



Fecha de presentación: enero, 2021 Fecha de aceptación: febrero, 2021 Fecha de publicación: abril, 2021

El estado socioemocional en el desempeño académico de los estudiantes de la educación básica

2

The socio-emotional status in the academic performance of basic education
students

Dr.C. Diana Jackeline Valencia Pereira¹

dia_val300@hotmail.com

ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-4318-0948>

Ing. Tito Angel Vera Ostaiza²

titoveraostaiza@gmail.com

ORCID: <http://orcid.org/0000-0001-6563-693X>

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Valencia Pereira, D. J. y Vera Ostaiza, T. A. (2021). El estado socioemocional en el desempeño académico de los estudiantes de la educación básica. Revista Mapa, 2(23), 25-52.

<http://revistamapa.org/index.php/es>

¹ Dr.C. en Contabilidad y Auditoría. Estudiante de la Maestría en Gestión educativa del Centro Internacional de Estudio Superior (CIESSA). Guayaquil. Ecuador.

² Ingeniero en Zootecnia. Estudiante de la Maestría en Gestión educativa del Centro Internacional de Estudio Superior (CIESSA). Guayaquil. Ecuador.



RESUMEN

El presente artículo se redacta sobre la base de los resultados obtenidos del proyecto de investigación que tiene por objetivo general el desarrollo de un programa para fortalecer el aprendizaje socioemocional en estudiantes de 8vo, 9no y 10mo años de la educación general básica (EGB). Este aprendizaje apunta a la asunción de las conductas más apropiadas a ejecutar en conformidad con el contexto social en el que residen y, con ello, no solo superar los obstáculos que encuentren en su vida diaria, con la menor pérdida emocional debido a los conflictos inminentes, sino también potenciar el desarrollo y manejo de las emociones, como parte esencial del desarrollo humano y elevar el bienestar personal y social para que se conozcan a sí mismos y a los demás, respetando aquel entorno. Como método empírico fundamental se empleó la encuesta y los métodos de análisis y síntesis, así como el enfoque sistémico-estructural, como métodos teóricos, en aras de organizar la información recopilada. Se encuestó una población de 405 estudiantes, cuyos resultados denotan que las habilidades socioemocionales --empatía, autoconocimiento, manejo de emociones, resolución de conflictos y la toma de decisiones--, se hallan, por lo general, en un nivel bajo de dominio, en el que existe dificultad para expresar y dar a conocer sus puntos de vista sobre los problemas que necesariamente tienen lugar en la relación con otras personas.

Palabras Claves: educación emocional, enseñanza básica, habilidad socioemocional desempeño académico

ABSTRACT

This article is written on the basis of the results obtained from the research project that has as its general objective the development of a program to strengthen socio-emotional learning in students of 8th, 9th and 10th. years of basic general education (GBS). This learning points to the assumption of the most appropriate behaviors to be implemented in accordance with the social context in which they reside and thus not only overcome the obstacles they encounter in their daily lives, with the least emotional loss due to impending conflicts, but also to enhance the development and management of emotions, as an essential part of human development and elevate personal and social well-being so that they know themselves and the respecting that environment. As a fundamental empirical method, the survey and methods of analysis and synthesis were used, as well as the systemic-structural approach, as theoretical methods, in order to organize the information collected. A population of 405 students was found, the results of which denote that socio-emotional skills -- empathy, self-knowledge, emotion management, conflict resolution, and decision-making--, are usually at a low level of dominance, where there is difficulty expressing and publicising their views on the problems that necessarily take place in the relationship with others.

Keywords: emotional education, basic education, socio-emotional ability, academic performance

INTRODUCCIÓN

Se debe tener presente que no se aprende lo que no queremos aprender; no se aprende aquello que no nos motiva y, si algo no nos motiva, se debe a que no nos produce emociones positivas que nos estimulen a la acción, en esa dirección. Por esto, es de gran importancia considerar las emociones como parte del aprendizaje. Es así como la educación emocional se constituye, por derecho propio, en una necesidad que va más allá del ámbito escolar.

Si bien se conoce que las emociones surgen de manera espontánea, por medio de la educación emocional, se puede prevenir que ellas no se desbloqueen y lleven a los estudiantes a cometer actos y conductas que pongan en peligro su vida y la de los demás, ya sea de manera física o psicológica. De ahí la necesidad de emplear el concepto de habilidad socioemocional que se constituye en un nuevo tópico para la educación, conocido también como habilidad no cognitiva. Bajo este concepto se pretende representar el conjunto de conductas, actitudes y rasgos de la personalidad que ayudan al individuo a comprender y manejar las emociones, establecer y alcanzar sus metas, sentir y mostrar empatía por los demás, establecer y mantener relaciones positivas y tomar decisiones responsables. En otras palabras, determinan la manera en que las personas hacen las cosas.

Las emociones influyen de una forma clave en el desempeño académico, actuando directamente sobre el aprendizaje. Cualquier intervención dentro del ámbito educativo debe fundamentarse en la regularidad y la predictibilidad; sin embargo, no se pueden eliminar los estados emocionales que acompañan a este proceso.

Los autores coinciden en que las personas no nacen con temperamentos agradables ni desagradables. La capacidad de un niño para afrontar situaciones no es innata, es adaptativa o entrenable, al menos en teoría. La formación específica en habilidades socioemocionales puede

establecer vías neurológicas que hacen que los niños sean menos vulnerables a la ansiedad y les permita recuperarse más rápido de experiencias infelices, de la misma forma que aquellas pueden condicionar en ellos un mayor grado de inteligencia, a través del desarrollo de una parte del cerebro (corteza prefrontal) que es la responsable de las habilidades académicas importantes, como el control de los impulsos, el razonamiento abstracto, la planificación a largo plazo y la memoria de trabajo.

Los problemas que se generan como el acoso escolar, la migración, situaciones económicas, el aislamiento social debido a la COVID-19, la ansiedad causada por encerramiento domiciliario, el ciberacoso, entre otros, son factores que conllevan a situaciones de estrés, ansiedad, depresión, aburrimiento, frustraciones y enojos. Estas son algunas de las causas que originan problemas socioemocionales que pueden desencadenar en la muerte de los estudiantes.

A partir de lo expresado, se considera necesario aplicar metodologías encaminadas al desarrollo de las habilidades socioemocionales en los estudiantes, con el objetivo de darles herramientas para afrontar las situaciones que se les van presentando en el diario vivir, y lo que tendrán que afrontar en su vida adulta.

DESARROLLO

Bisquerra y Pérez (2021) defienden la idea de que es la educación emocional un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitar para la vida, y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social.



Al incluir el aprendizaje social y emocional en su educación, se pueden mejorar las relaciones entre los compañeros de clase y los maestros, reducir el acoso escolar, crear un mejor ambiente de aprendizaje y prepararlos, no solo para la universidad, sino también para la vida.

Las personas emocionalmente inteligentes no solo serán más hábiles para percibir, comprender y manejar sus propias emociones, sino también serán más capaces de explorar sus habilidades de percepción, comprensión y manejo a las emociones de los demás. A eso se le denomina, al decir de Goleman (1995), inteligencia emocional o, en otras palabras, alfabetización emocional, escolarización emocional.

Enseñar a los niños a reconocer y gestionar emociones, les permite incrementar la percepción de control sobre aquellos que les ocurre, lo que es fundamental para un adecuado desarrollo de su autoestima y autoconcepto. El compartir las emociones con los demás es fundamental para el desarrollo social de nuestros hijos.

Como menciona Bosada (2020, p5), “las emociones o sentimientos son muy importantes en nuestra vida, debido a que reflejan nuestro mundo interno”. Nos informan de cómo vivimos, en nuestro interior, lo que sucede a nuestro alrededor. Esto nos permite conocernos mejor y satisfacer nuestras necesidades y deseos y entender muchas de nuestras conductas.

Los maestros que son competentes socioemocionalmente suelen manejar mejor sus emociones, gestionar el salón de clase de forma más efectiva, establecer códigos de conducta, desarrollar interacciones más comprensivas y alentadoras con sus estudiantes y, por ende, estimular el desarrollo socioemocional de sus estudiantes.

Se pueden mencionar algunos pasos que nos ayudarán al desarrollo de la habilidad socioemocional en el individuo. Entre otras, podemos citar:

- Detectar la emoción que hay detrás de tus actos
- Amplia tu vocabulario (emocional)
- No te dejes engañar por las apariencias emocionales
- No juzgues la forma en que te sientes
- Descubre el mensaje oculto de tu lenguaje corporal
- Controla lo que piensas para controlar cómo te comportas
- Busca el porqué de los demás
- Lleva un diario emocional (el efecto Bridget Jones)
- Expresa tus emociones de forma asertiva
- ¡Conviértelo todo en conductas prácticas!

Detengámonos brevemente en cada una de ellas.

- Detectar la emoción que hay detrás de tus actos

Casi todos vivimos desconectados de nuestras emociones. Las experiencias negativas que sufrimos durante nuestra vida nos enseñan a aislarnos de las emociones para protegernos.

Tal cual afirma Castellano (2016, ¶12), no puedes eliminar tus emociones, pero debes ser capaz de conectar con ellas y entender cómo influyen sobre ti. Cuando algo te haga actuar o sentirte de una determinada forma, párate un segundo, reflexiona sobre la emoción que hay detrás, y encuentra su origen.

Al principio, quizás no sepas por qué actúas o te sientes como lo haces. No desesperes. No estás entrenado para hacerlo. Pero a medida que vayas centrándote en tus sentimientos, empezarás a encontrar las respuestas.

- Amplia tu vocabulario (emocional)

Sólo hay cuatro emociones básicas, a partir de las cuales se crean todas las demás: alegría, tristeza, enfado y miedo (aunque algunos autores añaden sorpresa y angustia).

Cuando intentes reconocer tus emociones te quedas sólo con ellas. No basta con decir: *“vale, he identificado mi emoción, y es la tristeza”*. No. Debes ser lo más específico posible.

Los nombres que pongas a tus emociones te ayudarán a entender cómo te estás sintiendo y por qué. No digas: *“estoy triste”*, si las palabras que mejor describirían tu estado emocional serían decepcionado, arrepentido, melancólico o herido. Sé concreto.

Como bien afirma Moreno (2017, p17), “tener un vocabulario rico con el que describir exactamente tus sentimientos es muy importante. No dominar el lenguaje limita el conocimiento de lo que estás experimentando, creando la sensación de que no sabes lo que te pasa”.

- No te dejes engañar por las apariencias emocionales

Muchas veces las emociones primarias desencadenan otras emociones, y eso nos lleva al error de creer que lo que realmente estamos sintiendo es la emoción secundaria. Ilustremos con un ejemplo. Imagínate que te sientes traicionado porque descubres, por una tercera persona, que alguien que considerabas uno de tus mejores amigos no te ha invitado a su fiesta de cumpleaños. Aparentemente, la emoción sería la traición, cuyo componente básico es el enfado. ¿Pero lo es realmente?



Si profundizaras en qué ha provocado tu enfado, probablemente descubrirías que la emoción original causante de tu enfado es la tristeza. Estás enfadado con tu amigo porque te ha causado mucha tristeza comprobar que tu amistad no tiene para él el valor que tú esperabas.

- No juzgues la forma en que te sientes

Las emociones tienen una única función: darte información sobre lo que está ocurriendo.

Si pudieras reprimirlas estarías a ciegas y no sabrías cómo reaccionar.

Las emociones negativas te previenen. No luches contra ellas. Debes entenderlas y obtener toda la información posible para enfrentarte al reto del que te están alertando.

- El miedo te avisa de que no tienes recursos para abordar lo que está sucediendo. Refleja una desproporción entre la situación y los recursos con los que cuentas.
- El enfado lo sientes cuando vulneran tus derechos o necesidades. Te empuja hacia el ataque o la defensa para hacerte respetar.
- La tristeza te indica la pérdida de algo valioso para ti y te prepara para superar esa ausencia.
- Sientes alegría cuando algo te resulta agradable. Te motiva a experimentarla de nuevo con conductas que vuelvan a generarla.

Considera tus emociones no como algo bueno o malo, sino como la fuente de información que te ayudará a ser más consciente de ti mismo.



- Descubre el mensaje oculto de tu lenguaje corporal

Si te cuesta identificar tus emociones, fíjate en tu lenguaje corporal y te dará muchas pistas de lo que está ocurriendo en tu interior.

Por ejemplo, hay gente que al inicio de un enfado se cruza de brazos porque empieza a sentirse agredido. Si relacionas este tipo de cambios en el lenguaje corporal con tus emociones, serás capaz de detectarlas mucho antes.

Y no sólo se trata de cambios posturales. Las emociones también provocan manifestaciones fisiológicas automáticas como rubor, cuando te enojas, o presión en el pecho, cuando estás triste.

Empieza a encontrar patrones en las sensaciones físicas que experimentas cuando se desencadenan en ti determinadas emociones y te convertirás en un maestro Jedi emocional.

- Controla lo que piensas para controlar cómo te comportas

Muchas personas se excusan diciendo que en los momentos emocionales pierden el control y no son dueños de sus actos. Pero sólo tienen razón en parte.

Los sentimientos son el resultado de la emoción y de lo que piensas sobre esa emoción. No puedes evitar la emoción, pero sí puedes modificar tus pensamientos al respecto. Esto podríamos esquematizarlo de la forma siguiente.

La próxima vez que sientas una emoción, presta atención porque significa que, en breve, te va a invadir un pensamiento. Decide entonces qué pensamiento quieres tener y cómo deseas comportarte.

Y si todo falla, existen algunas otras técnicas de emergencia que pueden ayudarte.

- Si estás muy nervioso o ansioso, refréscate la cara con agua muy fría e intenta que te dé el aire. Se ha comprobado que el frío puede reducir la ansiedad.
- Evita las bebidas con cafeína. Los estudios evidencian que incrementan tu nerviosismo y niveles de ansiedad.
- ¡Ejercicio! Todo lo que se diga sobre las ventajas de hacer deporte con moderación me parece poco. Se ha demostrado científicamente que reduce la ansiedad y mejora la confianza en ti mismo.
- Duerme lo necesario. Cuando duermes generas endorfinas y reduces los niveles de cortisol, la hormona del estrés. Por eso, cuando no has dormido bien, estás más irritable.
- Busca el porqué de los demás

El error que comente casi todo el mundo cuando observa una reacción en alguien es juzgar únicamente la reacción, cuando detrás de ella hay muchísimo más oculto a sus ojos.

Acostúmbrate a pensar en qué sentimientos puede haber detrás de esa reacción. ¿Qué emociones y pensamientos puede estar experimentando esa persona? Si te está insultando, ¿es posible que te tenga miedo y crea que la mejor forma de defenderse sea alterándote?

Buscando el porqué de las reacciones, conseguirás entender a las personas. Y te advierto que cuando cojas el hábito de hacerlo, te costará

enfadarte con la gente, porque comprenderás entonces que casi todo el mundo tiene motivos para hacer lo que hace.

- Lleva un diario emocional (el efecto Bridget Jones)

Otra forma muy práctica y eficaz para mejorar tu inteligencia emocional es la de apuntar en una libreta tus sentimientos diarios.

Los escáneres cerebrales han demostrado que escribir tus emociones en una libreta reduce la actividad de la amígdala, responsable de la intensidad emocional.

Este beneficio fue especialmente evidente en el género masculino, y todavía más cuando fueron escritas a mano, en lugar de tecleadas en un ordenador.

- Expresa tus emociones de forma asertiva

Ahora que ya sabes identificar y poner nombre a tus emociones, el siguiente paso sería aprender a expresarlas, sin efectos adversos mediante la asertividad.

La fórmula general es: *“me siento X (emoción) cuando haces Y (conducta) en la situación Z”*, teniendo en cuenta lo siguiente:

- Define concretamente la emoción X (oprimido, asustado, eufórico, etc.)
- Expresa tu emoción en primera persona
- Comunica la conducta Y que te provoca esa emoción, no las intenciones (no juzgues)
- Termina expresando lo que necesitas
- Evita usar frases que empiecen por *“Tú”* y continúen con un juicio o acusación.

Un ejemplo sería: *“me siento poco valorado porque llevo 5 años sin aumento de sueldo en esta empresa, a pesar de toda mi dedicación”*.

- ¡Conviértelo todo en conductas prácticas!

No intentes aprenderlo todo a la vez. Céntrate en una única cosa y conviértela en algo práctico para saber exactamente qué hacer y cuándo.

Imagínate, por ejemplo, que sientes que no le dedicas toda tu atención a la gente.

Constantemente, estás divagando y soñando despierto, y tienes un montón de distracciones en tu móvil. Y eso en el fondo te preocupa.

Una conducta emocionalmente inteligente sería convertir tu intento de prestar más atención en algo práctico. Por ejemplo, apagando tu móvil y dejando de lado tus preocupaciones cada vez que te relacionas con alguien.

Ahora, en lugar de hablar de un deseo (prestar más atención), estamos hablando de una conducta concreta a cambiar.

- Repitiendo la nueva conducta, tu plasticidad neuronal modificará sus conexiones para crear la vía neuronal del nuevo hábito hasta que se convierta en algo automático.
- Otra forma de reforzar un hábito es la visualización. Imaginarte a ti mismo haciéndolo, activa el mismo circuito neuronal que la actividad real. Por eso, los atletas olímpicos dedican horas a recrear mentalmente la carrera que harán el día de la competición (Goleman, 2021, p.87).

En cada minuto de clase que pasa, los niños constantemente enfrentan diversas presiones académicas y sociales. Y tales presiones causan necesariamente emociones que van desde sentirse enojado, molesto, ridiculizado hasta el sentirse orgulloso, entre otras. Según Verdisco (2013,

p32), “estas emociones afectan el aprendizaje porque influyen en la comunicación, la atención y la memoria, y en todo lo que necesitan para manejarlas”. Digamos, las personas enojadas actúan enojadas, lo cual tiene consecuencias, sobre todo negativas, para el aprendizaje. Si una niña se siente agitada o de mal humor y no sabe cómo calmarse o reorientar sus sentimientos, le resulta más difícil concentrarse en el aprendizaje (Medina, 2021, p23).

Eso nos hace pensar en una propuesta de Educación Socioemocional, como parte del desarrollo de los aprendizajes de las habilidades socioemocionales, lo que permitirá mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje durante la crisis sanitaria y posterior a ella. Dicha propuesta es de carácter pedagógico y busca orientar la práctica docente para impulsar el desarrollo integral de los estudiantes, con el fin de alcanzar los propósitos que van más allá de los aspectos disciplinares académicos.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la UNICEF proponen la promoción tanto de la salud mental, como emocional, y el fortalecimiento de factores protectores en niños, niñas, adolescentes y jóvenes, mediante el desarrollo de las habilidades para la vida, dentro de las que podrían ser consideradas:

- Habilidades sociales o interpersonales, incluyendo la comunicación, habilidades para negociación/rechazo, confianza, cooperación y empatía.
- Habilidades cognitivas, incluyendo solución de problemas, comprensión de consecuencias, toma de decisiones, pensamiento crítico y autoevaluación.
- Habilidades para el control de emociones, incluyendo el estrés, los sentimientos, el control y el monitoreo personal.

En el Sistema Nacional Educativo, se han establecido cinco habilidades para la vida, centradas en las destrezas emocionales de los estudiantes, también conocidas como habilidades socioemocionales a tomar en cuenta en el salón de clases (Museo de los metales, 2019). (*ver tabla 1*).

Tabla 1

Progresión de habilidades para la vida, priorizadas en el Sistema Nacional de Educación

Habilidad	Básica Superior
Empatía	<p>Habilidad de ponerse en el lugar de la otra persona, y darse cuenta de qué siente y piensa esa persona. Esta habilidad ayuda al estudiante a comprender mejor al otro y, por tanto, responder de forma consecuente con las necesidades y circunstancias de la otra persona. La empatía ayuda a aceptar a las personas diferentes a nosotros, a mejorar las interacciones sociales y fomentar comportamientos solidarios con las personas del entorno.</p> <p>Trabajar en equipo de manera solidaria y colaborativa; ayudar en situaciones sociales externas que requieran la intervención de los estudiantes en los grupos de niños menores.</p>
Autoconocimiento	<p>Habilidad de conocer nuestros propios pensamientos, reacciones, sentimientos, qué nos gusta o disgusta, de dónde venimos, cuáles son nuestros límites y nuestros puntos fuertes/débiles.</p> <p>Reconocer fortalezas y emplearlas para la vida en comunidad.</p> <p>Conocer sus limitaciones y trabajar en función de mejorar sus resultados individuales y los resultados de la comunidad.</p>
Manejo de emociones	<p>Habilidad de reconocer las propias emociones y sentimientos y saber cómo influyen en el comportamiento, aprendiendo a manejar las emociones más difíciles como la ira, la agresividad, etc.</p> <p>Ser capaz de expresar e identificar sentimientos en su propio cuerpo y en el de las demás personas.</p> <p>Tener la capacidad de autorregulación ante situaciones que no le satisfacen.</p>

Resolución de conflictos	<p>Iniciar actitudes de empatía con sus iguales, como el desarrollo de habilidades sociales.</p> <p>Habilidad para buscar la solución más adecuada a un problema/conflicto, identificando en ello oportunidades de cambio y crecimiento personal y social.</p> <p>Resolver, junto a sus compañeros y compañeras, los problemas que se presentan en su aula y en la institución educativa.</p>
Toma de decisiones	<p>Proceso mediante el cual se realiza una elección entre las alternativas o formas para resolver diferentes situaciones de la vida; estas se pueden presentar en diferentes contextos: familiar, escolar, social.</p> <p>Tomar una decisión implica elegir entre alternativas, preferir una cosa en vez de otra, formar un juicio sobre algo que genera duda y adoptar una determinación al respecto.</p> <p>Tomar decisiones en función de las situaciones que afectan su vida, la de su familia y comunidad.</p> <p>Asumir con responsabilidad las decisiones tomadas.</p>

Nota: La tabla representa las cinco habilidades para la vida, centradas en las destrezas emocionales de los estudiantes, Sistema Nacional Educativo MINEDUC-2019

El presente artículo se enmarca en un proyecto de investigación que tiene por objetivo final el desarrollo de un programa para fortalecer el aprendizaje socio-emocional en estudiantes de 8vo., 9no. y 10mo. de educación general básica (EGB).

La muestra encuestada fue de 405 estudiantes, arrojando los siguientes resultados.

Según los datos que se reflejan en la tabla 2, el 39% de la muestra encuestada corresponde a estudiantes del 10mo. año de la EGB, siendo este el valor más alto. El 34% corresponde al 8vo. año de la EGB y, el 27%, al 9no. año de la EGB, siendo este último el valor más bajo del número de estudiantes que participaron en la encuesta.

Tabla 2

Población encuestada

<i>Nivel</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
8vo. EGB	127	34%
9no. EGB	101	27%
10mo. EGB	146	39%
Total	374	100%

Nota: La tabla representa la muestra de estudiantes encuestados de 8vo, 9no y 10mo año.

(Valencia Pereira & Vera Ostaiza, 2021)

Sobre la base de los resultados reflejados en la *Tabla 3*, acerca de la habilidad socioemocional empatía, nos indica que, del total de encuestados, 189 estudiantes, a veces, les resulta fácil ponerse en la situación de otra persona, lo que equivale al 50.8% de la población. 230 estudiantes manifestaron que siempre tratan a las personas con amabilidad y respeto, dando un 61%; 130 encuestados afirmaron que a veces piensan que antes de dirigirse a una persona deben observarla para saber cómo conversar de un tema determinado, coincidiendo con 130 que manifiestan que siempre lo hacen. El 41.3%, que corresponde a 156 encuestados, señala que, a veces, si observan que un compañero de aula (que no es su amigo) se siente triste, creo que debemos preguntarle sobre lo que le sucede y acerca de lo que siente.

El 48.7%, de los que representa a 183 encuestados, manifiestan que con frecuencia reaccionan y dicen las cosas sin pensar en los demás; después de todo, piensan que la sinceridad debe primar, ante todo.

Tabla 3

Habilidad socioemocional: Empatía

HABILIDAD	GUIÓN DE PREGUNTAS	FRECUENCIA				TOTAL
		NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	
Empatía	1. ¿Me resulta fácil ponerme en la situación del otro?	108	189	43	32	372
	2.- Trato a las personas con amabilidad y respeto?	0	46	101	230	377
	3.- Pienso que antes de dirigirme a una persona, debo observarla para saber cómo conversar de un tema determinado.	16	130	100	130	376
	4.- ¿Si observo que un compañero de aula (que no es mi amigo) se siente triste, creo que debo preguntarle sobre lo que le sucede y acerca de lo que siente?	26	156	78	118	378
	5.- Con frecuencia reacciono y digo las cosas sin pensar en los demás, después de todo, pienso que la sinceridad debe primar, ante todo.	35	183	65	93	376

Nota: La tabla representa la frecuencia de las respuestas acerca de la habilidad de empatía.

(Valencia Pereira & Vera Ostaiza, 2021)

Sobre la base de la *tabla No.4*, acerca de la habilidad del Autoconocimiento, se puede determinar que 218 encuestados, equivalente al 58.3% de la población, consideran que a veces les es difícil expresar sus ideas, creen que no es necesario decir siempre lo que uno piensa; así también el 46.6%, indica que nunca les gusta juntarse o conversar con personas que no tengan la misma condición social; 264 encuestados o estudiantes, siendo

un equivalente al 70.2%, creen que siempre todos deberíamos ser tratados de la misma manera, a pesar de nuestras diferentes creencias o ideologías. 166 estudiantes o 44.1% de los encuestados afirman que siempre saben lo que es trabajar en equipo, así que no tienen problemas en realizar con cualquiera de sus compañeros cuando el profesor asigna un trabajo en grupo, y, por último, los 141 estudiantes, que corresponde al 37.5% de los encuestados, manifiestan que siempre creen que cuando sucede algún inconveniente en el aula todos deben unirse para proponer soluciones.

Tabla 4*Habilidad socioemocional: Autoconocimiento*

HABILIDAD	GUIÓN DE PREGUNTAS	FRECUENCIA				TOTAL
		NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	
Autoconocimiento	1.- Me es difícil expresar mis ideas, creo que no es necesario decir siempre lo que uno piensa.	36	218	69	51	374
	2.- No me gusta juntarme o conversar con personas que no tengan mí misma condición social.	174	120	52	270	373
	3.- Creo que todos deberíamos ser	12	48	52	264	376

tratados de igual manera, a pesar de nuestras diferentes creencias o ideologías.					
4.- Sé lo que es trabajar en equipo, así que no tengo problemas en trabajar con cualquiera de mis compañeros, cuando el profesor asigna un trabajo en grupo.	32	94	84	166	376
5.- Creo que cuando sucede algún inconveniente en el aula, todos nos unimos para proponer soluciones.	21	127	87	141	376

Nota: La tabla representa la frecuencia de las respuestas acerca de la habilidad de autoconocimiento. (Valencia Pereira & Vera Ostaiza, 2021)

La *tabla 5* nos indica que, acerca de la habilidad de manejo de emociones, el 48.9% de los estudiantes afirman que nunca, cuando un compañero tiene una idea u opinión diferente a la suya, lo critican ni les molesta su forma de pensar. El 43.9% de la población encuestada se pronuncia que si la profesora les hace una observación o corrección en

público, nunca se molestan tanto hasta el punto de irritarse; el 57% indica que a veces, si sucede una situación bochornosa en el aula o pasan por una situación incómoda, esto llega a alterar su día, de manera que no se sientan tranquilos. De igual manera, el 46.5% expresa que su estado de ánimo a veces interfiere con sus estudios.

Tabla 5*Habilidad socioemocional: Manejo de las emociones*

HABILIDAD	GUIÓN DE PREGUNTAS	FRECUENCIA				TOTAL
		NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	
Manejo de las emociones	1.- Cuando un compañero tiene una idea u opinión diferente a la tuya, lo criticas y te molesta su forma de pensar.	183	147	25	19	374
	2.- Si tu profesora te hace una observación o una corrección en público, te molesta tanto hasta irritarte.	164	151	40	19	374
	3.- Si sucede	91	212	45	24	372

una situación bochornosa en el aula o pasas por una situación incómoda, esto llega a alterar tu día, de manera que no te sientas tranquilo/a?

4.- Si tuviste una discusión en casa con tus padres, es probable es que esto afecte tu conducta durante el día.

5.- Sientes que tu estado anímico interfiere en tus estudios.

125	174	40	34	373
80	172	56	62	370

Nota: La tabla representa la frecuencia de las respuestas acerca de la habilidad de Manejo de las emociones. (Valencia Pereira & Vera Ostaiza, 2021)

En la *tabla No.6*, sobre la habilidad de resolución de conflictos, podemos observar que 145 estudiantes, correspondiente al 38.7%, indican que a veces están de acuerdo con la autoridad del aula, en este caso, con los profesores tutores; piensan que es mejor quedarse callado antes de ganarse un problema por decir lo que piensan. 176 encuestados, que representan el 46.9%, también manifiestan que a veces suelen comunicar sus pensamientos ideas o sentimientos acerca de las situaciones que no les agrada, 37.8% siendo un total de 141 estudiantes coinciden que siempre que están molestos con alguien prefieren calmarse para pensar en lo que dirán y como lo dirán, de manera que nadie salga lastimado, 143 participantes reflejan el 38.2% que a

veces uno debe ser como es y que si les gana el impulso no tiene importancia, porque lo importante es comunicarse y que los demás sepan cómo se siente, así mismo 42.4% siendo un 159 encuestados manifiestan que nunca tratan de no poner apodos a sus compañeros pues entienden que para algunos no es una broma y pueden sentirse ofendidos.

Tabla 6

Habilidad socioemocional: Resolución de Conflictos

HABILIDAD	GUIÓN DE PREGUNTAS	FRECUENCIA				TOTAL
		NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	
Resolución de conflictos	1.- Si no estoy de acuerdo con la autoridad de mi aula, en este caso con una de las profesoras o tutoras, pienso que es mejor quedarme callado/a antes de “ganarme un problema” por decir lo que pienso.	107	145	56	67	375
	2.- Suelo comunicar mis pensamientos, ideas o sentimientos acerca de una situación que no me agrade.	60	176	82	57	375
	3.- ¿Cuándo estoy molesto con alguien, prefiero calmarme para pensar	41	101	90	141	373

en lo que diré y cómo lo diré, de manera que nadie salga lastimado?					
4.- Creo que uno debe ser cómo es, si me gana el impulso no importa, lo importante es comunicar y que los demás sepan cómo te sientes.	39	143	91	101	374
5.-Trato de no poner – apodos - a mis compañeros, pues entiendo que para algunos esto no es una broma y pueden ofenderse.	159	98	53	65	375

Nota: La tabla representa la frecuencia de las respuestas acerca de la habilidad de Habilidad socioemocional: Resolución de Conflictos. (Valencia Pereira & Vera Ostaiza, 2021)

En la tabla No.7, sobre la habilidad de toma de decisiones podemos referir que el 41.3% o 114 estudiantes afirman que, a veces, cuando un compañero se olvida su lonchera o algún material, no dudan en ofrecerles su apoyo para que no se vean perjudicados. El 58.8% o 220 encuestados indican que siempre asisten a clases correctamente uniformados y siguen las normas del colegio. 162 o el 43.3% de participantes dicen que siempre son personas prudentes en cuanto a los comentarios que puedan realizar, creen que la discreción es parte del respeto. El 46.7%, que representa a 175 estudiantes,

afirman que no tienen mucho dinero, pero siempre que hay que recolectar ropa o víveres para familias necesitadas, ellos brindan su apoyo inmediato. 137 o el 36.1% de alumnos coinciden en que a veces participan en obras sociales.

Tabla 7

Habilidad socioemocional: Toma de decisiones

HABILIDAD	GUIÓN DE PREGUNTAS	FRECUENCIA				TOTAL
		NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	
Toma de decisiones	1.- Cuando un compañero se olvida su lonchera o algún material, no dudo en ofrecerle mi apoyo para que no se vea perjudicado.	19	114	87	155	375
	2.- Asisto a clases correctamente uniformado y sigo las normas de mi colegio.	8	60	86	220	374
	3.- Soy una persona prudente en cuanto a los comentarios que pueda realizar, creo	12	104	95	162	373

que la
discreción es
parte del
respeto.

4.- No tengo
mucho dinero,
pero cuando
hay que
recolectar
ropa o víveres
para familias
necesitadas,
brindo mi
apoyo de
inmediato.

5.- Cuando
hay obras
sociales,
participo de
ellas.

14**8****78****175****375****12****137****103****127****379**

Nota: La tabla representa la frecuencia de las respuestas acerca de la habilidad de Habilidad

Toma de decisiones. (Valencia Pereira & Vera Ostaiza, 2021)

CONCLUSIONES

- Sobre la base de los resultados de la encuesta realizada acerca de las cinco habilidades emocionales --empatía, autoconocimiento, manejo de emociones, resolución de conflictos y toma de decisiones--, aplicada a los estudiantes de educación general básica superior, de distintas unidades educativas, se pudo constatar la presencia de varios problemas de índole emocional, dentro de los cuales destacan las mínimas relaciones empáticas con los demás, la inconveniencia para relacionarse con personas que no sean de la misma condición social, así como la dificultad de expresar y dar a conocer sus puntos de vista u opinión cuando se les presenta algún problema con otras personas. Esto es en lo que respecta a la empatía, el conocimiento de sí y el manejo de conflictos, respectivamente.



- El manejo de las emociones y la habilidad de toma de decisiones resultaron a un nivel alto, en comparación con las restantes, ya expuestas.
- Todo lo dicho incide necesariamente en la calidad del proceso de aprendizaje, por lo que hay que regular mancomunadamente la formación y desarrollo de las habilidades socioemocionales descritas y, con ello, fortalecer la comunidad educativa y la sociedad en general.
- Como una de las alternativas de solución sería capacitar, en especial a los padres de familia y/o representantes legales ya que la educación en valores nace en los hogares, y a la vez fortalecer a docentes, autoridades, para que de manera adecuada, precisa y oportuna puedan identificar posibles problemas en los estados emocionales de los estudiantes y, a la par, buscar la solución más adecuada en el momento preciso, siguiendo la guía de rutas y protocolos del MINEDUC, y con esto evitar problemas mayores que se puedan presentar a futuro.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Bisquerra y Pérez (20/05/21). Las emociones influyen en el desarrollo emocional de la persona. Recuperado de http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-42212017000100029#:~:text=Las%20emociones%20influyen%20de%20una,que%20acomp%C3%B1a%20a%20este%20proceso 20/02/2021

Bosada, M. (27/05/2020). La educación emocional, clave para la enseñanza-aprendizaje en tiempos de coronavirus. Educaweb. Recuperado de <https://www.educaweb.com/noticia/2020/05/27/educacion-emocional-clave-enseñanza-aprendizaje-tiempos-coronavirus-19205/>



Castellano, D. (20/04/2016). Conducta emocional. Prezi. Recuperado de https://prezi.com/ox_os9slvq2z/conducta-emocional/

Forney, P. (10/05/2015). 10 pasos esenciales para desarrollar tu inteligencia emocional. Habilidad Social. Recuperado de <https://habilidadsocial.com/como-desarrollar-la-inteligencia-emocional/>

Goleman, D. (1995). Inteligencia emocional. México: McGraw-Hill
_____. (21/02/2021). Recuperado de <https://habilidadsocial.com/como-desarrollar-la-inteligencia-emocional/>

Medina, V. (04/08/2020). Las emociones básicas de los niños. Guía infantil.com.

Recuperado de <https://www.guiainfantil.com/blog/educacion/conducta/las-emociones-basicas-de-los-ninos-alegria-tristeza-miedo-ira-y-asco/>

Moreno, J. (01/07/2017). El desarrollo emocional. Espacio logopédico.
Recuperado de <https://www.espaciologopedico.com/revista/articulo/237/el-desarrollo-emocional.html#:~:text=Prestar%20atenci%C3%B3n%20a%20las%20necesidades,futuro%20desarrollo%20escolar%20y%20social.>

Museo de los metales. (26/02/2019). Habilidades socioemocionales en el salón

de clases. Recuperado de http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-



MAPA

Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas

<http://revistamapa.org/index.php/es>

ISSN: 2602-8441

42212017000100029#:~:text=Las%20emociones%20influyen%20de%20una,que%20acompa%C3%B1an%20a%20este%20

Verdisco, A. (12/11/2013). Enfoque educación. BID mejorando vidas.
Recuperado de <https://blogs.iadb.org/educacion/es/como-las-emociones-de-los-ninos-afectan-su-aprendizaje/>