación para aprender, el bajo rendimiento académico entre otras más.

Así, en el currículum es necesario introducir un cambio en la forma de educar más allá de la transmisión de contenidos Esta etapa es un momento clave para el crecimiento emocional en el cual experimentan grandes cambios, como la aceleración de su desarrollo físico, la preocupación por su aspecto, la madurez sexual, la búsqueda de la identidad personal, la elaboración del autoconcepto, la rebeldía al no saber regular sus emociones ante conflictos, los intereses profesionales, los cuales generan una gran ambivalencia emocional.

La educación formal ha enfatizado la adquisición de conocimientos en detrimento de otro tipo de aprendizajes. Este enfoque centrado en el desarrollo cognitivo ha conllevado una serie de carencias sociales que, en el caso de la adolescencia, se ha manifestado en comportamientos no deseados como, por ejemplo, el consumo de drogas, alcohol o actos violentos. De igual manera se ve a través del bajo rendimiento que tienen los estudiantes en la escuela, en la gráfica 3 podemos ver que la mayoría de los estudiantes tiene un promedio entre 6 y 7 de calificación.

Con base en lo anterior podemos ver en la gráfica 3 el bajo rendimiento que tienen los estudiantes debido a que les falta desarrollar la capacidad de reconocer y comprender las emociones tanto propias como en los demás, como se puede ver en la gráfica 4 los estudiantes no saben nombrar y tampoco distinguir sus emociones y en consecuencia menos la de las demás personas.

Del mismo modo en la gráfica 5 se puede ver que los estudiantes no pueden decir cómo se sienten al ser estudiantes de secundaria, no tienen claro la importancia de este proceso educativo y no son conscientes de la importancia que va a tener en el

desarrollo profesional, se encuentran confundidos ante los cambios drásticos que atraviesan, no reconocen las fortalezas que poseen y les falta confianza en si mismos y sus capacidades para así evitar riesgos de fracaso escolar.

Por otra parte, en la gráfica 10 se puede ver que los estudiantes tienen un bajo rendimiento escolar debido a que, al no autorregularse no son flexibles a cambios y a encargarse de los conflictos o de las situaciones difíciles que se les pueda presentar tanto en la vida cotidiana como en el ámbito escolar, y en consecuencia no son capaces de buscar la manera de resolver el problema, de enfrentarlo de una manera positiva, lo cual pudiera ocasionar problemas mayores y que los estudiantes se encuentren distraídos y sin interés de aprender.

En el caso de la gráfica 13 podemos decir que los estudiantes de secundaria deben ser capaces de interactuar adecuadamente con los demás, es otro de los aspectos necesarios para que mejore su rendimiento académico ya que tienen que poner a en práctica habilidades de interacción y de comunicación para la solución de conflictos con sus compañeros o profesores de una forma amable y respetuosa para poder llegar a un acuerdo, ser asertivos respetando las decisiones y opiniones de los demás y proponiendo soluciones de la misma manera.

En consecuencia, se puede observar en la gráfica 15 que los estudiantes necesitan desarrollar la capacidad de interesarse por lo que están sintiendo los demás, respetar los sentimientos y pensamientos de cada persona y tomar en cuenta que a veces se pueden equivocar en la toma de decisiones pero que siempre se tendrá una solución y será necesario asumir la responsabilidad de sus acciones.

Por último, en la gráfica 18 se ve claramente que los estudiantes no tienen una certeza de lo que van a realizar cuando terminen la secundaria, en este caso podemos decir que es importante tomar en cuenta el rendimiento académico de cada estudiante, pues sí es bajo es un factor que determina si el estudiante va a seguir estudiando o no, pues una educación emocional a esta edad puede ayudar al estudiante a plantearse objetivos tomando en cuenta sus fortalezas, de igual manera automotivarse para poder mejorar sus calificaciones para lograr un rendimiento mejor, que lo lleve a tener un bienestar en su vida.

Fomentándose un mayor control emocional y más empatía debe mejorar el autoconcepto de cada estudiante y así llegar a una automotivación, de igual manera a tener mejores relaciones con los demás y así promover una sociedad más armoniosa y respetuosa. Y, por supuesto, las competencias emocionales y sociales no han de sustituir a las competencias cognitivas, sino que las han de complementar. Una muestra más de cooperación y progreso conjunto, tan imprescindibles que es necesario en cualquier contexto entre los ciudadanos de la sociedad actual.

Bibliografía

Adams, A. (1998). *El asombroso cuerpo humano.* España: Reader´s Digest ediciones

Adell, M. (2002). *Estrategias para mejorar el rendimiento académico de los adolescentes.* México: Pirámide

Acosta, C. (1998). *La motivación en el proceso instructivo. Metas que fundamentan el aprendizaje.* En Acosta, M. (Comp). Creatividad, motivación y rendimiento académico. Málaga: Alebrije

Alonso, J. y Montero, I. (1990). *Motivación y aprendizajes escolares.* En. Coll, C. Palacios, J. y Marchesi, A. (Comp). Psicología de la educación. Madrid: Alianza.

Avalos, B. (1996). *Caminando hacia el siglo XXI: Docentes y procesos educativos en la Región de Latinoamérica y del Caribe. El proyecto Principal de Educación en América Latina y el Caribe.* UNESCO, Boletín 41

Berrocal, P. y Ruiz, D. (2008). *La inteligencia emocional de la educación.* Revista electrónica de la investigación psicoeducativa, Vol. 6. No. 15. Universidad de Málaga. Consultado el 1 de marzo de 2018 en: http//.investigacion-psicopedagogica.org/revista/new/ContadorArticulo.php?256

Bisquerra, R. Álvarez, M., Casas, E., Castellá, J., Corominas, E., Cuadrado, M., (2000). *Educación emocional y bienestar.* Barcelona: Cisspraxis

Bisquerra, R. (2003). *Educación emocional y competencias básicas para la vida.* Revista de Investigación Educativa. (RIE). Consultado el 21 de marzo del 2018 en: http://revistas.um.es/rie/article/vew/99071

Broc, M. (2000). *Autoconcepto, autoestima y rendimiento académico en los alumnos de 4° de educación secundaria obligatoria. Implicaciones psicopedagógicas en la orientación y en la tutoría.* Revista de Investigación Educativa. Vol. 18. Núm. 1.

Cano, J. (2001). *El rendimiento escolar y sus contextos.* Revista Complutense de Educación. Vol. 12. Núm. 1. Universidad Complutense de Madrid

Caso, J. Hernández, I. (2010). *Modelo explicativo del rendimiento escolar: Un estudio con adolescentes mexicanos.* Revista Iberoamericana de evaluación Educativa. Vol. 3. Núm. 2. Consultado el 4 de febrero de 2018 en http://www.rinace.ned-riee/numeros/vol3-num2/art8.pdf

Castillo, G. (2004). *Tus hijos adolescentes*. Madrid: Ediciones palabra

Chadwick, C. (1979). *Teorías del aprendizaje.* Santiago: Tecla

Cortada, N. (1991). *El profesor y la orientación vocacional.* México: Trillas

Damasio, A. (2010). *En busca de spinoza. Neurobiología de la emoción y los sentimientos.* Barcelona: Critica

Edel, R. (2003). *El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo.* Revista electrónica Iberoamericana sobre la calidad, eficacia y cambio de educación, 1. Consultada el 10 de enero de 2018 en: http://www.redalyc.org/pdf/551/55110208.pdf

Ekman, P., Levenson, R. W., y Friesen, W. V. (1983). Autonomic nervous system activity distinguishes between emotions. Science. Revisado el 23 de Octubre de 2015 en: http://my.slc.edu/ICSFileServer/9fd1fc33-4c44-4830-af85-b9efc72b4a6f/bede258f-5443-47a2-96b3-b6ad68a46116/8bade204-0b95-444e-9a59-46320b312f17/ekman-leverson-friesen-83.pdf

Espinoza, E. (2006). *Impacto del maltrato en el rendimiento académico*. Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa. Vol. 4. Núm. 9. Universidad del Valle de Guatemala. Consultado el 16 de marzo del 2018 en:

http//www.investigacion-sicopedagogica.org/revista/new/ContadorArticulo.php?64

Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2004). *El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas.* Revista Electrónica de Investigación Educativa. No. 6. Consultado el 3 de febrero de 2018 en: http://www.redalyc.org-pdf/155/15506205.pdf

Fize, M. (2001). *¿Adolescencia en crisis? Por el derecho al reconocimiento social.* México: Siglo XXI editores.

Goleman, D. (1995). *La inteligencia emocional.* Madrid: Vergara.

González, J., Núñez, J., Álvarez, L., González, S., Roces, C., González, P., Muniz, R. y Bernardo, A. (2002). *Introducción perental a la autorregulación, autoconcepto y rendimiento académico.* Revista Electrónica de Psicología. Vol. 14. Núm.4. Universidad de Oviedo. Consultado el 13 de marzo de 2018 en: http//www.psicothema.com/pdf/807.pdf

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, L. (2006). *Metodología de la investigación.* México: MC Graw Hill.

Howard, C. (1998). *Diccionario de psicología.* México: Fondo de cultura económica

Hurlock, E. (2001). *Psicología de la adolescencia*. México: Paidós.

Ituarte, A. (1994). *Adolescencia y personalidad.* México: Trillas.

Landa, M. (2009). *Estudios en el ámbito de la Inteligencia Emocional.* Andalucía: Universidad de Jaen.

Lago, F. et. al. (2003). *Educación – socioafectiva en secundaria. Un programa de orientación y acción tutorial.* Madrid: CCS

Kail, R. (2006). *Desarrollo humano. Una perspectiva del ciclo vital.* México: Cengage Learning

Mera, R. y Giraldo, I. (2000). *Clima social: percepción del estudiante.* Revista electrónica Colombia Médica. Vol. 31. Núm.1. Universidad del Valle. Consultado el 15 de enero de 2018 en http://www.redalyc.org/pdf/283/28331106.pfd

Mizala, A., Romaguera, P. y Reinaga, T. (1999). *Factores que inciden en el rendimiento escolar en Bolivia.* Documentos de trabajo. Núm.61. Facultad de Ciencias Físicas y Matemáticas. Universidad de Chile. Consultado el 20 de marzo de 2018 en http://www.dii.uchile.cl/-cea/sitedev/cea/www/download.php?file...pdf

Muuss, R. (1999. *Teorías de la adolescencia*. México: Paidós.

Papalia, D. *et.al.* (2001). *Psicología del desarrollo.* México: Mc Graw Hill

Papalia, D., Wendkos, S. y Duskin, R. (2010). *Desarrollo humano.* México. Undécima edición: Mc Graw Hill

Piaget, J. (1988). *Problemas de psicología genética.* México: Ariel

Piaget, J. (1995). *Seis estudios de psicología.* Colombia: Labor

Piaget, J. (1999). *La psicología de la inteligencia.* Barcelona: Critica

Rodríguez, S. (1982). *Factores de rendimiento escolar.* España: Oikos- Tau

Salovey, P., Mayer, J. (1990). *Inteligencia Emocional. Imaginación, conocimiento y Personalidad.* Revista de Motivación y Emoción. Vol. IX. Universidad Alicante

Sotil, A., Escurra, L., Huerta, R., Rosas, M. Campos, E., De Osorio, A., Yana, A. y Macazana, D. (2005). *Actitudes de los docentes hacia la enseñanza en valores.* Revista IIPSI. Vol. 8. Núm. 1. Facultad de Psicología. Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

Tonconi, J. (2010). *Factores que influyen en el rendimiento académico y deserción de los estudiantes de la facultad de ingeniería económica.* Revista académica semestral Vol. 2. Núm. 11. Universidad Nacional del Altiplano de Puno

Torres, L. y Rodríguez, N. (2006). *Rendimiento académico y contexto familiar en estudiantes universitarios.* Red de revistas científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal. Vol. 11 núm. 002. Universidad Veracruzana

Vivas, M., Gallegos, D. y González, B. (2007). *Educar las emociones.* Mérida, Venezuela: Producciones Editoriales C.A.

Zavala, A. y Arnau, L. (2008). *11 ideas clave: cómo aprender y enseñar competencias.* España: Graó

Anexo 1

Educación emocional y su relación con el rendimiento académico

Este cuestionario permite construir evidencia sobre la relación entre tus competencias emocionales y tu rendimiento académico; por lo tanto, al responderlo ayudaras a obtener información que contribuirá a la mejora de la educación. Cabe resaltar que las respuestas que nos brindes serán tratadas con fines de investigación y confidencialidad.

Instrucciones: Lee cuidadosamente las preguntas y responde lo más honesto y sinceramente posible.

Fecha: _____

Edad_____

Sexo_____

Grado_____

Promedio actual _____

1. Al sufrir cambios emocionales, tú:				
CE	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
Sabes qué es lo que sientes				
Comprendes claramente lo que sientes a partir de lo que sucede				
Estás dispuesto a compartir tu sentir con los demás				

2. Al preguntarte qué sientes tu al ser estudiante:				
CE	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
Puedes identificar fácilmente lo que sientes a partir de dicha pregunta.				
Entiendes lo que sientes y puedes explicarlo.				
Tienes la disposición para compartir tu sentir.				

3. Como estudiante de primer grado de secundaria tu consideras que:				
CE	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
Tus emociones son importantes al momento en el que estás aprendiendo.				
Puedes identificar tus emociones al momento de aprender.				
Tienes la disponibilidad para compartir lo que sientes al momento en el que estás aprendiendo algo.				

4. En tu vida cotidiana cada vez que se te presenta un problema, tú:				
AP	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
Sabes cómo resolver la problemática.				
Buscas diferentes maneras para resolver la problemática.				
Tienes actitud positiva para resolver la problemática.				

5. En los periodos de evaluación, tú:				
AP	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
Identificas tus habilidades y conocimientos para acreditar todas tus asignaturas				
Planeas la manera en cómo estudiarás para acreditar las materias				
Tienes una actitud positiva para enfrentar las evaluaciones				

6. Cuando una clase te parece aburrida y la explicación del profesor no es clara, tú:				
AP	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
Sabes que tienes que seguir entrando a la clase para acreditar la asignatura.				
Buscas maneras para no estar aburrido y entender los contenidos que se están estudiando				
Te automotivas para seguir cursando la materia.				

7. Cuando planeas algo, las cosas se te complican y no te sale como lo esperabas, tú:				
RE	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
Sabes qué hacer en ese momento				
Buscas la manera de que se cumpla lo que esperabas				
Actúas positivamente ante la situación				

8. Si un profesor tiene una actitud negativa y descalifica tus participaciones, tú:				
RE	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
Sabes mantener la calma				
Buscas la manera de sentirte bien				
Tienes disponibilidad para continuar la clase con actitud positiva				

9. Si te encuentras en medio de una discusión entre tus compañeros, tú:				
RE	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
Identificas fácilmente la problemática que origino la discusión.				
Buscas la manera para resolver la problemática				
Tienes la disponibilidad para resolver la problemática.				

10. Si te encuentras ante un problema con tus amigos que tu mismo provocaste, tú:				
Ii	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
Sabes y reconoces fácilmente que tu cometiste el error.				
Buscas la manera de resolver el problema.				
Muestras disponibilidad para resolver el problema.				

11. Cuando tienes que trabajar una tarea en equipo, tú:				
Ii	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
Identificas tus habilidades académicas para colaborar en el equipo.				
Buscas la manera para integrarte adecuadamente				
Tienes actitud positiva para colaborar en la tarea.				

12. Cuando tienes algún problema con tu familia, amigos y/o pareja, tú:				
Ii	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
Sabes claramente las razones que originaron la problemática				
Buscas la manera de resolver la problemática adecuadamente				
Tienes disponibilidad para resolver la problemática.				

13. En las actividades más importantes que realizas todos los días, tú:				
HVB	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
Sabes cómo te sientes cuando las llevas acabo.				
Buscas la mejor manera para realizarlas				
Tienes actitud positiva para realizarlas, aunque no te guste				

14. Cuando te planteas un objetivo, tú:				
HVB	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
Sabes que acciones tienes que realizar para alcanzarlo				
Planeas estrategias para alcanzarlo				
Mantienes una actitud positiva para alcanzarlo				

15. Al terminar tu educación secundaria, tú:				
HVB	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
Sabes claramente que vas hacer en tu vida y te plantearas nuevos objetivos.				
Buscaras la manera de lograr lo que quieres				
Tendrás actitud positiva para lograr lo que quieres				

Gracias por tu tiempo y colaboración para responder el cuestionario.