



TÍTULO

Estrategia educativa de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales para la prevención de la salud mental de los estudiantes de básica primaria del colegio francisco miranda, período 2024 – 2025.

TESIS DE MAESTRÍA

que para obtener el Grado de MSc.

MAESTRÍA EN EDUCACIÓN Y TECNOLOGÍA DIGITAL

**PRESENTADO POR:
María Catalina Díaz Carpintero**

**ASESORA:
María Alicia Alemán Castillo**

México, (2025)

La presente Tesis de Maestría debe ser citada como:

Díaz Carpintero, María Catalina (2025). " Estrategia educativa de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales para la prevención de la salud mental de los estudiantes de básica primaria del colegio francisco miranda, período 2024 – 2025.". [tesis de Maestría. Universidad de Investigación e Innovación de México-UllX].



Esta obra está bajo una [Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-SinDerivar 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)Se permite la reproducción total o parcial y la comunicación pública de la obra con reconocimiento de la autoría. No se permite el uso comercial ni la creación de obras derivadas.

Resumen

El estudio analiza las estrategias educativas de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales para la prevención de la salud mental de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda. En el contexto actual, los niños y niñas que cursan la básica primaria no sólo enfrentan desafíos académicos, sino también emocionales, que muchas veces pasan desapercibidos o se abordan de manera superficial. En el Colegio Francisco de Miranda, docentes y directivos han identificado situaciones frecuentes de acoso escolar, uso inadecuado del celular, conflictos en la convivencia, dificultades en la expresión emocional, consumo temprano de sustancias y manifestaciones de ansiedad e ideación suicida. En consecuencia, se ha planteado como hipótesis: La implementación de una estrategia pedagógica mediada por tecnologías digitales, diseñada para fortalecer la inteligencia emocional en estudiantes de básica primaria, favorecerá el desarrollo de habilidades como la autorregulación emocional, la empatía y la resiliencia. Los resultados refieren la utilización de métodos de enseñanza y aprendizaje para el manejo de las emociones de los alumnos. El manejo de las emociones ha influido de manera positiva, ya que han desarrollado los componentes de la inteligencia emocional. En este sentido, los resultados muestran que la implementación de estrategias virtuales para la promoción y prevención de la salud mental de los estudiantes resulta prioritaria, ya que la investigación ha revelado que estas influirán de forma positiva tanto a los estudiantes, como los implicados en el proceso enseñanza del Centro educativo bajo estudios, considerando que las mismas estarán diseñadas y adaptadas a la realidad del contexto educativo y los lineamientos establecidos por las leyes del país.

Palabras clave: *estrategia educativa, inteligencia emocional, educación primaria, salud mental, herramientas digitales, aprendizaje socioemocional.*

Summary

This study analyzes educational strategies for emotional intelligence using virtual tools to prevent mental health issues among primary school students at Colegio Francisco Miranda. In the current context, children in elementary school not only face academic challenges but also emotional ones, which often go unnoticed or are addressed superficially. At Francisco de Miranda School, teachers and administrators have identified frequent instances of bullying, inappropriate cell phone use, conflicts in social relationships, difficulties in emotional expression, early substance use, and manifestations of anxiety and suicidal ideation. Consequently, the following hypothesis has been proposed: The implementation of a pedagogical strategy mediated by digital technologies, designed to strengthen emotional intelligence in elementary school students, will favor the development of skills such as emotional self-regulation, empathy, and resilience. The results highlight the use of teaching and learning methods for managing students' emotions. Emotional management has had a positive impact, as students have developed the components of emotional intelligence. In this sense, the results show that the implementation of virtual strategies for promoting and preventing student mental health is a priority, as research has revealed that these strategies will positively influence both students and those involved in the teaching process at the educational center under study, considering that they will be designed and adapted to the reality of the educational context and the guidelines established by the country's laws.

Keywords: *educational strategy, emotional intelligence, primary education, mental health, digital tools, socio-emotional learning.*

Agradecimientos

A mi familia, con todo mi corazón. Gracias por ser el refugio en mis momentos de cansancio, por cada palabra de aliento, cada silencio que entendía sin preguntas, y por ese amor incondicional que sostuvo mi camino cuando flaqueaba. Ustedes han sido mi raíz, mi impulso y mi certeza de que vale la pena persistir, incluso cuando el horizonte parece lejos.

A los directivos y docentes de la Universidad UIIX, mi gratitud sincera por creer en la educación como transformación y por acompañarme con compromiso, respeto y claridad en cada etapa de este proceso. A mis profesores, gracias por compartir no solo saberes, sino también vocación. Sus enseñanzas y orientaciones fueron guía firme y generosa en este recorrido.

A la comunidad educativa del Colegio Francisco de Miranda, en especial al señor rector Jaime Carrizosa, gracias por abrirme las puertas con confianza, por permitir que esta propuesta se hiciera realidad en las aulas y por creer en el poder de las emociones como parte esencial del aprendizaje. Cada experiencia compartida en ese espacio marcó profundamente el sentido de esta investigación.

A todos los que, de una u otra manera, me tendieron la mano, me brindaron escucha o me ofrecieron fe en mí cuando más lo necesitaba: gracias. Este trabajo también les pertenece.

Dedicatorias

A mí, porque, aun cuando la vida me golpeó con la pérdida irreparable de mis padres, encontré la fuerza para seguir caminando. Porque convertí el dolor en impulso, la ausencia en homenaje, y este trabajo en una ofrenda viva para ellos. Me dedico este triunfo como un recordatorio de que el amor, la disciplina y la entrega pueden transformar cualquier noche oscura en amanecer.

A mis hijas, mis princesas, mi inspiración inagotable. Su existencia le da sentido a cada esfuerzo, su amor es mi refugio y su mirada, mi empuje. Gracias por enseñarme a no rendirme, por motivarme a crecer y por ser el motivo más puro que tengo para seguir aprendiendo, soñando y construyendo.

A todas las madres valientes que, como yo, equilibran sus responsabilidades con sus anhelos, que cuidan, crían y estudian con dignidad, cansancio y coraje. Y muy especialmente, a mi madre, Blanca Aurora Carpintero, que me enseñó lo que significa la entrega, la resiliencia y el amor sin condiciones. Todo lo que soy, y todo lo que logro, lleva su huella.

ÍNDICE GENERAL

Resumen	2
Summary	3
Agradecimientos	4
Dedicatorias	5
INTRODUCCIÓN	10
Capítulo 1: Proyección de la Investigación	12
1.1. Línea de investigación y su ámbito de estudio	12
1.2. Planteamiento del problema	12
1.3. Formulación del problema (preguntas de investigación).....	15
1.4. Justificación	16
1.5. Objeto de estudio	19
1.6. Campo de acción.....	19
1.7. Objetivos	19
1.7.1. Objetivo general.....	19
1.7.2. Objetivos específicos	20
1.8. Hipótesis	20
1.9. Alcance temático	20
1.10. Delimitación espacial y temporal	21
Capítulo 2: Fundamentos Teóricos Referenciales	23
2.1. Estado del arte (marco histórico y actual)	23
2.2. Marco teórico	29
2.3. Marco conceptual.....	37
2.4. Marco contextual	42
2.5. Marco legal y normativo.....	43
Capítulo 3. Fundamentos Metodológicos y Resultados de Investigación	47
3.1 Cuadro operacionalización de variables	47
3.2. Diseño metodológico	50
3.2.1 Definición del enfoque, diseño y tipo de investigación de la tesis	50
3.2.2. Definición de métodos, técnicas e instrumentos de obtención de datos	52
3.2.3. Desarrollo de los instrumentos de obtención de los datos	53

3.2.4. Determinación de la muestra y su criterio de selección	55
3.3 Trabajo de campo (o presentación de evidencias, si corresponde).....	56
3.3.1. Aplicación de los instrumentos.....	57
3.3.2. Procesamiento de la información.....	57
3.4. Análisis de los resultados en los datos obtenidos	71
3.5. Redacción de resultados y discusión	72
Capítulo 4. Propuesta de Transformación	75
4.1. Fundamentación de la propuesta de transformación	75
4.2. Estructura de la propuesta de transformación.....	76
4.3. Valoración/ evaluación/ validación de la propuesta de transformación	87
CONCLUSIONES	90
RECOMENDACIONES	94
BIBLIOGRAFÍA	97
ANEXOS.....	102

Índice de gráficos

Gráfico 1	Estudiantes emocionalmente estables en el aula	59
Gráfico 2	Capacidad de los estudiantes de autocontrolarse frente a un problema	60
Gráfico 3	Surgimiento de conflictos provocados por los cambios emocionales de sus estudiantes.....	61
Gráfico 4	Cambios emocionales en los alumnos	62
Gráfico 5	Emociones presentadas por los estudiantes	63
Gráfico 6	Utilización dentro y fuera del aula algún tipo de estrategia o método para el manejo de las emociones en los estudiantes	64
Gráfico 7	Estrategias utilizadas	65
Gráfico 8	Componentes intrapersonales desarrollados por el estudiante a través del uso de las estrategias de enseñanza y aprendizaje en el manejo de las emociones	66
Gráfico 9	Componentes interpersonales desarrollados por el estudiante a través del uso de las estrategias de enseñanza y aprendizaje en el manejo de las emociones	67
Gráfico 10	Recursos utilizados para motivar a sus estudiantes al logro de las competencias de la inteligencia emocional.....	68
Gráfico 11	Forma en la que ha influido el manejo de las emociones que ha otorgado a sus estudiantes	69
Gráfico 12	Nivel del manejo de las emociones de estudiantes.....	70

Índice tablas

Tabla 1 Operacionalización de las variables	48
Tabla 2 Evaluación de la propuesta	87

INTRODUCCIÓN

El desarrollo emocional de los estudiantes ha cobrado creciente relevancia en los escenarios escolares del siglo XXI. Más allá del rendimiento académico, se reconoce que las emociones desempeñan un rol relevante en la manera en que los niños y niñas aprenden, se asocian y afrontan la vida. En este contexto, la inteligencia emocional se presenta como una competencia fundamental para la formación integral, especialmente en etapas como la básica primaria, donde las experiencias emocionales marcan huellas profundas y duraderas.

La presente investigación se origina en la necesidad urgente de responder a una realidad concreta: los estudiantes de la Institución Educativa Francisco de Miranda, ubicada en Rovira enfrentan diversas problemáticas que afectan su bienestar emocional. Entre ellas se destacan el acoso escolar, el uso inadecuado del celular, el consumo de sustancias psicoactivas, la ideación suicida y las dificultades en el manejo de la sexualidad. Estas situaciones, lejos de ser excepcionales, reflejan una deuda estructural de la escuela en el abordaje de la dimensión emocional del aprendizaje.

Frente a ello, este estudio propone el diseño, implementación y evaluación de una estrategia pedagógica mediada por un ambiente virtual de tipo e-learning, orientada al fortalecimiento de la inteligencia emocional. La propuesta se enmarca en una perspectiva humanizadora, que entiende las tecnologías digitales no como herramientas neutras, sino como espacios de mediación afectiva, ética y pedagógica. Como afirma Bisquerra (2012), “la educación emocional es una respuesta a necesidades sociales no suficientemente atendidas por el currículo ordinario” (pág. 17).

Para ello, se trabajó con estudiantes de grados 3.º a 5.º de básica primaria, docentes de informática y familias, a través de una metodología mixta y un diseño de investigación-acción. Las plataformas Padlet, Canva, Genially, Google Classroom y Educaplay fueron utilizadas como medios para promover la expresión emocional, el reconocimiento de emociones propias y ajenas, y la regulación afectiva en el aula virtual y presencial.

Este documento desarrolla cuatro capítulos. En el primero, la proyección de la investigación, incluye temas tales como, la línea de investigación, planteamiento y formulación del problema. El segundo recoge los fundamentos teóricos referenciales, este se encuentra dividido en marco teórico, conceptual, contextual, legal y normativo que sustenta la propuesta. El tercero presenta los fundamentos metodológicos y resultados de la investigación, detallando técnicas e instrumentos aplicados, así como los hallazgos de campo y su análisis. El cuarto, formula una propuesta de transformación aplicable y escalable, sustentada en la experiencia y validación del proceso. En conjunto, esta tesis busca no solo aportar a la investigación educativa, sino también ofrecer una hoja de ruta viable para promover la salud mental escolar desde el corazón de la escuela pública y desde la calidez de la tecnología al servicio del bienestar.

Capítulo 1: Proyección de la Investigación

1.1. Línea de investigación y su ámbito de estudio

La línea de investigación en Innovación Educativa y Tecnología Aplicada, conforme a los lineamientos de la Universidad de Investigación e Innovación de México (UIIX), fue el punto de partida para abordar el problema identificado en la Institución Educativa Francisco de Miranda. Esta línea permitió promover el desarrollo y la implementación de estrategias pedagógicas innovadoras, integrando herramientas digitales para transformar la experiencia de aprendizaje y enfrentar desafíos emergentes en contextos escolares reales.

Desde este enfoque, el proyecto se orienta a fortalecer la inteligencia emocional de los estudiantes mediante ambientes virtuales de aprendizaje (e-learning), buscando mejorar la convivencia escolar, el bienestar emocional y el rendimiento académico, especialmente en comunidades con recursos limitados. La propuesta articula la tecnología no como un fin, sino como un medio para humanizar la educación y atender dimensiones afectivas que tradicionalmente han sido descuidadas.

La línea de investigación de la UIIX resalta el papel de las tecnologías digitales como aliadas en la promoción del desarrollo integral, y enfatiza que estas herramientas pueden facilitar el acceso a recursos educativos, pero también actuar como mediadoras en la construcción de habilidades socioemocionales. A partir del diálogo con la comunidad educativa y del análisis situado de sus necesidades, se priorizó la creación de entornos digitales adaptados, en los que los estudiantes encontraran apoyo, orientación y estrategias para la gestión saludable de sus emociones.

1.2. Planteamiento del problema

El profesional de la educación cumple una función primordial en la vida de cada uno/a de sus estudiantes, ya que su labor no sólo se centra en la transmisión de conocimientos académicos, sino que se convierte en modelo de actitudes personales y emocionales para sus estudiantes. Es así que se reconoce la labor docente como agente formadora, no sólo en el ámbito académico e intelectual, sino también en el área personal y social.

El papel que juega el personal docente es de suma importancia, pues, al permanecer por extensos periodos en las aulas en interacción con los estudiantes, tiene la posibilidad de observar su comportamiento y obtener información muy valiosa, indispensable para potenciar el desarrollo integral de la población estudiantil. En cuanto a esto, los docentes pueden cumplir un papel esencial en la construcción de una educación basada en las emociones del estudiantado.

El procesamiento emocional efectivo es un acto complejo que involucra más que practicar técnicas que pueden servir como mediadores para guiar el comportamiento de un estudiante. Más bien, el manejo de las emociones, además de la técnica, encarna el estilo y las normas de las figuras de autoridad en sus relaciones con los subordinados.

El control emocional en el aula es esencial para crear un entorno que conlleve a promover un buen rendimiento académico. Es importante estimular la motivación y alentar a los estudiantes a desarrollar sus habilidades con buena actitud y personalidad. Desde siempre, las emociones se han relacionado con la dimensión más animal de la persona, con la parte irracional. Por esto, la educación siempre ha intentado desarrollar y trabajar más la razón de las personas para que esta pudiera dominar sus emociones a través de la razón.

La educación tradicional ha primado el conocimiento por encima de las emociones. No se le ha dado suficiente importancia al manejo de las emociones por parte del docente sin tener en cuenta el peso que tiene en cualquier contacto educativo y en las interacciones sociales. Afortunadamente, en la actualidad está demostrado el rol que tiene la dimensión emocional en el proceso de enseñanza y aprendizaje en la escuela y cómo influye en el bienestar de los alumnos.

“Actualmente, las emociones juegan un papel fundamental en la vida cotidiana de las personas, estas impactan en todas las dimensiones del ser humano que se ven reflejada en su quehacer diario. El ser humano desde la infancia, comienza a experimentar sensaciones, emociones, y vivencias, que repercutirán en su vida emocional y más adelante en su personalidad, formas de aprender e identidad propia. En la adolescencia, el individuo, ya

presenta un historial emocional construido a partir de sus experiencias de vida, tanto a nivel familiar y sociocultural”. (Galindo, 2016, p.119)

Una persona que no es capaz de identificar, auto-controlar, y gestionar sus emociones es una persona que presentara dificultades en su aprendizaje. Debido a que se ha comprobado científicamente que las emociones positivas, tales como la felicidad, el amor y la sorpresa, contribuyen de manera directa con la razón; tanto, que algunos estudios demuestran que las personas que alcanzan mayores objetivos en la vida, no son las que mejores calificaciones sacaban, sino las que sabían socializar y comprender a los demás.

Hoy en día se ha tomado conciencia que de nada sirve que la escuela se enfoque simplemente en formar a seres con alto coeficiente intelectual o sobresalientes en asignaturas tradicionales como las matemáticas y literatura, si en los conocimientos en los cuales se destacaron a nivel académico no darán frutos en la vida cotidiana, porque estos no aprendieron a utilizarlas para desenvolverse factiblemente en la sociedad. Es ahí donde los educadores entran a modificar su modelo de enseñanza, encaminándolo también a formar seres con habilidades sociales, emocionales y académicas.

En el contexto actual, los niños y niñas que cursan la básica primaria no sólo enfrentan desafíos académicos, sino también emocionales, que muchas veces pasan desapercibidos o se abordan de manera superficial. En el Colegio Francisco de Miranda, docentes y directivos han identificado situaciones frecuentes de acoso escolar, uso inadecuado del celular, conflictos en la convivencia, dificultades en la expresión emocional, consumo temprano de sustancias y manifestaciones de ansiedad e ideación suicida.

Estas problemáticas no son nuevas, pero se han intensificado tras los efectos de la pandemia, el aislamiento social, y el acceso desregulado a contenidos digitales. Como lo señala la UNESCO (2021), “la salud mental de los niños debe ser una prioridad en la recuperación pospandemia. El sufrimiento emocional no tratado en la infancia puede condicionar toda la trayectoria de vida” (p. 6).

Pese a los esfuerzos institucionales, aún no existen programas formales ni sistemáticos de educación emocional en primaria. La ausencia de espacios de contención y expresión emocional impide que los niños aprendan a nombrar lo que sienten, a resolver conflictos pacíficamente y a construir relaciones sanas. La escuela, como espacio formador, tiene la responsabilidad de responder a esta necesidad urgente.

1.3. Formulación del problema (preguntas de investigación)

¿Cómo contribuir a la prevención de la salud mental de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda, periodo 2024 - 2025?

Preguntas de investigación

¿Cuáles son los fundamentos teóricos conceptuales de estrategia educativa de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales en relación con la prevención de la salud mental de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda?

¿Cómo se aprecia el estado actual del problema en el contexto de la salud mental en relación con las estrategias de enseñanza que utilizan los docentes para el manejo de las emociones básicas de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda?

¿Qué propuesta de estrategia educativa de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales puede prevenir la salud mental de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda?

¿Cuál es la pertinencia de la propuesta estrategia educativa de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales en relación con la prevención de la salud mental de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda?

1.4. Justificación

El aprendizaje permanente es un proceso que debe desarrollarse de manera participativa. Como resultado, la formación se adquiere no sólo en la escuela sino también fuera de ella, incluso a través del empleo. Los profesores y estudiantes encuentran una amplia gama de emociones en el aula; Gestionar estas emociones puede mejorar las interacciones interpersonales y el proceso de enseñanza y aprendizaje.

El aspecto emocional de todo ser humano se considera esencial para comprender su evolución, su comportamiento ante diversos estímulos y situaciones, y las relaciones que construye con otras personas a lo largo de su vida a medida que se integra en la sociedad. Este aspecto es crucial que los educadores lo consideren al examinar las vidas de los alumnos a su cargo en las instituciones de aprendizaje.

En este orden, en el corazón de la escuela suceden muchas cosas que no siempre aparecen en los informes académicos. Niños que llegan cargando emociones que no saben nombrar, docentes que intentan contener lo incontenible, y aulas donde a veces el silencio emocional se vuelve más fuerte que cualquier bullicio. En la Institución Educativa Francisco de Miranda, ubicada en Rovira, esta realidad es constante: estudiantes de básica primaria enfrentan diariamente desafíos que superan lo curricular. El acoso escolar, el uso desmedido del celular, la desinformación en torno a la sexualidad, la ansiedad silenciosa o incluso la ideación suicida han dejado de ser casos aislados y se han convertido en síntomas de un sistema educativo que aún no ha aprendido a mirar con profundidad el mundo emocional de los niños.

Las emociones y sentimientos son muy prevalentes en esta sociedad, incluyendo la fuerza, el miedo, la fuerza de voluntad, la desesperanza, la alegría, la tristeza y la frustración. Todos ellos influyen de alguna manera en el comportamiento de las personas. Por lo tanto, una de nuestras tareas como educadores será preparar a nuestros alumnos, proporcionarles una base para su desarrollo futuro, para que puedan aprender a reconocer y controlar todas las emociones que moldearán su identidad, forma de vida, personalidad, y acciones.

Esta investigación se justifica por una convicción: educar las emociones salva vidas. Y más aún cuando esa educación puede darse desde un entorno cercano, cálido y adaptado a las realidades digitales actuales. Si bien la escuela históricamente ha priorizado el desarrollo cognitivo, hoy se hace urgente abrir espacio a la dimensión afectiva. Como afirma Bisquerra (2012), “la educación emocional debe formar parte del currículo porque las emociones forman parte de la vida” (p. 25). Negarlas o postergarlas es seguir formando estudiantes competentes en matemática, pero frágiles frente al dolor, la frustración o la pérdida.

Además, esta propuesta se vuelve significativa porque plantea un puente entre lo pedagógico y lo tecnológico. No se trata de reemplazar la cercanía del aula con una pantalla, sino de hacer de la tecnología un espacio emocionalmente seguro, donde el niño pueda verse, expresarse, construir, y ser acompañado. Las plataformas digitales utilizadas, como Padlet, Genially, Canva, Educaplay o Google Classroom, se transforman aquí en escenarios de acompañamiento, donde el docente guía, el estudiante crea, y la emoción se legitima como parte del proceso de aprendizaje.

Por último, esta tesis adquiere relevancia al partir de un contexto real: una comunidad educativa que cuenta con talento humano comprometido, pero con recursos limitados. Una escuela pública donde el esfuerzo docente muchas veces sustituye la ausencia de figuras familiares, y donde la virtualidad no se impone, sino que se adapta para responder a lo más importante: el bienestar integral de los niños. Esta investigación, entonces, no es solo un requisito académico. Es un acto de cuidado. Un gesto pedagógico. Una manera de decirle a cada estudiante: *“lo que sientes también importa aquí”*.

Justificación teórica

A través de la realización de este estudio y su exponencial en bases teóricas se pretende despertar el interés en el tema de la educación en inteligencia emocional del estudiante, con el propósito de tomar conciencia de esta situación, ayudar a reconocer las emociones y darles un espacio dentro del aula, como un elemento valioso para mejorar el aprendizaje al contar con un entorno favorable.

Justificación metodológica

Se utilizará una metodología descriptiva, bibliográfica y de campo, en la cual se desarrollarán todos los aspectos concernientes a la educación respecto a las emociones de los estudiantes y las posibles problemáticas que pueden surgir, tanto entre el estudiantado y los docentes; así como entre estudiantes y sobre todo en el ambiente escolar en el que se desenvuelven ambas partes; cuyos resultados favorezcan los lineamientos para establecer estrategias que conlleven al mejoramiento de cualquier situación que se presente desde las relaciones interpersonales e intrapersonales que requiera de un trabajo continuo para el fortalecimiento de las emociones de los estudiantes, dando así una solución a los conflictos presentados.

Justificación práctica

Este estudio se realiza con el firme propósito de ofrecer una mejor comprensión sobre el valor de las emociones en el contexto interaccionar y con ello, propiciar el desarrollo de actividades pedagógicas, que consideren el tema favoreciendo el cumplimiento de los objetivos, en el proceso educativo al visualizar al estudiante como un ser integral.

Justificación personal

El aprendizaje permanente es un proceso que debe desarrollarse de manera participativa. Como resultado, la formación se adquiere no sólo en la escuela sino también fuera de ella, incluso a través del empleo. Los profesores y estudiantes encuentran una amplia gama de emociones en el aula; Gestionar estas emociones puede mejorar las interacciones interpersonales y el proceso de enseñanza y aprendizaje.

El aspecto emocional de todo ser humano se considera esencial para comprender su evolución, su comportamiento ante diversos estímulos y situaciones, y las relaciones que

construye con otras personas a lo largo de su vida a medida que se integra en la sociedad. Este aspecto es crucial que los educadores lo consideren al examinar las vidas de los alumnos a su cargo en las instituciones de aprendizaje.

Resulta importante la realización de esta investigación, en virtud de que los resultados facilitarán la toma de decisiones que contribuyan de manera positiva en la vida de los alumnos, con intención de lograr fomentar sus máximas potencialidades, es imperante llegar a conocer todos los aspectos que integran su desarrollo. Las emociones representan una dimensión que da forma al camino de un niño y al mismo tiempo se ve afectada por su trayectoria evolutiva.

Las emociones y sentimientos son muy prevalentes en esta sociedad, incluyendo la fuerza, el miedo, la fuerza de voluntad, la desesperanza, la alegría, la tristeza y la frustración. Todos ellos influyen de alguna manera en el comportamiento de las personas. Por lo tanto, una de nuestras tareas como educadores será preparar a nuestros alumnos, proporcionarles una base para su desarrollo futuro, para que puedan aprender a reconocer y controlar todas las emociones que moldearán su identidad, forma de vida, personalidad, y acciones.

1.5. Objeto de estudio

Se ha propuesto como objeto de estudio para la presente investigación la educación en inteligencia emocional.

1.6. Campo de acción

Estrategias virtuales para la promoción y prevención de la salud mental de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda.

1.7. Objetivos

1.7.1. Objetivo general

Proponer una estrategia educativa de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales para la prevención de la salud mental de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda, período 2024 – 2025.

1.7.2. Objetivos específicos

- 1.- Determinar los fundamentos teóricos referenciales los fundamentos teóricos conceptuales de estrategia educativa de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales en relación con la prevención de la salud mental de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda.
- 2.- Caracterizar el estado actual del problema en el contexto de la salud mental en relación con las estrategias de enseñanza que utilizan los docentes para el manejo de las emociones básicas de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda.
- 3.- Elaborar la propuesta estrategia educativa de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales en relación con la prevención de la salud mental de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda.
- 4.- Valorar la pertinencia de la propuesta estrategia educativa de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales en relación con la prevención de la salud mental de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda.

1.8. Hipótesis

La estrategia educativa de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales previene la salud mental de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda, período 2024 – 2025.

1.9. Alcance temático

Esta investigación se enfoca en el fortalecimiento de la inteligencia emocional en alumnos de básica primaria a través del uso pedagógico de instrumentos digitales. Se parte de la convicción de que educar las emociones desde edades tempranas es una necesidad urgente en el contexto escolar actual, especialmente en comunidades con condiciones sociales y económicas complejas, como la del Colegio Francisco de Miranda.

El alcance de este estudio va más allá de enseñar a “nombrar emociones”. Busca integrar lo emocional al currículo a través de estrategias virtuales que propicien espacios seguros, empáticos y significativos. El objetivo es que las emociones no sean tratadas como una unidad aislada, sino como parte del tejido cotidiano de la escuela.

Este trabajo se enmarca en el campo de la innovación educativa con enfoque emocional, reconociendo que las tecnologías digitales —cuando se usan con intención pedagógica— pueden convertirse en herramientas para cuidar, acompañar y formar integralmente a los estudiantes. Según Bisquerra (2012), “el bienestar emocional se relaciona directamente con la capacidad de comprender, aceptar y gestionar las propias emociones, lo que debe cultivarse desde la escuela” (pág. 40).

1.10. Delimitación espacial y temporal

Respecto a la delimitación espacial, la investigación se desarrollará en la Institución Educativa Francisco de Miranda, ubicada en el municipio de Rovira, departamento del Tolima (Colombia). Aunque la institución cuenta con una matrícula de más de 2.600 estudiantes, este estudio se enfocó únicamente en la población de básica primaria, comprendida entre los grados tercero y quinto. Esta decisión respondió a la necesidad de actuar preventivamente en etapas de formación clave para el desarrollo emocional, así como a las características propias de estos grados, donde aún es posible intervenir de forma lúdica, empática y estructurada.

En cuanto al aspecto temporal, el proyecto se llevará a cabo entre junio de 2024 y julio de 2025. Este período se distribuyó en tres fases principales:

Diagnóstico e identificación de necesidades emocionales (junio a octubre de 2024).

Diseño e implementación de la estrategia pedagógica virtual (noviembre de 2024 a abril de 2025).

Evaluación de resultados y sistematización del proceso (mayo a julio de 2025).

Este marco temporal permitió observar no solo cambios inmediatos, sino también efectos sostenidos de la propuesta en la convivencia escolar, la expresión emocional y la apropiación del uso educativo de herramientas digitales.

Capítulo 2: Fundamentos Teóricos Referenciales

El presente capítulo desarrolla el tema de la inteligencia emocional como un componente esencial en la comprensión del comportamiento humano y en la formación integral de las personas. Se revisan los antecedentes internacionales que dieron origen al concepto y su evolución a través de distintos enfoques teóricos, para posteriormente analizar los aportes y estudios realizados en el contexto nacional, los cuales han contribuido a su aplicación en ámbitos educativos, laborales y sociales. Finalmente, se presenta el marco teórico que sustenta esta investigación, integrando los principales modelos, definiciones y perspectivas que permiten comprender la relevancia de la inteligencia emocional en el desarrollo personal y colectivo.

2.1. Estado del arte (marco histórico y actual)

De acuerdo a García (2021), el término inteligencia emocional (IE), aunque se ha hecho muy conocido en tiempos recientes, tiene orígenes históricos en el campo de la psicología. A inicios del siglo XX, psicólogos tales como Edward Thorndike (1920) mencionaron la "inteligencia social" como la capacidad de entender y manejar a otras personas. Más adelante, David Wechsler (1939) sostenía que las pruebas de inteligencia no serían exhaustivas sin tener en cuenta aspectos no intelectuales, como la regulación emocional. Un acontecimiento importante fue la labor de Howard Gardner (1983), quien, mediante su teoría de las inteligencias múltiples, presentó las inteligencias intrapersonal e interpersonal, estableciendo las bases para una comprensión más amplia de la inteligencia humana. (págs.119-123)

La difusión del término "Inteligencia emocional" fue oficialmente creado por Wayne León Payne en su tesis doctoral en 1985. No obstante, los psicólogos Peter Salovey y John Mayer (1990) fueron los que proporcionaron una definición científica: la habilidad para detectar, procesar, entender y gestionar las emociones tanto propias como de los demás.

De esta manera, el cambio significativo y la amplia difusión de la inteligencia emocional se produjo con la publicación del libro "Inteligencia Emocional" de Daniel Goleman en 1995. Goleman adaptó el concepto académico a términos comprensibles, sosteniendo que la

inteligencia emocional (IE) es un indicador más relevante del éxito en la vida que el coeficiente intelectual (CI). Su labor fue crucial para introducir la inteligencia emocional en el diálogo público y, especialmente, en el sector educativo.

Hoy en día, la inteligencia emocional ha pasado de ser una idea a ser un elemento fundamental de la educación completa. Las indagaciones recientes y las corrientes educativas se enfocan en:

Integración transversal en el currículo: Las investigaciones recientes sugieren que la inteligencia emocional debe ser incluida no como una materia separada, sino como un componente esencial a lo largo de todas las disciplinas. Esto implica que los educadores integran actividades y métodos que promueven el crecimiento emocional mientras imparten otras materias.

En este contexto, se acepta que la capacitación del profesorado es un elemento fundamental. Para instruir en inteligencia emocional, los educadores deben primero fortalecer sus propias habilidades emocionales. Hay una creciente necesidad de programas de formación continua que instruyan a los educadores en técnicas de educación emocional, escucha activa y resolución de conflictos en el aula.

Además, existe una amplia gama de estrategias útiles. Algunas de las estrategias más comunes y efectivas son las siguientes:

Registros emocionales: los alumnos redactan sobre sus emociones, lo cual les facilita reconocerlas y denominarlas.

Juegos de rol: actividades de actuación que facilitan a los alumnos ejercitar la empatía y la solución de problemas en situaciones simuladas.

Aprendizaje colaborativo: laborar en equipos reducidos promueve competencias sociales como la cooperación, la comunicación y la negociación.

La atención plena y la meditación: métodos que asisten a los estudiantes en identificar y manejar sus emociones, disminuyendo el estrés y favoreciendo la atención.

Evidencia significativa: los estudios indican que las estrategias de inteligencia emocional en el aula ofrecen varios beneficios, incluyendo:

Mejora del desempeño académico y las capacidades para resolver problemas.

Fortalecimiento de la interacción escolar y disminución del acoso.

Fomento de la resiliencia y la confianza en sí mismos en los estudiantes.

Evitar dificultades en la salud mental, tales como la ansiedad y el estrés prolongado.

Retos y oportunidades: a pesar de los progresos, siguen existiendo retos como la limitada formación de los maestros, la inexistencia de políticas públicas firmes que integren la inteligencia emocional, así como la necesidad de estudios a largo plazo que evalúen el efecto duradero de estos programas. No obstante, las tendencias del futuro indican que se integrarán tecnologías digitales en la enseñanza de la inteligencia emocional y se adoptará un enfoque hacia una educación inclusiva que tome en cuenta la diversidad de los estudiantes.

De acuerdo a Goleman (1995), la inteligencia emocional tiene una gran escala ya que cada día resulta inevitable que a los niños y niñas se les pueda implementar el valor hacia la vida, proceder de forma consciente, el respeto por los demás, con un solo fin que pueda llegar a convertirse en una persona positiva de sí misma, con la capacidad de convivir en sociedad y desarrollar sus habilidades y destrezas sin tener compromisos con su entorno. (pág.69). Para ello, es preciso que desde el inicio de la educación inicial puedan fortalecerse y fomentarse los valores que permitirán el progreso frente a la convivencia tanto en su ámbito familiar, y escolar. Por ende, la autoconciencia es la capacidad de reconocer y entender las propias emociones, dando regulación emocional a la capacidad de controlar y gestionar las propias emociones, brindando una motivación que permite la capacidad de utilizar las emociones para motivar y dirigir la acción, que nos permita

empatía de reconocer y entender las emociones ajenas, de tal manera que las habilidades sociales nos permitan interactuar y comunicarnos de manera efectiva con los demás.

La inteligencia emocional hace alusión a la capacidad de identificar, analizar, manejar y comunicar las emociones propias y ajenas de manera efectiva, involucrando: la autoconciencia, regulación emocional, motivación, empatía, habilidades sociales. Afirmar (Goleman 1995), la mente emocional es mucho más veloz que la mente racional y se pone en funcionamiento sin detenerse ni un instante a considerar lo que está haciendo. Su rapidez hace imposible la reflexión analítica deliberada que constituye el rasgo característico de la mente pensante.

De acuerdo a Fernández-Martínez (2024), en los últimos años, el interés por el desarrollo de la inteligencia emocional en contextos escolares ha cobrado gran relevancia en el ámbito académico, tanto en Latinoamérica como en otras regiones del mundo. La evidencia muestra que fortalecer las competencias emocionales desde la infancia no solo mejora la convivencia, sino que también favorece el aprendizaje, la autoestima y la salud mental de los estudiantes. (pág.35)

En Colombia, varias experiencias educativas han abordado la educación emocional mediante el uso de TIC, aunque muchas de estas se concentran en zonas urbanas con acceso a conectividad y recursos tecnológicos. Por ejemplo, Martínez (2019) diseñó una propuesta con recursos digitales para fomentar la expresión emocional en estudiantes de primaria, observando mejoras significativas en el reconocimiento y regulación de emociones.

Sin embargo, aún persiste una brecha entre estas experiencias y el contexto rural, donde las condiciones de conectividad, acceso a plataformas y acompañamiento familiar limitan la implementación de estrategias similares. En este escenario, la presente investigación aporta una mirada situada y sensible, reconociendo que la integración de tecnologías digitales debe ser flexible, cercana y emocionalmente significativa para los estudiantes y docentes.

En este contexto se han realizado diversos estudios, los cuales se describen a continuación:

Antecedentes internacionales

Salgado *et al.*, (2024), México realizaron una investigación referente a las “Tecnologías y Educación Emocional: Innovación en el Proceso de Enseñanza-Aprendizaje Durante Crisis Sanitarias”, cuyo objetivo principal fue analizar la intersección entre la tecnología y la educación emocional durante la pandemia de COVID-19, abordando cómo las plataformas digitales impactaron el aprendizaje y las emociones de los estudiantes. Se identificaron retos significativos, como el estrés y la desigualdad tecnológica, que limitaron la efectividad de las clases virtuales, mientras que el regreso a la presencialidad fomentó emociones positivas y fortaleció las relaciones interpersonales. A través de un diseño descriptivo y no experimental, se evaluaron emociones y aprendizajes en estudiantes de primaria, destacando la necesidad de integrar programas de educación emocional con herramientas tecnológicas adaptativas.

García (2019), en su estudio denominado “las emociones en el aula: propuesta didáctica para educación infantil” desarrollado en España, se recurrió a la metodología cualitativa de carácter bibliográfico, donde se analizaron artículos, libros e informes de instituciones educativas al respecto. Terminada la investigación se logra establecer que las emociones tienen una influencia muy significativa en la vida de las personas, lo que justifica su correcta orientación desde edades tempranas, por ser allí donde se establecen las bases para la educación posterior. El autor también anima a los educadores a establecer sistemas de gestión de las emociones en los niños en edad escolar porque afectan al entorno del aula y, en consecuencia, a la forma en que se enseñan y aprenden las cosas.

Antecedentes nacionales

Gurrute (2019), presentó su estudio titulado “Estrategias pedagógicas de los docentes para el manejo de las emociones en el aula, en los Centros Educativos del Resguardo Indígena de Quintana Municipio de Totoró Cauca”, Popayán. Utilizando un enfoque histórico-hermenéutico, la investigación recopila datos a través de entrevistas semiestructuradas a docentes y observación participante en el aula. Se examinan tres categorías de análisis, incluidas las conductas emocionales de los niños, las estrategias de manejo emocional de los maestros y las reflexiones sobre el papel de los maestros de las comunidades indígenas en el

manejo de las emociones. A partir de los relatos recopilados, las opiniones de los investigadores y las teorías consultadas, la triangulación de datos se utiliza como referencia para el análisis de datos. El estudio permitió concluir que los estudiantes indígenas de las escuelas estudiadas se distinguen por su limitada expresión emocional, lo que dificulta a los docentes identificarlos y gestionarlos. La enseñanza afectiva, la consolidación de valores sociales, el clima escolar positivo, el enfoque de autoeducación y la articulación familia-escuela son algunas de las estrategias utilizadas por los docentes que se destacan.

Navarro (2018), realizó una investigación titulada “Manejo de las emociones de los estudiantes en extra-edad de la fundación futuros valores en el proceso de Aprendizaje”, Barranquilla”. El proceso se centró en identificar las emociones como fenómeno en estudio y conectarlas con incidentes ocurridos en los ambientes de aprendizaje de la fundación. La investigación se basó principalmente en el paradigma humanístico-interpretativo y fue abordada desde una perspectiva descriptiva. En la metodología mixta se utilizaron factores tanto cualitativos como cuantitativos. De acuerdo con el proceso metodológico desarrollado, además de la creación de un cuestionario con 12 indicadores para ser utilizado con doce estudiantes, también se agregó un instrumento de observación para abordar el primer objetivo. Los hallazgos indicaron que una parte considerable de los adolescentes mayores practican regularmente una mala regulación emocional en el aula. Lo cual no da prioridad a los procesos de aprendizaje de la fundación. Para crear entornos de aprendizaje que apoyen un alto rendimiento académico, la gestión de las emociones en el aula es crucial. Fomentar que los estudiantes mayores de edad desarrollen sus capacidades con una actitud y disposición positiva es crucial para estimular su motivación. La capacidad de los alumnos para regular e identificar emociones muestra algunas debilidades.

Esta propuesta, por tanto, busca llenar un vacío: utilizar herramientas virtuales sencillas y accesibles (como Padlet, Genially, Canva y Google Classroom), no como fines en sí mismos, sino como espacios para construir vínculos afectivos, autorregulación emocional y sentido de pertenencia escolar, en comunidades con recursos limitados, pero con alto potencial humano.

2.2. Marco teórico

Las emociones

Todos los seres humanos sienten emociones a diario, no obstante, muy pocos son capaces de definir la palabra “emoción”. Se encuentran infinidad de conceptos diferentes respecto al término, aunque, la gran mayoría llegan a las mismas conclusiones; no solo dependen de un factor, la vivencia es de las partes más importantes y siempre actúa el entorno en el que se encuentra el ser humano. Las emociones representan un estado provocado por la excitación o información sensorial, la cual genera una respuesta neurofisiológica adaptada a sucesos internos o externos.

Según Cereceda (2022), las emociones son un elemento fundamental para llevar a cabo un completo desarrollo, a través de ellas, los humanos crean su personalidad y su forma de percibir el mundo que les rodea. Las personas perciben las emociones como un proceso que pasa por varias etapas; primero evalúan brevemente la situación y evalúan el contexto, se preparan para la acción y finalmente realizan cambios fisiológicos, motores o faciales en sus cuerpos. (pág.196)

De acuerdo a Piqueras (2023), los sistemas de respuesta cognitivo-subjetivo, conductual-expresivo y fisiológico-adaptativo desempeñan un papel en al menos tres manifestaciones emocionales diferentes. La infancia es particularmente desafiante porque durante este tiempo las regiones en desarrollo del cerebro no son responsables de controlar funciones como el control de los impulsos o la atención. Las reacciones naturales de una persona ante su entorno, la emoción misma y su estado físico están influenciados por sus emociones. (pág.56)

Las emociones de una persona pueden volverse patológicas, manifestadas en comportamientos impulsivos, falta de atención, estados de tensión, confusión, falta de planificación, aumento de la agresividad hacia uno mismo y los demás. Todos estos comportamientos dificultan que los niños se adapten al entorno en el que viven y pueden alterar las relaciones con amigos, compañeros, hermanos, profesores y padres.

Los seres humanos son criaturas sociales, lo que significa que necesitan interactuar con otros para desarrollarse física, mental y espiritualmente. Viviendo en sociedad, las personas ponen a prueba sus capacidades de expresión emocional y aprenden a gestionarla y adaptarse a ella en relación con el entorno que les rodea.

Las personas actúan en base a sus emociones, lo que cambia el curso de acción a tomar. Los procesos de enseñanza y aprendizaje son sistemas sumamente complejos porque son el resultado de numerosos factores que se articulan para alcanzar el conocimiento. El factor emocional es uno de los factores que influye en el óptimo desarrollo del proceso. Pese a ello, el modelo educativo actual tiende a minimizar o ignorar los aspectos emocionales, particularmente los negativos, lo que resulta peligroso porque puede provocar que los jóvenes presenten trastornos de conducta y bajo rendimiento escolar.

Sin embargo, como resultado de la era de la generación y gestión del conocimiento, ha surgido un nuevo debate en educación a partir del surgimiento de nuevas teorías del aprendizaje y el impacto de la teoría de las inteligencias múltiples, que incluye el papel de las emociones tanto positivas como negativas como una de las los aspectos fundamentales a tener en cuenta en la formación integral del estudiante. Son una parte natural de la existencia humana y sirven como manifestación de los estados de ánimo.

No se puede negar su existencia, pero sus efectos a veces están fuera de nuestro control, particularmente cuando tienen un impacto negativo en la forma en que tratamos a los demás y nuestras relaciones interpersonales. Por este motivo, la educación emocional es crucial para el desarrollo integral del individuo. Los educadores definitivamente pueden influir en la formación para el control de las emociones de los estudiantes, pero el hecho educativo sólo es posible a través de la conexión bidireccional continua entre alumnos y educadores.

Funciones de las emociones

Expresa Hwang (2020), las emociones son sistemas rápidos de procesamiento de información que ayudan a actuar con un pensamiento mínimo. A lo largo de la historia

evolutiva han surgido problemas de nacimiento, lucha, muerte y seducción, y las emociones han evolucionado para ayudar a los humanos a adaptarse rápidamente a ellas con una mínima intervención cognitiva consciente. Si los humanos no tuvieran emociones, no podrían decidir rápidamente si atacar, defender, huir, cuidar de los demás, rechazar la comida o acercarse a algo útil, todas las cuales han sido adaptaciones funcionales a lo largo de la historia evolutiva para ayudar a la supervivencia. (pág.85)

Las emociones preparan el comportamiento. Cuando se activan, coordinan sistemas como la percepción, la atención, la inferencia, el aprendizaje, la memoria, la selección de objetivos, las prioridades motivacionales, las respuestas fisiológicas, el comportamiento motor y la toma de decisiones conductuales.

Activan simultáneamente ciertos sistemas y desactivan otros para evitar el caos de sistemas competidores que operan al mismo tiempo, permitiendo respuestas coordinadas a estímulos ambientales. El término "emoción" es en realidad una metáfora de estas reacciones. Ponen en marcha un sistema de componentes que incluye experiencia subjetiva, comportamientos expresivos, reacciones fisiológicas, tendencias de acción y cognición, todo con el propósito de acciones específicas.

Expresa Wang (2022), las emociones están conectadas con pensamientos y recuerdos. Los recuerdos no son solo hechos que están codificados en nuestro cerebro; están coloreados con las emociones sentidas en aquellos momentos en que ocurrieron los hechos. Por lo tanto, las emociones actúan como el pegamento neuronal que conecta estos diferentes eventos en la mente. Por lo tanto, es más fácil recordar pensamientos felices cuando estamos felices y momentos de enojo cuando estamos enojados. Las emociones son la base emocional de muchas de las actitudes, valores y creencias sobre el mundo y quienes rodean a los individuos; sin emociones, estas actitudes, valores y creencias no serían más que declaraciones sin sentido, y las emociones dan sentido a estas declaraciones. (pág.85)

Debido a que las emociones pueden preparar el cuerpo para la acción inmediata, afectan la mente y son palpables, son motivadores importantes del comportamiento futuro. Muchas

personas se esfuerzan por sentir satisfacción, alegría, orgullo o victoria sobre sus logros. Al mismo tiempo, también se esfuerzan mucho por evitar emociones negativas fuertes.

En definitiva, las emociones poseen una función que permite al sujeto utilizar eficazmente reacciones conductuales apropiadas que contribuyen al surgimiento de una conducta motivada, de modo que existe una correspondencia entre las emociones y sus funciones, el miedo tiene su función protectora, la ira se asocia con la destrucción, la reproducción por placer; la tristeza conduce a la fusión, la confianza conduce a la pertenencia, el disgusto conduce al rechazo, la sorpresa conduce a la exploración.

Esto demuestra que las emociones tienen una función adaptativa, porque bajo determinados factores y determinadas condiciones, como tendencia, recaída, intensidad, etc., la activación del sustrato fisiológico de cada emoción tiene un efecto decisivo en la salud y el juego del individuo. Su papel en la salud mental resulta de suma importancia como indicador del grado de adaptación o aptitud de una persona.

Clasificación de las emociones

Dentro de las emociones se encuentran varias clasificaciones, la más básica es la que diferencia entre “emociones primarias” y “emociones secundarias”.

De acuerdo a Bericat (2021), las emociones se clasifican: (pág.25)

Primarias: respuestas universales, innatas, donde influye el aspecto biológico, físico, evolutivo y neurológico. Reflejan miedo, sorpresa, tristeza, alegría, ira.

Secundarias: surgen de la combinación de varias emociones primarias y se ven influenciadas por el aspecto social y cultural; incluyen sentimientos de culpa, vergüenza, amor, decepción y nostalgia.

Para tratar las emociones de los alumnos, la clasificación anterior se destacará por su sencillez y comprensión. Además, se centrará en las emociones primarias, ya que no están influenciadas por aspectos sociales y son reacciones universales e innatas. En primer lugar, debe crear una base sobre la que pueda trabajar y construir sobre el conocimiento previo para crear un nuevo aprendizaje, lo que resulta en un aprendizaje significativo y duradero.

Otros autores, como Jasper (2011) citado en Bericat (2020) ofrecen otra clasificación diferente para las distintas emociones que se experimentan, diferenciándolas por la manifestación corporal que sufre el sujeto en cada una de ellas. (pág.21)

Impulsos corporales: respuestas innatas del cuerpo, destacándose deseo sexual, necesidad de orinar o defecar.

Emociones reflejas: reacciones cortas a lo que ocurre en el entorno más inmediato. Entre estas se encuentran: ira, miedo o alegría.

Humores: estados afectivos más duraderos pero que se viven con menos intensidad y sin ningún objetivo; a saber malhumorado o bienhumorados.

Emociones reflexivas: estados que implican la aprobación o desaprobación de la sociedad, es decir, emociones morales: amor, respeto y confianza.

De igual modo, están las clasificaciones mostradas por Lawler (2001), citado en Bericat (2020) en las cuales se diferencian las emociones globales y emociones específicas, las cuales se diferencian por estar o no condicionadas por otros objetos o personas. (pág.74)

Globales: respuestas genéricas, no condicionadas por la interpretación o atribución cognitiva de la persona que las experimenta. Refieren la vergüenza, y arrogancia.

Específicas: respuestas interpretadas o asociadas a determinados objetos por sus individuos. En estas se incluyen: el orgullo y la culpa.

Teorías sobre las emociones en educación

“Al igual que ocurre con las clasificaciones, son varios los estudios sobre las emociones que se encuentran, pero se pueden destacar tres teorías”. (Toledo, 2019, pág.45)

Paradigma cognitivo: surgió en el siglo XX, y en él, los individuos son entendidos como seres separados del entorno que los relaciona con él a través del procesamiento de información. Esto significa que las personas actúan independientemente del entorno y cada una interactúa con el entorno de forma diferente en función de sus estímulos y del procesamiento de dicha información.

Modelo del apego: tiene su origen en el ámbito de la psicología del desarrollo, elaborada por John Bowlby (1997). Esta teoría explica cómo pueden afectar los vínculos de apego en los primeros años de vida en el bienestar emocional y salud mental de los niños, así como en su comportamiento y conducta.

Modelo inteligencia emocional: relacionado con el cognitivismo y, podemos definirlo como la destreza de los seres para valorar nuestras propias acciones y las del resto, actuando en consecuencia a esta valoración. Varios autores coinciden en seleccionar esta competencia y destreza como necesaria para la mejora del aprendizaje y del bienestar emocional.

Tras su explicación y estudio Toledo (2019) destacan las siguientes conclusiones: (pág.114)

La mayoría de los niños comprenden las emociones desde el paradigma cognitivo, lo que significa que conciben a los sujetos separados de su ambiente. Es decir, entienden las emociones como un proceso de descodificación de información con carácter universal.

En el ámbito educativo existe una mayor influencia del modelo de inteligencia emocional, de origen cognitivo y relacionado con el proceso de enseñanza y aprendizaje y el bienestar de los alumnos.

Es necesario incorporar objetivos ligados a las emociones para promover la salud mental y bienestar emocional de los alumnos.

Si se incluye la teoría del apego en el ámbito educativo, cambiarían los roles del profesor-alumno y fomentaríamos una mayor implicación emocional.

Al tratarse de vivencias con tanta intensidad, el estudio de las emociones es algo complejo, se encuentra en continuo cambio y una emoción se puede convertir en otra en muy pocos segundos; por ejemplo, la vergüenza se puede convertir en miedo o la alegría en llanto. Pero no solo eso, como hemos comprobado anteriormente, el concepto de “emociones” no es algo simple, sino que va ligado a muchos otros elementos, que debemos conocer para abordar el tema con seguridad y de una forma más efectiva.

Principios de la inteligencia emocional

De acuerdo a Gómez (2022) la inteligencia emocional adopta los siguientes principios: (pág.23)

- Autoconocimiento. Este principio nos permite conocer nuestras fortalezas, así como nuestras debilidades.
- Autocontrol. De acuerdo a este principio las personas somos capaces de enfrentar diversas situaciones, siempre buscando mantener la calma, controlando nuestros impulsos, saber mantener.
- Automotivación. Este principio nos permite lograr nuestras metas por nuestra propia motivación, sin depender de la motivación que otras personas nos brinden.
- Empatía. Por medio de esta habilidad los seres humanos, nos ponemos en el lugar de las personas de nuestro entorno, comprendiendo sus necesidades, emociones, sentimientos.

- Habilidades sociales. Por medio de esta habilidad, se evidencia como las personas pueden, necesitan relacionarse y comunicarse con las personas de su entorno como ser social.
- Asertividad. Por medio de esta habilidad el ser humano, defiende sus ideas, aprende a enfrentar problemas y acepta las críticas para mejorar.
- Proactividad. Por medio de esta habilidad el ser humano busca oportunidades y soluciona problemas, asumiendo sus actos.
- Creatividad. Por medio de esta habilidad el ser humano puede generar diversas formas de afrontar y resolver sus problemas o retos.

Modelos de inteligencia emocional

El presente proyecto se sustenta en tres modelos teóricos ampliamente reconocidos por su relevancia en el estudio de la inteligencia emocional y su aplicación en contextos educativos. Estos marcos ofrecen una base sólida para comprender cómo las emociones influyen en los procesos de enseñanza-aprendizaje y cómo pueden ser trabajadas desde el aula mediante estrategias intencionadas, especialmente con el apoyo de herramientas digitales.

Modelo de Habilidad de Salovey y Mayer

Este modelo, considerado uno de los enfoques pioneros en el campo, conceptualiza la inteligencia emocional como la capacidad para identificar, analizar, aplicar y gestionar las emociones de forma eficaz. Según Salovey y Mayer (1997), estas capacidades no son simples rasgos de personalidad, sino habilidades cognitivas que pueden desarrollarse y aplicarse de manera consciente en la vida diaria y en la interacción social. Los autores señalan que “las emociones pueden organizar o interrumpir el pensamiento; por tanto, la habilidad para regularlas es esencial para el razonamiento efectivo” (pág.12). Esta perspectiva es especialmente valiosa en el contexto educativo, donde los estudiantes enfrentan diariamente situaciones que desafían su estabilidad emocional.

Modelo Mixto de Goleman

Daniel Goleman (1995) popularizó el concepto de inteligencia emocional al presentar un modelo que integra habilidades emocionales con rasgos de carácter. Su propuesta incluye cinco componentes: autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales. En palabras del autor, “las personas con un alto grado de inteligencia emocional son más eficaces en la mayoría de las cosas que hacen” (pág.36). Este enfoque reconoce que el desarrollo emocional no solo es posible, sino necesario en ambientes escolares, ya que impacta directamente en el rendimiento académico, la toma de decisiones, el manejo del conflicto y la calidad de las relaciones interpersonales.

Modelo Psicométrico de Bar-On

Bar-On (2006) propone una visión integradora que concibe la inteligencia emocional-social como un conjunto de habilidades interrelacionadas que determinan la eficacia con que las personas se entienden a sí mismas, comprenden a los demás y se relacionan con ellos. Este modelo enfatiza competencias como la tolerancia al estrés, la adaptabilidad, el optimismo y la responsabilidad social. Su aplicabilidad en la escuela es evidente, ya que estas dimensiones pueden trabajarse mediante dinámicas pedagógicas que favorezcan la expresión emocional y la resolución pacífica de conflictos. (pág.55)

2.3. Marco conceptual

Todos los seres humanos sienten emociones a diario, no obstante, muy pocos son capaces de definir la palabra “emoción”. Se encuentran infinidad de conceptos diferentes respecto al término, aunque, la gran mayoría llegan a las mismas conclusiones; no solo dependen de un factor, la vivencia es de las partes más importantes y siempre actúa el entorno en el que se encuentra el ser humano. Las emociones representan un estado provocado por la excitación o información sensorial, la cual genera una respuesta neurofisiológica adaptada a sucesos internos o externos. “Las emociones son un elemento fundamental para llevar a cabo un completo desarrollo, a través de ellas, los humanos crean su personalidad y su forma de percibir el mundo que les rodea”. (Cereceda S. P., 2010, pág. 96)

Según Extremera (2021), “la inteligencia emocional, es definida como la capacidad para identificar, analizar, y gestionar las emociones propias y la de los demás, aparece como una habilidad que ayudaría a los adolescentes a guiar sus pensamientos y a reflexionar sobre sus emociones ayudándoles a mejorar sus niveles de bienestar”. (pág.88)

La inteligencia emocional es el equilibrio que debe existir entre la sensibilidad y la razón, que explica cómo se siente uno y qué piensa el otro. Las personas con un coeficiente intelectual alto luchan por tener éxito profesional y socialmente, mientras que las personas con un coeficiente intelectual moderado son sorprendentemente buenas en todas las áreas de la vida.

La diferencia a menudo radica en la capacidad de controlarse, perseverar y motivarse.

La inteligencia emocional se considera un conjunto de habilidades cognitivas para el uso y manejo óptimo de las emociones. Se ve como la interrelación de la competencia social y emocional que determina las formas efectivas en que se comprende y expresa el ser humano, cómo se entiende a los demás, cómo se relacionan con ellos y cómo se enfrentan las demandas de la vida cotidiana.

Según Mesa (2023), no es posible explicar el desarrollo armonioso de la vida social, académica o profesional de las personas utilizando únicamente una definición única y universal de inteligencia. En realidad, un gran número de acciones y habilidades consideradas extraordinarias no son únicamente el resultado de la cognición; más bien, tienen un impacto en otros aspectos de cómo los individuos funcionan y se adaptan a su entorno. Los pioneros en el estudio y medición de la inteligencia, sin embargo, entendieron que hay que tener en cuenta otro tipo de capacidades además de las cognitivas y que es necesario ir más allá de los enfoques puramente cognitivos. Así surgió la inteligencia emocional como concepto. (pág.59)

Según Extremera (2021), la inteligencia emocional, es definida como la habilidad para percibir, comprender, asimilar y regular las emociones propias y la de los demás, aparece como una habilidad que ayudaría a los adolescentes a guiar sus pensamientos y a reflexionar sobre sus emociones ayudándoles a mejorar sus niveles de bienestar. (pág.14)

La inteligencia emocional es el equilibrio que debe existir entre la sensibilidad y la razón, que explica cómo se siente uno y qué piensa el otro. Las personas con un coeficiente intelectual alto luchan por tener éxito profesional y socialmente, mientras que las personas con un coeficiente intelectual moderado son sorprendentemente buenas en todas las áreas de la vida. La diferencia a menudo radica en la capacidad de controlarse, perseverar y motivarse.

La inteligencia emocional se considera un conjunto de habilidades cognitivas para el uso y manejo óptimo de las emociones. Se ve como la interrelación de la competencia social y emocional que determina las formas efectivas en que se comprende y expresa el ser humano, cómo se entiende a los demás, cómo se relacionan con ellos y cómo se enfrentan las demandas de la vida cotidiana.

Expresa Melchor (2023), la inteligencia emocional se asocia a mayores niveles de bienestar y ajuste psicológico. En adolescentes ocurre algo similar. Los sujetos con sintomatología depresiva presentan menores niveles de inteligencia emocional y mayores puntuaciones en ansiedad y en la frecuencia de pensamientos repetitivos y rumiativos que tratan de apartar de su mente. Igualmente, aquellos que puntúan alto en inteligencia emocional se han asociado a puntuaciones más elevadas en autoestima, felicidad, salud mental y satisfacción vital, y menores puntuaciones en ansiedad, depresión y supresión de pensamientos negativos. (pág.65)

De acuerdo a Extremera (2021), por otro lado, los estudios realizados evidencian que una baja inteligencia emocional es un factor determinante en el desarrollo de conductas disruptivas en las que se identifican un déficit emocional. De lo anterior se desprende que un nivel reducido de inteligencia emocional probablemente se asocie con un aumento de la impulsividad y un déficit en las competencias sociales e interpersonales, factores que, a su vez, actúan como catalizadores de conductas antisociales. (pág.66)

La inteligencia emocional permite disminuir la intensidad y la frecuencia de estados emocionales negativos, causados por circunstancias o situaciones adversas del día a día que

nos provocan cambios en nuestro estado físico y cognitivo. En este sentido, la inteligencia emocional nos protege, o en mayor medida nos hace menos vulnerables, de los efectos negativos y en situaciones extremas de la depresión.

Así mismo, la inteligencia emocional abarca una serie de capacidades básicas como el reconocimiento de emociones propias o la comprensión de las emociones de los demás. Estas capacidades que, además, nos permiten tener más seguridad en nosotros mismos y con respecto a las relaciones con los demás, se van forjando en los primeros años de vida. Es por ello que es muy importante llevar a cabo una buena educación emocional desde la infancia.

Desde esta perspectiva teórica, el proyecto asume la inteligencia emocional como una competencia que puede ser enseñada, aprendida y fortalecida en el aula a través de metodologías activas y herramientas digitales. Lejos de ser un tema secundario, la educación emocional se vuelve un eje transversal que acompaña el desarrollo integral del estudiante.

Los conceptos más relevantes y destacables en el ámbito educativo son:

Desarrollo emocional: “el concepto puede ser considerado novedoso, ya que aún se encuentra en estudio”. (Bisquerra, 2012, pág.86). La primera vez que se introdujo el término desarrollo emocional fue en el 1990 de la mano de Salovey y Mayer (1990), quienes la definieron como la habilidad de regular las propias emociones y las de los demás, distinguir entre ellas y utilizar esa comprensión para orientar la conducta y el razonamiento.

Bienestar emocional: “elemento de la salud que aporta calidad de vida, al sentir que se controlan las propias emociones y el sujeto es el dueño de sus actos e impulsos”. (Ardila, 2023, pág.14). Considerando los aspectos expuestos, también se puede hablar de la salud emocional como parte fundamental para alcanzar un estado saludable.

Inteligencia emocional: capacidad de percibir, asimilar y expresar las emociones con precisión; utilizar los sentimientos para facilitar y enriquecer el razonamiento; y comprender y regular el mundo emocional, tanto propio como ajeno, con el fin de fomentar el desarrollo personal e intelectual.

Coefficiente emocional: “nivel de desarrollo y capacidad para gestionar de forma consciente y controlada nuestras emociones, con el objetivo de tomar buenas decisiones que logren un adecuado bienestar emocional y por consiguiente, nuestra felicidad”. (Arrabal, 2023, pág.72)

Gestión emocional: “las emociones inciden tanto en los procesos cognitivos, como en la memoria. Es decir, las personas son capaces de recordar muchas vivencias, pero también olvidan muchas de ellas. Existen investigaciones donde defienden que las emociones controlan los pensamientos, por ello se viven estados de estrés o ansiedad, de los que resulta difícil salir, aunque se quiera”. (Aris, 2020, pág.22)

Salud mental: “un estado de bienestar en el cual la persona es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad”. (OMS, 2022, pág.45)

En otro orden de ideas, como afirma Negrete (2006), “las tecnologías digitales, cuando se integran con intención pedagógica, pueden convertirse en espacios de expresión emocional, colaboración y construcción de vínculos afectivos” (pág. 32).

En este sentido, plataformas como Padlet, Canva, Genially, Google Classroom y Kahoot se convierten en aliadas para el diseño de actividades que fomenten la empatía, la autorregulación, la expresión emocional y la colaboración. Estas herramientas, accesibles y adaptables, permiten que los docentes integren la inteligencia emocional en los planes de área, no como un contenido aislado, sino como parte de la experiencia cotidiana del aprendizaje.

En contextos vulnerables como el de la Institución Educativa Francisco de Miranda, esta integración cobra un sentido aún más profundo, ya que permite crear entornos digitales emocionalmente seguros que compensan, en parte, las carencias afectivas y estructurales del entorno.

2.4. Marco contextual

El Colegio Francisco de Miranda, ubicado en el municipio de Rovira, Tolima, ha sido por décadas un pilar fundamental en la formación educativa de niños, niñas y adolescentes de la región. Su origen responde a la necesidad de brindar una educación pública de calidad en un contexto rural, marcado por profundas transformaciones sociales y culturales. Desde sus primeros años, la institución se ha caracterizado por su compromiso con el desarrollo integral de sus estudiantes, promoviendo no solo el aprendizaje académico, sino también el fortalecimiento de valores humanos y la construcción de ciudadanía.

El nombre del colegio rinde homenaje al pensador y revolucionario venezolano Francisco de Miranda, figura histórica que encarna los ideales de libertad, justicia y pensamiento ilustrado. Esta elección no es casual: representa el espíritu crítico y emancipador que la institución busca cultivar en sus estudiantes, inspirándolos a ser agentes de cambio en sus comunidades.

A lo largo de su trayectoria, el colegio ha evolucionado en su enfoque pedagógico, incorporando metodologías activas, prácticas inclusivas y, más recientemente, herramientas digitales que enriquecen el proceso de enseñanza-aprendizaje. En este camino, ha mantenido una firme orientación humanista, reconociendo la importancia de la inteligencia emocional como eje transversal en la formación escolar.

La misión institucional del Colegio Francisco de Miranda se centra en formar estudiantes íntegros, capaces de enfrentar los desafíos del mundo contemporáneo con autonomía, responsabilidad y sensibilidad social. Para ello, se promueve una educación de calidad,

basada en el respeto por la diversidad, el pensamiento crítico y el uso ético de las tecnologías digitales.

En coherencia con esta misión, la visión del colegio proyecta una institución reconocida por su excelencia académica, su innovación pedagógica y su compromiso con el bienestar emocional de sus estudiantes. Se aspira a consolidar un modelo educativo que articule el desarrollo cognitivo con el crecimiento personal, afectivo y social.

Los valores institucionales que orientan la vida escolar son el respeto, la solidaridad, la responsabilidad, la honestidad, la tolerancia y la justicia. Estos principios no solo se enseñan, sino que se viven cotidianamente en las relaciones entre estudiantes, docentes, familias y directivos, configurando un entorno propicio para el aprendizaje y la convivencia. Hoy, el Colegio Francisco de Miranda continúa su labor educativa con renovado entusiasmo, adaptándose a los retos del siglo XXI y reafirmando su compromiso con la formación de seres humanos capaces de transformar su entorno desde el conocimiento, la empatía y la acción ética.

2.5. Marco legal y normativo

La educación emocional, aunque muchas veces relegada en el currículo escolar, encuentra respaldo firme en el marco jurídico colombiano. Las leyes que protegen los derechos de niños, niñas y adolescentes reconocen que la formación integral no puede limitarse a lo cognitivo, sino que debe incluir el desarrollo afectivo, social y ético. En este sentido, el sistema legal no solo permite, sino que obliga a las instituciones educativas a promover el bienestar emocional y la salud mental desde el aula.

Ley 1098 de 2006 – Código de Infancia y Adolescencia

Esta ley establece que todos los niños tienen derecho a una educación que promueva su desarrollo integral. En su artículo 31, señala que la educación debe garantizar el desarrollo físico, afectivo, intelectual y social, lo que implica que la dimensión emocional no puede quedar por fuera de los procesos pedagógicos. Esta base legal legitima propuestas que

trabajen la inteligencia emocional como un componente fundamental del derecho a aprender con bienestar.

Ley 1620 de 2013 – Sistema Nacional de Convivencia Escolar

La Ley 1620 crea el Sistema Nacional de Convivencia Escolar y Formación para el Ejercicio de los Derechos Humanos, la Educación para la Sexualidad y la Prevención de la Violencia Escolar. Su enfoque es preventivo y pedagógico, e invita a las instituciones a implementar estrategias que promuevan una cultura de paz, el respeto por la diferencia y el fortalecimiento de habilidades para la vida.

Esta ley impulsa la creación de los Comités de Convivencia Escolar, y ubica a la escuela como un escenario clave para la construcción de relaciones sanas y la gestión pacífica de conflictos. La educación emocional, en este contexto, se convierte en un medio para cumplir con esta responsabilidad.

Leyes de Educación Emocional en los Colegios de Colombia

Establecen la implementación de la educación emocional en los colegios de Colombia. Estas leyes buscan fortalecer la salud mental de los menores y mejorar la convivencia escolar.

La Ley 2383 de 2024 promueve la educación socioemocional en todos los niveles educativos, desde la educación inicial hasta la media, y establece un marco normativo para su implementación.

La Ley 2503 de 2025 crea la Cátedra de Educación Emocional, que se implementará en todos los colegios del país, desde el nivel preescolar hasta la media. Ambas leyes son parte de un esfuerzo más amplio para garantizar un desarrollo integral de los estudiantes y mejorar su bienestar emocional y social.

Ley 1616 de 2013 – Ley de Salud Mental

Declara la salud mental como un derecho fundamental de todas las personas, con especial atención a niños y adolescentes. Esta norma reconoce que el entorno escolar tiene un papel activo en la prevención de trastornos mentales y en la promoción del bienestar psicosocial.

En su artículo 4, establece que se debe garantizar a los estudiantes el acceso a intervenciones integrales que promuevan el desarrollo de factores protectores. La educación emocional, mediada por tecnologías digitales, se alinea con este principio al ofrecer herramientas concretas para que los estudiantes gestionen sus emociones, expresen lo que sienten y desarrollen habilidades para afrontar situaciones de estrés.

Política Nacional de Educación Inclusiva (MEN, 2013)

Esta política reconoce que una educación de calidad es aquella que responde a las necesidades, características y contextos de cada estudiante. En su enfoque, la inclusión no es solo una cuestión de acceso, sino de pertinencia y dignidad humana. Al promover ambientes pedagógicos que reconozcan lo emocional como parte esencial del aprendizaje, la escuela se transforma en un espacio donde todos y todas tienen derecho a sentirse seguros, escuchados y acompañados.

Conexión con la propuesta de investigación

Estas leyes y políticas no solo respaldan, sino que fundamentan éticamente esta investigación, al reconocer que la escuela tiene el deber de formar en lo emocional, y que el bienestar de los estudiantes es un asunto pedagógico, legal y social. En consecuencia, implementar una estrategia pedagógica mediada por TIC para fortalecer la inteligencia emocional no es solo deseable: es un acto educativo legalmente válido y moralmente necesario.

el sistema legal y normativo en el ámbito educativo en Colombia se basa en la Constitución de 1991, la cual ha establecido una estructura sólida destinada a asegurar el derecho fundamental a la educación. Mediante normativas educativas y sus reglamentaciones, se ha establecido un sistema que fomenta la independencia de las escuelas, la excelencia en la enseñanza y la inclusión. En este contexto, la efectividad del sistema educativo en

Colombia depende de la habilidad del Estado, dado que es a través de esta entidad que se garantiza que las normativas se conviertan en oportunidades concretas y de calidad elevada para todos los alumnos.

Capítulo 3. Fundamentos Metodológicos y Resultados de Investigación

El desarrollo de esta investigación estuvo guiado por una metodología coherente con la naturaleza del problema planteado, dado que el propósito del estudio fue transformar la práctica educativa mediante una propuesta de inteligencia emocional mediada por tecnologías digitales, se optó por una metodología coherente con los principios de participación, reflexión y transformación situadas: la necesidad de fortalecer la inteligencia emocional en estudiantes de básica primaria mediante estrategias pedagógicas apoyadas en herramientas digitales.

En este sentido, la elección del enfoque, el diseño, las técnicas y los instrumentos se realizó con el propósito de garantizar un abordaje integral, riguroso y sensible, capaz de responder a la realidad emocional, social y tecnológica de los niños y niñas de la Institución Educativa Francisco de Miranda, en el municipio de Rovira (Tolima). El componente metodológico no solo permitió la recolección sistemática de información, sino que posibilitó una intervención transformadora construida desde la práctica y con los actores educativos reales del contexto.

3.1 Cuadro operacionalización de variables

Con el fin de garantizar la coherencia entre los objetivos de investigación, la hipótesis planteada y el análisis de resultados, se construyó una matriz de operacionalización que tradujo las variables centrales del estudio en dimensiones e indicadores observables.

La variable independiente fue definida como la implementación de una estrategia pedagógica virtual tipo e-learning, mientras que la variable dependiente corresponde al desarrollo de habilidades de inteligencia emocional en estudiantes de básica primaria. Estas variables se operacionalizaron a través de dimensiones como: autorregulación emocional, empatía, expresión de emociones, convivencia escolar y apropiación de herramientas digitales con sentido pedagógico.

Cada dimensión fue acompañada de sus respectivos indicadores, técnicas de recolección e instrumentos específicos (cuestionarios, rúbricas, observaciones, entrevistas). Esta

estructura fue fundamental para garantizar que los datos recogidos fueran pertinentes y evaluables en relación con los objetivos específicos planteados (Hernández, Fernández & Baptista, 2014, pág.24).

Tabla 1 Operacionalización de las variables

Operacionalización de Variables						
Tema: estrategia educativa de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales para la prevención de la salud mental de los estudiantes de básica primaria del colegio francisco miranda, período 2024 – 2025.						
Pregunta de investigación	Objetivo general	Objetivos específicos	Hipótesis	Variables estudiadas	Dimensiones	Indicadores
¿Cómo contribuir a la prevención de la salud mental de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda, periodo 2024 - 2025?	Proponer una estrategia educativa de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales para la prevención de la salud mental de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda, período 2024 – 2025.	Determinar los fundamentos teóricos referenciales los fundamentos teóricos conceptuales de estrategia educativa de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales en relación con la prevención de la salud mental de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda.	La implementación de una estrategia pedagógica mediada por tecnologías digitales, diseñada para fortalecer la inteligencia emocional en estudiantes de básica primaria, favorecerá el desarrollo de habilidades como la autorregulación emocional, la empatía y la resiliencia.	Variable independiente Estrategia Educativa de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales	Métodos o técnicas utilizadas por el docente conllevan a la educación en inteligencia emocional	Procedimientos utilizados por los docentes en el centro educativo.
		Caracterizar el estado actual del problema en el contexto de la salud mental en relación con las estrategias		Variables dependientes: Salud mental	Emociones que presentan los estudiantes en el ambiente escolar	Emociones de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda.

		de enseñanza que utilizan los docentes para el manejo de las emociones básicas de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda.				
		Elaborar la propuesta estrategia educativa de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales en relación con la prevención de la salud mental de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda.		Estrategias de enseñanza y aprendizaje para prevención de la salud mental	Técnicas para promover el bienestar emocional y evitar dificultades en la salud mental de los estudiantes.	Métodos utilizados en el Colegio Francisco Miranda para prevenir la salud mental de los estudiantes.
		Valorar la pertinencia de la propuesta estrategia educativa de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales en relación con la prevención de la salud			Presentar la propuesta de estudio.	Diagnóstico Implementación Evaluación

		mental de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda.				
--	--	---	--	--	--	--

Fuente: la autora.

3.2. Diseño metodológico

3.2.1 Definición del enfoque, diseño y tipo de investigación de la tesis

Se adoptó un enfoque mixto, que permitió combinar la riqueza de los métodos cualitativos, necesarios para captar las emociones, percepciones y experiencias de los actores educativos, con las fortalezas del análisis cuantitativo, que posibilita observar tendencias, comparar datos antes y después de la intervención, y sistematizar resultados de forma medible. “Esta combinación metodológica responde a la complejidad del fenómeno estudiado: la educación emocional en la escuela requiere comprender lo que sienten los sujetos y, al mismo tiempo, evidenciar transformaciones reales en su comportamiento y clima escolar”. (Creswell, 2011, pág.98)

La elección de un enfoque mixto obedeció a la necesidad de comprender el fenómeno desde dos dimensiones complementarias. Por un lado, la cualitativa, que exploró en profundidad las vivencias emocionales, el uso docente de las tecnologías, y la percepción de los actores sobre la convivencia escolar. Por otro, la cuantitativa, que permitió observar y medir los niveles de cambio en las competencias emocionales de los estudiantes antes y después de aplicar la estrategia.

El diseño de esta investigación corresponde a un enfoque mixto de tipo secuencial explicativo, el cual se desarrolla en dos fases complementarias. En la primera, se aplican instrumentos cuantitativos para medir el efecto de la estrategia educativa de inteligencia emocional apoyada en herramientas virtuales sobre la prevención de la salud mental en los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda, durante el período 2024–2025. Posteriormente, en la fase cualitativa, se profundiza en los resultados obtenidos mediante entrevistas y observaciones, con el fin de interpretar y explicar los hallazgos

numéricos desde la perspectiva de los participantes. Este tipo de diseño permite integrar la objetividad de los datos estadísticos con la comprensión detallada de las experiencias, ofreciendo una visión más completa y contextualizada del fenómeno investigado.

En cuanto al tipo de investigación se ha tomado en consideración la investigación descriptiva, la cual permite la observación y ponerse en contacto directo con el objeto de estudio y el acopio de testimonio que permite confrontar la teoría con la práctica en la búsqueda de la verdad objetiva.

“El objetivo de la investigación descriptiva es identificar las características destacadas de individuos, comunidades, grupos o cualquier otro fenómeno bajo estudio. Se miden o evalúan las diferentes facetas, dimensiones o elementos del fenómeno o fenómenos investigados”. (Hernández Sampieri, 2010, pág.22)

Desde el punto de vista científico, describir es medir. Esto es, en un estudio descriptivo se selecciona una serie de cuestiones y se mide cada una de ellas independientemente, para así y describir lo que se investiga. Las mediciones de conceptos o variables se realizan mediante estudios descriptivos, aunque de forma algo independiente. Su objetivo no es mostrar cómo se relacionan las variables medidas, aunque ciertamente pueden integrar las medidas de cada una de estas variables para decir cómo es y se manifiesta el fenómeno de interés.

Considerando los conceptos descritos se entiende que esta investigación se considera descriptiva, porque proponer una estrategia educativa de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales para la prevención de la salud mental de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda, período 2024 – 2025.

De igual modo, el estudio se desarrollará basado en la investigación documental o bibliográfica, ya que las informaciones, serán recolectadas a través de revistas, periódicos, monográficos, libros, y basado en un análisis de las principales emociones presentadas por los estudiantes de primaria, así como las estrategias utilizadas por el docente para el manejo de las mismas. Asimismo, será de campo, ya que permite la observación en contacto directo

con el objeto de estudio, y el acopio de testimonios con los cuales confrontar la teoría con la práctica en la búsqueda de la verdad objetiva, mediante la aplicación de cuestionarios.

3.2.2. Definición de métodos, técnicas e instrumentos de obtención de datos

A nivel teórico, la investigación se sustenta en el método mixto, que integra enfoques cuantitativos y cualitativos para abordar de manera integral la efectividad de una estrategia educativa basada en la inteligencia emocional y el uso de herramientas virtuales en la prevención de la salud mental de estudiantes de básica primaria. Este método permite cuantificar los cambios en las competencias emocionales y el bienestar psicológico de los estudiantes, al mismo tiempo que explora sus percepciones y experiencias respecto a la implementación de la estrategia. La combinación de ambas perspectivas favorece una comprensión más profunda y contextualizada del impacto de la intervención, fortaleciendo la validez y el alcance de los resultados obtenidos de lo general a lo particular.

También se utilizó el análisis y la síntesis como método teórico, donde el análisis implica descomponer los datos cuantitativos (numéricos) y cualitativos (textuales) por separado para identificar patrones, mientras que la síntesis consistió en integrar los hallazgos de ambos tipos de análisis para construir una comprensión más completa y holística del fenómeno de estudio. La síntesis es fundamental para la investigación mixta porque permite combinar resultados y explicar un fenómeno desde múltiples perspectivas, lográndose una mejor visión del objeto de estudio.

El nivel empírico se identifica con el conocimiento que se obtiene a partir de la experiencia, de las propiedades y relaciones que apreciamos a través de los sentidos. Pero esos datos obtenidos se someten siempre a cierta elaboración racional e, inclusive para diseñar cómo obtenerlos, se parte de una determinada teoría que condiciona el diseño de la investigación. Entre los métodos empíricos más utilizados se encuentran las técnicas de recolección de datos: la observación, entrevista, grupo focal, encuesta, test, pruebas, análisis documental entre otros.

En este orden, la elección de los métodos y técnicas de recolección de información partió del compromiso ético con los participantes y del reconocimiento de que la educación

emocional toca dimensiones sensibles de la vida escolar. Por ello, se aplicaron estrategias que permitieran conocer tanto las voces como las experiencias de quienes hacen parte del entorno educativo, combinando técnicas cualitativas y cuantitativas de forma respetuosa, cuidadosa y complementaria; para lo cual se hizo uso de técnicas, que incluyeron el uso del cuestionario.

En otro orden de ideas, entre los instrumentos utilizados se encuentran:

Cuestionarios estructurados, dirigidos a docentes, orientadora escolar y equipo directivo. Estas conversaciones permitieron comprender, desde sus propias palabras, cómo perciben las necesidades emocionales de los estudiantes y cuál ha sido su experiencia con el uso de herramientas digitales en el aula. Cada entrevista fue un espacio para escuchar sin juicio, construir confianza y valorar la experiencia docente como fuente legítima de saber pedagógico.

Este instrumento fue aplicado bajo los principios del consentimiento informado, el respeto por la intimidad y la protección de las emociones de quienes participaron. Se procuró en todo momento que la recolección de información no fuera una carga, sino una experiencia significativa, coherente con la ética del cuidado que atraviesa esta investigación

3.2.3. Desarrollo de los instrumentos de obtención de los datos

Los instrumentos para la recolección de datos son los cuestionarios elaborando una serie de preguntas en base a las variables y sus indicadores, ya que éstos servirán de apoyo a esta investigación. La misma cuenta con doce preguntas cerradas, de las cuales siete son dicotómicas y cinco de selección múltiples.

Para asegurar la validez de los cuestionarios utilizados en la investigación, se siguieron varios procedimientos rigurosos. En primer lugar, se realizó una revisión documental y de expertos, en la que profesionales con experiencia en inteligencia emocional y salud mental evaluaron el contenido y la pertinencia de los ítems, garantizando que los instrumentos midieran adecuadamente las variables propuestas. Posteriormente, se llevó a cabo un pilotaje con una muestra similar a la población objetivo, con el fin de identificar posibles

dificultades en la comprensión de las preguntas y ajustar la redacción según los resultados obtenidos. Finalmente, se aplicaron análisis estadísticos de confiabilidad, como el coeficiente alfa de Cronbach, para evaluar la consistencia interna de los cuestionarios, asegurando que los instrumentos fueran fiables y adecuados para su aplicación en el estudio.

3.2.4. Determinación de la muestra y su criterio de selección

Para la realización efectiva de la presente investigación concerniente a la propuesta de una estrategia educativa de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales para la prevención de la salud mental de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda, período 2024 – 2025, se utilizó la siguiente población y muestra:

Población:

La población de estuvo constituida por los docentes primaria básica, orientadora escolar e integrantes del equipo directivo del Colegio Francisco Miranda.

Muestra

Para la selección de la muestra en esta investigación se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, dado que la población objeto de estudio estuvo constituida por los docentes de básica primaria, la orientadora escolar y los integrantes del equipo directivo del Colegio Francisco Miranda. Esta decisión se fundamenta en el tamaño reducido y específico de los grupos involucrados, que incluyeron 6 docentes, 1 orientadora escolar y 10 miembros del equipo directivo. Al emplear este tipo de muestreo, se garantizó la participación de todos los integrantes de cada grupo, asegurando así una representación completa y pertinente para el análisis de la estrategia educativa basada en inteligencia emocional y su impacto en la prevención de la salud mental.

Criterios de Selección

Criterios de Inclusión:

Docentes, orientadora escolar y equipo directivo pertenecientes al centro educativo.

Individuos que deseen participar en la investigación.

Criterios de Exclusión:

Personal fuera del rango administrativo y de apoyo.

Individuos que no deseen participar en la investigación.

3.3 Trabajo de campo (o presentación de evidencias, si corresponde)

En relación con los datos bibliográficos que respalden la investigación, se llevó a cabo un examen detallado de fuentes secundarias actualizadas relacionadas con el tema en cuestión.

El estudio de campo se realizó utilizando las técnicas previamente diseñadas. Para ello, se emplearon cuestionarios dirigidos a los grupos involucrados, es decir, docentes de primaria básica, orientadora escolar e integrantes del equipo directivo del Colegio Francisco Miranda.

El procedimiento de examinar o tratar la información es un elemento fundamental en cualquier tipo de estudio. La validez y la confiabilidad de los resultados dependen, en gran medida, de la manera en que se analicen los datos recopilados. Este procedimiento es activo y creativo, y se fundamenta en la experiencia directa de los investigadores en su área de estudios, lo que lo convierte en una fase fundamental que no puede ser encargada a terceros.

En este estudio, se realiza el análisis de los datos teniendo en cuenta las diferentes opiniones de autores, con el propósito de entender los conceptos asociados a la inteligencia emocional mediante para la promoción y prevención de la salud mental de los estudiantes. El análisis de resultados implica examinar e interpretar los hallazgos que se vinculan con el problema de investigación, los objetivos definidos, las preguntas planteadas y las teorías correspondientes. En este ámbito, se realizaron procedimientos de conteo estadístico para examinar los datos recopilados.

A continuación, se empleó el software Microsoft Excel 2024 para crear de manera adecuada las tablas de distribución de frecuencias y los diferentes gráficos que mostraron los resultados del estudio de campo, llevado a cabo para cumplir con los objetivos establecidos en esta investigación.

3.3.1. Aplicación de los instrumentos

A seguidas, se presenta el reporte referente a la aplicación de los instrumentos para realizar el estudio de campo realizado para dar cumplimiento a los objetivos propuestos en esta investigación con la cual se busca proponer la educación en inteligencia emocional a través de estrategias virtuales que conlleven a la promoción y prevención de la salud mental de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda, período 2024 – 2025.

Durante todo el proceso, se respetaron los principios éticos de la investigación educativa, garantizando la confidencialidad, el anonimato y la participación voluntaria. Como recuerdan Strauss y Corbin (2002), “el análisis cualitativo requiere sensibilidad teórica, es decir, la capacidad de reconocer lo que es importante en los datos y darles significado” (pág. 13).

Para la validez y confiabilidad se empleará el coeficiente alfa de Cronbach cuando se trate de alternativas de respuestas policotómicas.

“La confiabilidad de un instrumento de medición se refiere al grado en que su aplicación repetida al mismo sujeto u objeto produce iguales resultados”. (Hernández, Fernández y Baptista, 2012, pág.243)

Al definir el término fiabilidad, los autores argumentan que es la medida del grado de consistencia o respetabilidad de una prueba. Una prueba tiene que ser fiable para ser válida, porque los resultados muy variables tienen muy poco significado. En ese sentido, se considera que lo expuesto en los párrafos anteriores es lo que ayudará a obtener instrumentos fidedignos para el trabajo de investigación.

3.3.2. Procesamiento de la información

Se detallan a continuación los resultados de una intervención con herramientas digitales para potenciar la inteligencia emocional en estudiantes de primaria. La propuesta se desarrolló en la Institución Educativa Francisco de Miranda, ubicada en la ciudad de

Ibagué, durante el primer semestre de 2025, con el objetivo de integrar el uso de herramientas tecnológicas gratuitas y accesibles al trabajo emocional en el aula.

Los resultados que aquí se exponen surgen del análisis de datos recolectados antes y después de la intervención mediante encuestas. La riqueza de estos hallazgos no radica únicamente en las cifras obtenidas, sino en las voces, emociones y reflexiones de los actores educativos involucrados. Como señala Flick (2015), “la investigación cualitativa no solo busca describir la realidad, sino comprenderla desde la perspectiva de quienes la viven” (p. 23).

Los datos cuantitativos fueron organizados en hojas de cálculo y representados mediante gráficos circulares, histogramas y tablas comparativas. Se analizaron los cambios en tres dimensiones clave: autoconciencia, autorregulación y empatía.

En paralelo, los datos cualitativos fueron codificados siguiendo un enfoque abierto y axial, lo que permitió identificar categorías emergentes como:

Reconocimiento emocional en el aula

Uso pedagógico de herramientas digitales

Transformación de la convivencia escolar

Percepción de bienestar en los estudiantes

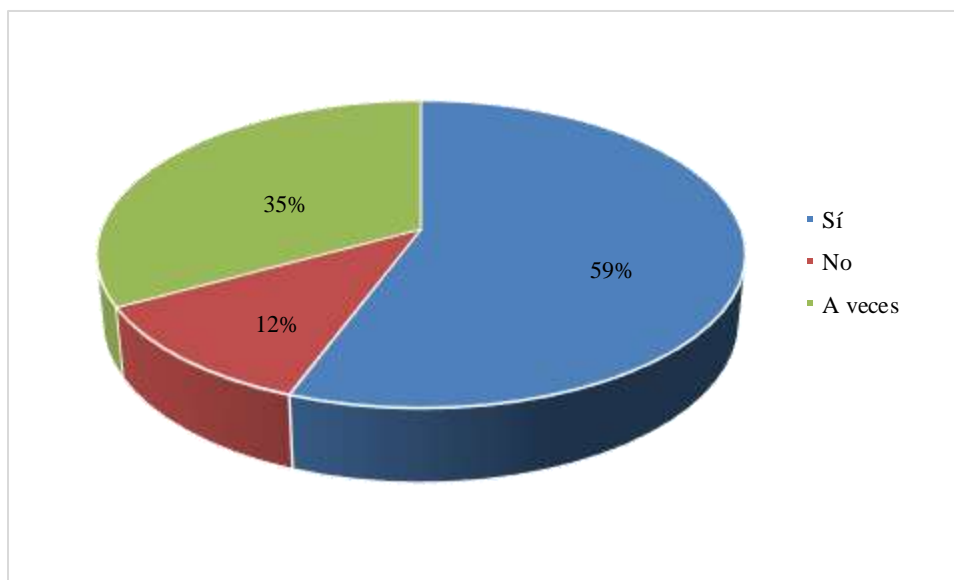
Este enfoque metodológico, inspirado en la teoría fundamentada, permitió articular los datos numéricos con las narrativas vividas, generando una interpretación más profunda y contextualizada de los efectos de la intervención.

Los datos presentados a continuación fueron recolectados mediante la aplicación de instrumentos diseñados específicamente para los docentes de básica primaria, la orientadora escolar y los integrantes del equipo directivo del Colegio Francisco Miranda. Estos instrumentos permitieron obtener información relevante y directa de los actores clave involucrados en la implementación y seguimiento de la estrategia educativa basada en inteligencia emocional, asegurando así que los resultados reflejen fielmente las experiencias, percepciones y aportes de quienes participan activamente en el proceso educativo y en la prevención de la salud mental de los estudiantes.

Pregunta. ¿Se hallan los estudiantes emocionalmente estables en el aula?

Gráfico 1

Estudiantes emocionalmente estables en el aula



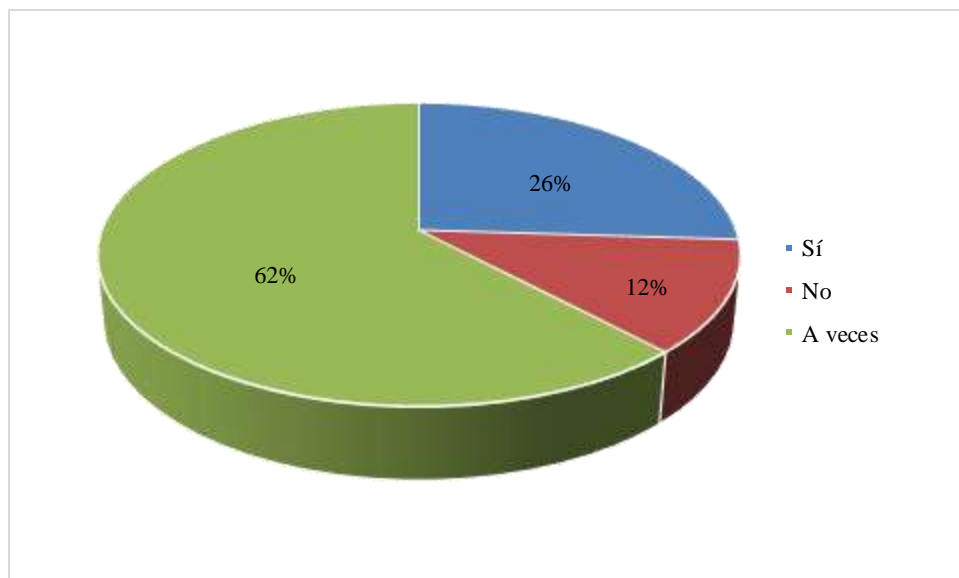
Fuente: Encuesta realizada a docentes de primaria básica, orientadora escolar e integrantes del equipo directivo del Colegio Francisco Miranda, 2024-2025.

Respecto a la estabilidad emocional de los estudiantes en el aula, el mayor porcentaje de los encuestados contestó de forma afirmativa. Así mismo, Ninatanta (2021) sostiene en su estudio que, los alumnos que presentan un grado de inteligencia emocional alto, les permite apreciar y expresar de manera equilibrada sus emociones, entender las de los demás, y utilizar esta información para guiar su forma de pensar y su comportamiento.

Pregunta. ¿Los estudiantes son capaces de autocontrolarse frente a un problema?

Gráfico 2

Capacidad de los estudiantes de autocontrolarse frente a un problema



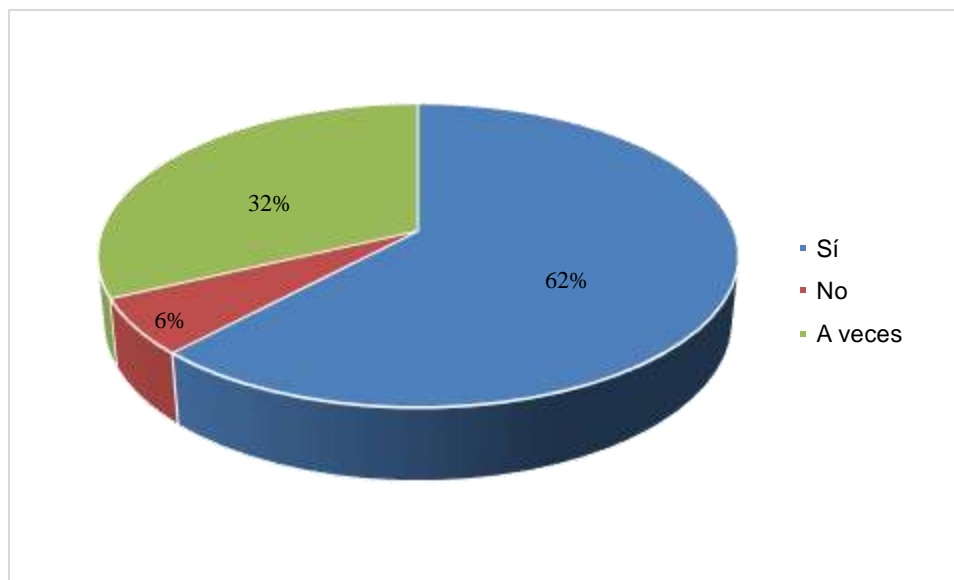
Fuente: Encuesta realizada a docentes de primaria básica, orientadora escolar e integrantes del equipo directivo del Colegio Francisco Miranda, 2024-2025.

El 26% de los encuestados indicó que los estudiantes poseen la capacidad de autocontrolarse ante un problema, siendo este un mínimo porcentaje, aspecto que según la literatura puede influir de forma directa con las conductas agresivas que puedan presentar los mismos.

Pregunta. ¿Han surgido conflictos provocados por los cambios emocionales de sus estudiantes?

Gráfico 3

Surgimiento de conflictos provocados por los cambios emocionales de sus estudiantes

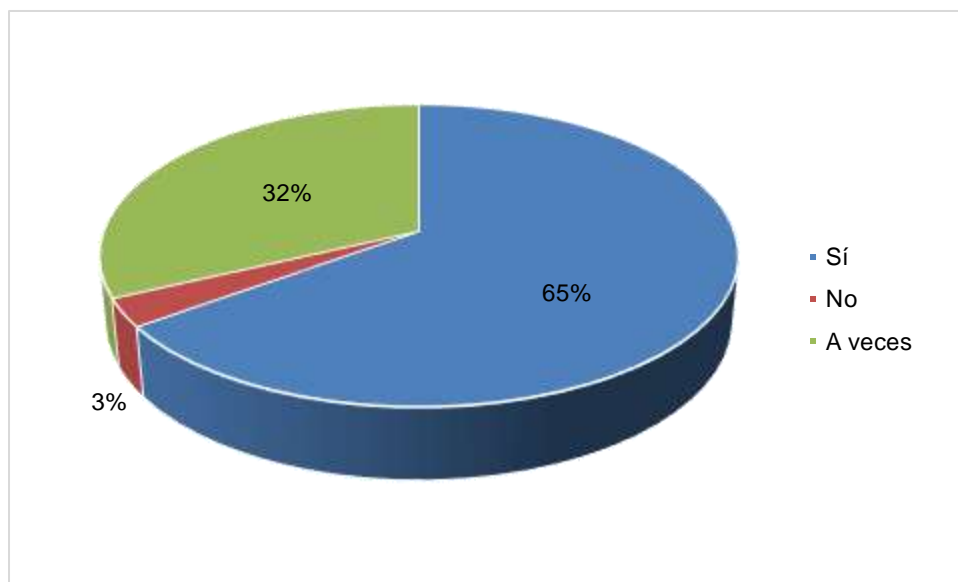


Fuente: Encuesta realizada a docentes de primaria básica, orientadora escolar e integrantes del equipo directivo del Colegio Francisco Miranda, 2024-2025.

En cuanto los conflictos presentados a causa de los cambios emocionales de los estudiantes, el 62% de los encuestados contestó de forma positiva. Estos datos se corroboran por lo expresado por Orbea (2019), quien alude que el control de la emociones es la habilidad de discernir y responder apropiadamente a los estados de ánimo y deseos de los otros, lo cual permite que se dé el desarrollo social, es decir que la persona sea capaz de establecer relaciones y conservar amistades.

Pregunta. ¿Ha notado algún cambio emocional en sus alumnos?

Gráfico 4
Cambios emocionales en los alumnos



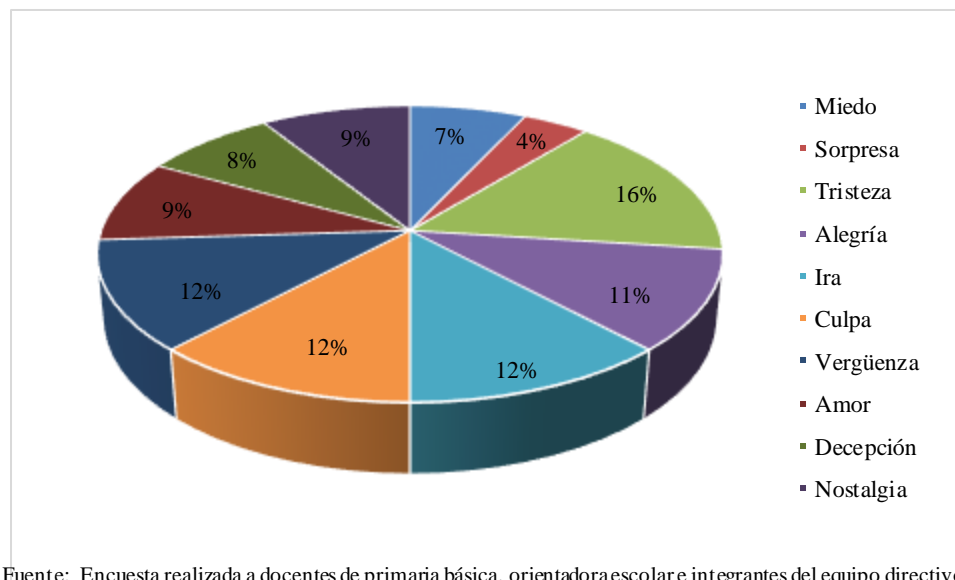
Fuente: Encuesta realizada a docentes de primaria básica, orientadora escolar e integrantes del equipo directivo del Colegio Francisco Miranda, 2024-2025.

Según los datos establecidos, en su mayoría (65%) de los encuestados estuvieron de acuerdo que han notado cambios emocionales en sus alumnos. Los cambios emocionales son respuestas psicofisiológicas al estado de conciencia que se experimenta cuando sucede algo agradable o desagradable, es decir, se asocia con la expresión de diversas emociones, como felicidad, tristeza, miedo, enfado, etc.

Pregunta. De las siguientes emociones ¿cuáles han presentado sus estudiantes?

Gráfico 5

Emociones presentadas por los estudiantes



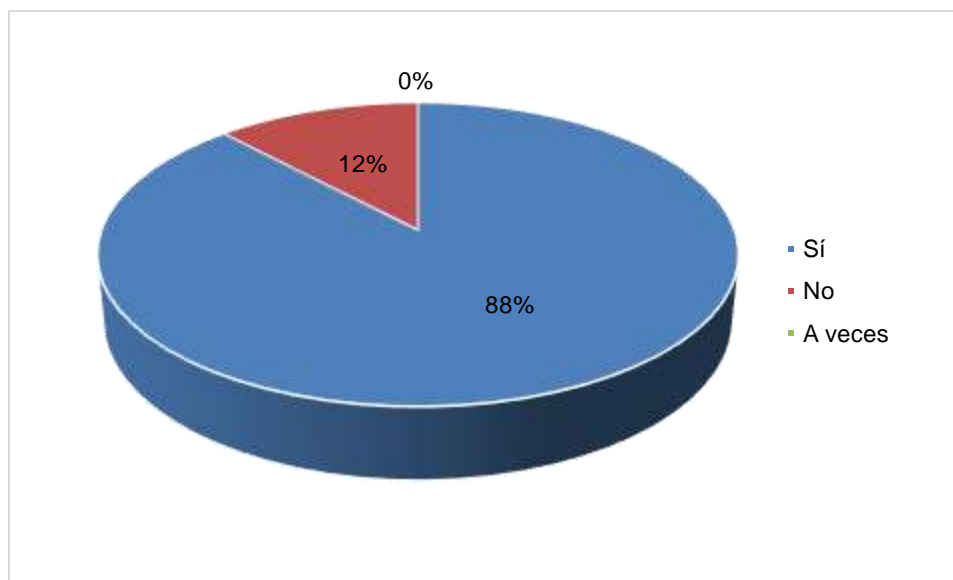
Fuente: Encuesta realizada a docentes de primaria básica, orientadora escolar e integrantes del equipo directivo del Colegio Francisco Miranda, 2024-2025.

El gráfico anterior denota que los estudiantes han presentado todo tipo de emociones en el aula, siendo las de mayor envergadura la tristeza, alegría, ira, culpa y vergüenza. De acuerdo a Soriano (2019), los alumnos a lo largo de su etapa académica han generado actitudes y emociones, según perciban éxitos o fracasos. Las motivaciones de las personas pueden influir en las conductas, estrategias y relaciones dentro del contexto escolar y de aprendizaje. Así, las atribuciones negativas influyen de forma desfavorable en las conductas que realizan los alumnos y en las que no se realizan por temor a fracasar, mientras que las atribuciones positivas afectan de manera eficaz en las conductas de éxito y en sus consecuencias positivas.

Pregunta. ¿Utilizan dentro y fuera del aula algún tipo de estrategia o método para el manejo de las emociones en sus estudiantes?

Gráfico 6

Utilización dentro y fuera del aula algún tipo de estrategia o método para el manejo de las emociones en los estudiantes

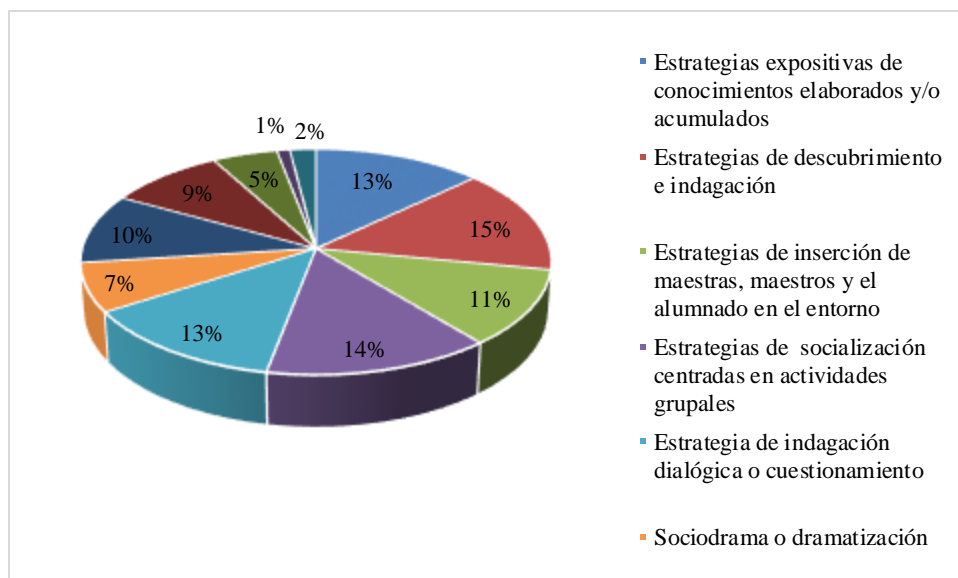


Fuente: Encuesta realizada a docentes de primaria básica, orientadora escolar e integrantes del equipo directivo del Colegio Francisco Miranda, 2024-2025.

El 88% de los encuestados expresó que utiliza estrategias dentro y fuera del aula para el manejo de las emociones de sus estudiantes. De acuerdo a Tuñas (2021), citado en el marco teórico, las estrategias como una guía de las acciones que hay que seguir, por lo que son siempre conscientes e intencionales, dirigidas a un objetivo relacionado con el aprendizaje, sin embargo, no toman las estrategias con la misma percepción invalidando su función e importancia, variando así los objetivos y los resultados del proceso educativo de enseñanza.

Pregunta 7. De las siguientes estrategias ¿Cuáles utiliza?

Gráfico 7
Estrategias utilizadas



Fuente: Encuesta realizada a docentes de primaria básica, orientadora escolar e integrantes del equipo directivo del Colegio Francisco Miranda, 2024-2025.

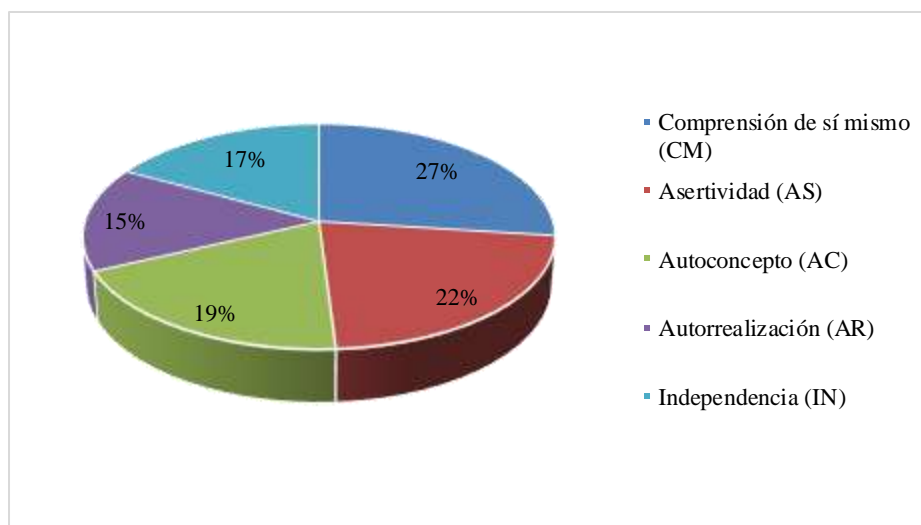
Los datos expresan que en el centro educativos como método para el manejo de las emociones en sus estudiantes se utilizan estrategias para la exposición de conocimientos elaborados y/o acumulados, estrategias de descubrimiento e indagación, estrategias de inserción de maestras, maestros y el alumnado en el entorno, estrategias de socialización centradas en actividades grupales, estrategia de indagación dialógica o cuestionamiento, aprendizaje basado en problema como métodos para el manejo de las emociones de sus estudiantes.

Como parte de estas estrategias, es posible utilizar algunas de las actividades mencionadas en las estrategias para restaurar conocimientos personales, por ejemplo, visitas o excursiones. La diferencia es que tales estrategias implican una mayor participación y un incentivo para interactuar más con el medio ambiente. Se trata de permitir percibir, comprender y ofrecer soluciones a los problemas naturales, sociales y ambientales. En estas estrategias se puede utilizar sistemáticamente la animación sociocultural, entendida como la contextualización permanente del aprendizaje escolar dentro de la cultura de la comunidad y utilizando el aula como un espacio de intercambio con la comunidad.

Pregunta 8. De los siguientes componentes intrapersonales ¿Cuál/es considera usted que ha desarrollado el estudiante a través del uso de las estrategias de enseñanza y aprendizaje en el manejo de las emociones?

Gráfico 8

Componentes intrapersonales desarrollados por el estudiante a través del uso de las estrategias de enseñanza y aprendizaje en el manejo de las emociones



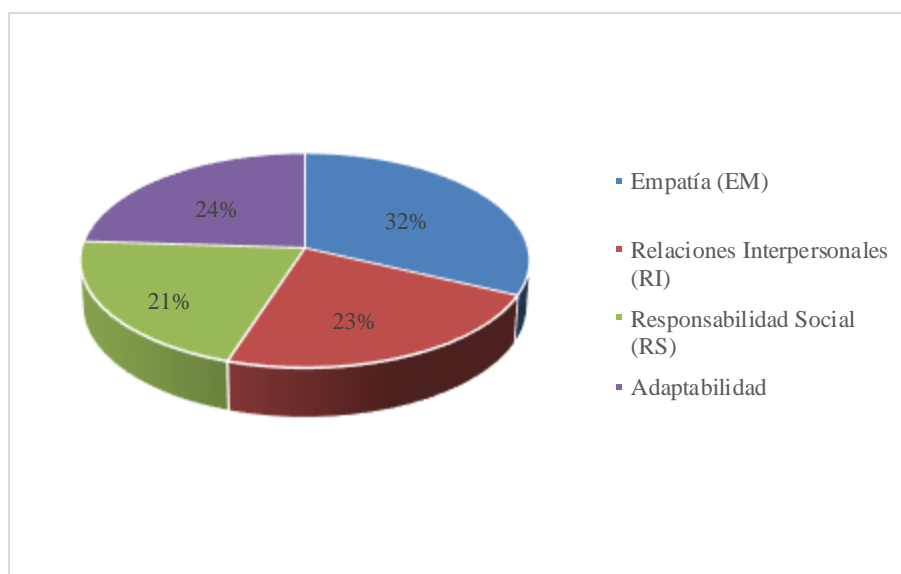
Fuente: Encuesta realizada a docentes de primaria básica, orientadora escolar e integrantes del equipo directivo del Colegio Francisco Miranda, 2024-2025.

Según los datos establecidos los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco de Miranda, han desarrollado componentes intrapersonales, entre los cuales se encuentran comprensión de sí mismo, asertividad, autoconcepto, autorrealización e independencia. De acuerdo a Orbea (2019), la inteligencia intrapersonal ayuda a conformar una imagen correcta y verdadera de sí mismos, permite tener contacto directo con las emociones, y de esta forma poder discriminar entre ellos, para así poder actuar de manera favorable y asertiva. Así la persona podrá comprender y analizar su conducta.

Pregunta 9. De los siguientes componentes interpersonales ¿Cuál/es considera usted que ha desarrollado el estudiante a través del uso de las estrategias de enseñanza y aprendizaje en el manejo de las emociones?

Gráfico 9

Componentes interpersonales desarrollados por el estudiante a través del uso de las estrategias de enseñanza y aprendizaje en el manejo de las emociones



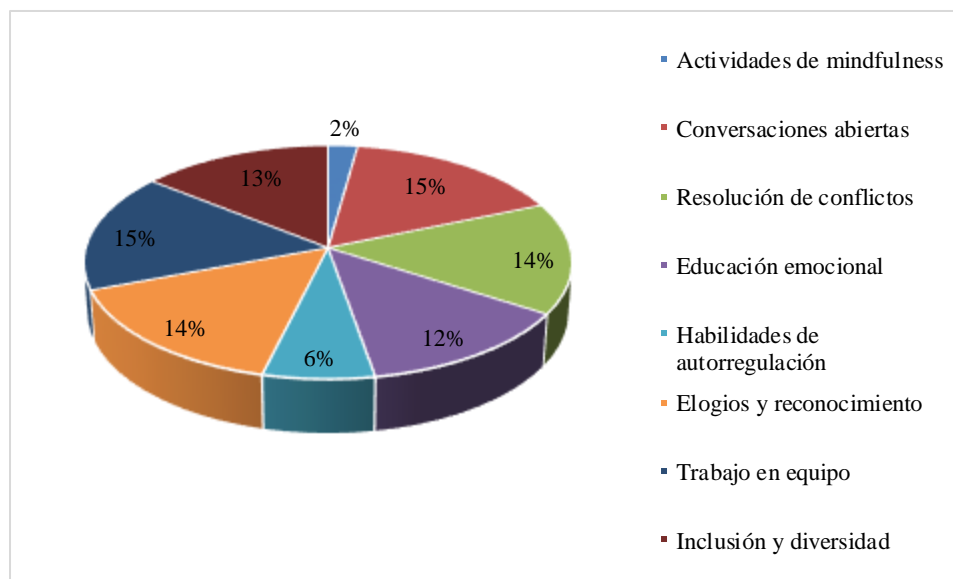
Fuente: Encuesta realizada a docentes de primaria básica, orientadora escolar e integrantes del equipo directivo del Colegio Francisco Miranda, 2024-2025.

De acuerdo a los encuestados los estudiantes han desarrollado componentes interpersonales a través del uso de las estrategias de enseñanza y aprendizaje en el manejo de las emociones, entre los cuales predominan la empatía, relaciones interpersonales, la responsabilidad social y la adaptabilidad. Estos datos se corroboran con los expuestos por Urrigaza (2020), quien indica que los componentes interpersonales abarcan, las habilidades y el desempeño interpersonal. En este componente las personas se caracterizan por ser responsables y confiables que poseen buenas habilidades sociales; es decir, que comprenden, interactúan y se relacionan muy bien con los demás.

Pregunta 10. De los siguientes recursos ¿Cuál /es utiliza usted para motivar a sus estudiantes al logro de las competencias de la inteligencia emocional?

Gráfico 10

Recursos utilizados para motivar a sus estudiantes al logro de las competencias de la inteligencia emocional



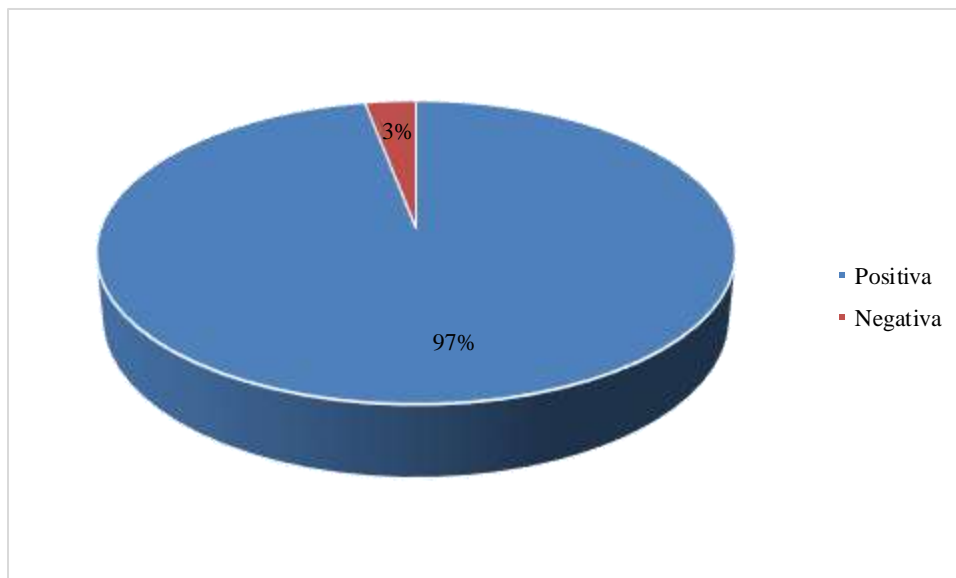
Fuente: Encuesta realizada a docentes de primaria básica, orientadora escolar e integrantes del equipo directivo del Colegio Francisco Miranda, 2024-2025.

Como recursos para motivar a los estudiantes al logro de las competencias de la inteligencia emocional, se hacen uso de diversas estrategias entre las de mayor importancia se encuentran las conversaciones abiertas, resolución de conflictos, educación emocional, elogios y reconocimientos; trabajo en equipo, inclusión y diversidad. Según Bisquerra (2012), las competencias emocionales son las habilidades que nos permiten, en un proceso progresivo: ser conscientes de nuestras emociones, comprender su significado, expresarlas de forma apropiada y regularlas para un bienestar personal y social.

Pregunta 11. ¿En qué forma considera usted ha influido el manejo de las emociones que ha otorgado a sus estudiantes?

Gráfico 11

Forma en la que ha influido el manejo de las emociones que ha otorgado a sus estudiantes



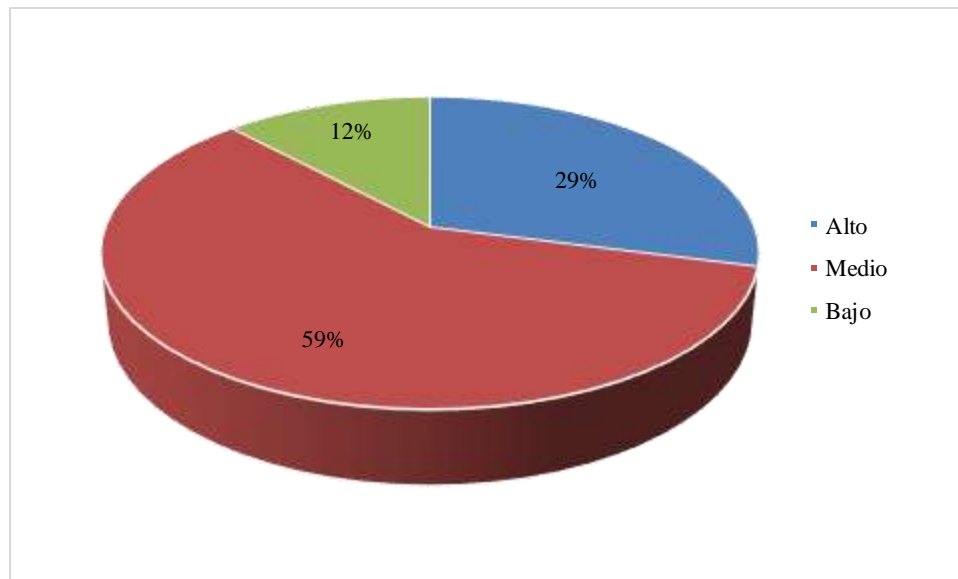
Fuente: Encuesta realizada a docentes de primaria básica, orientadora escolar e integrantes del equipo directivo del Colegio Francisco Miranda, 2024-2025.

El 97% consideró que ha influido de forma positiva el manejo de las emociones otorgado a sus estudiantes. Fernández (2024), plantea que la influencia positiva en el manejo de las emociones del estudiantes conlleva a que los mismos sean capaces de reconocer conscientemente sus emociones y dar solución a las problemáticas de modo eficaz, así mismo, que la mayoría de los estudiantes muestren buen manejo de las emociones y dominio de la relación que existe entre pensamiento, emoción y comportamiento y poseer la capacidad para reflexionar acerca de cambios emocionales que les sucedan.

pregunta 12. ¿A su entender como es el nivel del manejo de las emociones de estudiantes?

Gráfico 12

Nivel del manejo de las emociones de estudiantes



Fuente: Encuesta realizada a docentes de primaria básica, orientadora escolar e integrantes del equipo directivo del Colegio Francisco Miranda, 2024-2025.

El 59% consideró que los estudiantes poseen un nivel medio de las emociones, es decir, un nivel aceptable, aspecto que genera en ellos buenas habilidades sociales; es decir, que comprenden, interactúan y se relacionan muy bien con los demás, especialmente en el entorno escolar. Oquelis (2021), donde plantea que la mayoría de estudiantes que tienen nivel medio son buenos para comprender como se siente la gente y lo importante de tener amigos.

3.4. Análisis de los resultados en los datos obtenidos

Respecto a la estabilidad emocional de los estudiantes en el aula, la mayoría de los encuestados (59%) respondió afirmativamente.

En este mismo sentido, resaltando el autocontrol ante una dificultad, el 26% de los encuestados señaló que los estudiantes tienen la capacidad de dominarse frente a un inconveniente, lo cual representa un porcentaje bajo.

En relación con los conflictos surgidos debido a las alteraciones emocionales de los alumnos, el 62% de los participantes en la encuesta respondió de manera afirmativa.

De acuerdo con los datos presentados, la mayoría (65%) de los encuestados coincidió en que han observado transformaciones emocionales en sus estudiantes.

En otro aspecto, los estudiantes han mostrado diversas emociones en el aula, destacando especialmente la tristeza, la alegría, la ira, la culpa y la vergüenza.

De igual manera, en relación con la implementación de estrategias o métodos para el manejo de las emociones de los estudiantes, tanto dentro como fuera del aula, el 88% de los encuestados indicó que emplea estrategias en ambos contextos para gestionar las emociones de sus alumnos.

Los datos indican que en los centros educativos se emplean diversas estrategias para manejar las emociones de los estudiantes. Entre estas se incluyen métodos para la exposición de conocimientos adquiridos, enfoques de descubrimiento e indagación, la participación activa de profesores y alumnos en su contexto, actividades grupales que fomentan la socialización, el uso de indagación dialógica o cuestionamientos y el aprendizaje basado en problemas, todos diseñados para el manejo emocional de los estudiantes.

De acuerdo con la información disponible, los alumnos de educación primaria del Colegio Francisco de Miranda han cultivado habilidades intrapersonales. Estas habilidades incluyen la comprensión de sí mismo (27%), la asertividad (22%), el autoconcepto (19%), la autorrealización (15%) y la independencia (17%).

Según la información recopilada, los estudiantes han cultivado habilidades interpersonales mediante la aplicación de estrategias educativas y de aprendizaje para gestionar las emociones. Entre estas habilidades, destacan la empatía, las relaciones interpersonales, la responsabilidad social y la capacidad de adaptación.

Para incentivar a los estudiantes en el desarrollo de habilidades vinculadas a la inteligencia emocional, se utilizan varias estrategias. Entre las más relevantes se destacan las conversaciones abiertas, la resolución de conflictos, la educación emocional, los elogios y reconocimientos, así como el trabajo en equipo, y la promoción de la inclusión y la diversidad.

El 97% opina que el manejo de las emociones que se les ha brindado a sus estudiantes ha tenido un impacto positivo.

El 59% opina que los estudiantes tienen un nivel medio de habilidades emocionales, lo que significa que poseen un grado aceptable en este aspecto. Esto les permite desarrollar buenas habilidades sociales, lo que implica que entienden, interactúan y se relacionan de manera efectiva con los demás, especialmente en el ámbito escolar.

3.5. Redacción de resultados y discusión

Respecto a la estabilidad y gestión emocional en el aula, la mayoría de los encuestados considera que los estudiantes poseen una estabilidad emocional notable en el aula. Sin embargo, un porcentaje considerable de ellos también señala que el autocontrol frente a las dificultades es un desafío para los alumnos. Esto indica que, si bien hay una base de estabilidad, la capacidad de los estudiantes para manejar y dominar sus emociones ante un problema es un área que necesita más atención. De acuerdo a Pisqueras, (2019), “los

sistemas de respuesta cognitivo-subjetivo, conductual-expresivo y fisiológico-adaptativo desempeñan un papel en al menos tres manifestaciones emocionales diferentes. Son las reacciones inalienables de los seres humanos al mundo que los rodea, a las emociones mismas y a cómo se sienten físicamente”.

En cuanto a los conflictos y manifestaciones emocionales, se ha observado que las alteraciones emocionales de los estudiantes son una causa frecuente de conflictos. La mayoría de los participantes en la encuesta han notado transformaciones emocionales significativas en sus alumnos, manifestadas en una amplia gama de sentimientos, como tristeza, alegría, ira, culpa y vergüenza. Como señala Pisqueras (2019), las emociones son reacciones inherentes a los seres humanos, y se manifiestan a través de respuestas cognitivas, conductuales y fisiológicas. Por ello, comprender y abordar estas reacciones es fundamental en el entorno educativo.

En este mismo orden, respecto a las estrategias de enseñanza y aprendizaje, la gran mayoría de los encuestados afirma utilizar métodos de enseñanza y aprendizaje que buscan gestionar las emociones de los estudiantes. Sin embargo, como menciona Tuñas (2021), estas estrategias, aunque intencionales y dirigidas a un objetivo de aprendizaje, a menudo no son percibidas con la misma importancia por todos, lo que puede afectar los resultados del proceso educativo.

Respecto a la inteligencia emocional como herramienta fundamental, los hallazgos se alinean con las ideas de Daniel Goleman, quien en su artículo sobre inteligencia emocional en el aula subraya la necesidad de aplicar estrategias que consideren las características y necesidades de los estudiantes. Goleman (2018) concluye que la inteligencia emocional es clave para desarrollar la autoestima y la integración de los estudiantes, lo que a su vez se refleja en un mejor rendimiento académico.

El manejo de las emociones ha influido positivamente en el desarrollo de los componentes de la inteligencia emocional, tanto a nivel interpersonal como intrapersonal. Urrigaza (2020) destaca que estos componentes permiten a los individuos ser más responsables, confiables y

sociables, mejorando así su capacidad para cooperar y establecer buenas relaciones con los demás.

En cuanto al impacto de las emociones en el clima escolar, la inteligencia emocional fomenta la autoestima y la integración, lo que directamente influye en el rendimiento académico. De manera similar, García (2019) afirma que las emociones tienen una influencia muy significativa en la vida de las personas, por lo que es vital orientarlas desde la infancia. El uso de métodos que motiven a los alumnos en el manejo emocional por parte de los docentes contribuye a un mejor clima escolar y, por ende, a un proceso de enseñanza-aprendizaje más efectivo.

En referencia a la educación emocional como necesidad social, esta investigación demuestra que es viable integrar la dimensión emocional en la escuela de manera efectiva, accesible y sostenible. Para lograrlo, es crucial adoptar una perspectiva humana y sensible, utilizando también las herramientas tecnológicas apropiadas. En este sentido afirma Bisquerra (2012), la educación emocional es una respuesta a necesidades sociales que el currículo tradicional no aborda completamente.

Capítulo 4. Propuesta de Transformación

La propuesta de transformación que se presenta, titulada "Estrategia Educativa de Inteligencia Emocional mediante Herramientas Virtuales para la Prevención de la Salud Mental en Estudiantes de Educación Primaria", trata sobre la creciente necesidad de promover el bienestar emocional en los infantes desde una edad temprana. En un entorno cada vez más interconectado a nivel digital, la incorporación de la tecnología en el campo educativo brinda una oportunidad singular para cultivar habilidades socioemocionales fundamentales. Este proyecto tiene como objetivo llevar a cabo una estrategia novedosa que integre la enseñanza de la inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales interactivas y accesibles. El propósito es dotar a los estudiantes de los recursos esenciales para reconocer, comprender y manejar sus emociones, fomentando la resiliencia y evitando posibles dificultades futuras vinculadas a la salud mental.

4.1. Fundamentación de la propuesta de transformación

La propuesta de transformación pedagógica que aquí se presenta nace como respuesta directa al diagnóstico inicial y a los hallazgos de la intervención desarrollada con estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco de Miranda, ubicado en Ibagué. El estudio evidenció una escasa integración de la inteligencia emocional en las prácticas educativas cotidianas y una subutilización de las herramientas digitales con fines pedagógicos afectivos.

Desde una visión crítica y humanista, se entiende que la educación emocional no puede seguir siendo un elemento periférico del currículo, especialmente en contextos escolares donde los estudiantes enfrentan retos sociales, familiares y personales que afectan su desarrollo integral. Como plantea Bisquerra (2012), “la educación emocional es una necesidad educativa emergente que debe incorporarse de forma sistemática en el currículo escolar” (pág. 17).

Por tanto, esta propuesta no busca “añadir” contenidos emocionales como un accesorio, sino transformar la experiencia educativa para que las emociones sean reconocidas,

gestionadas y potenciadas como parte del proceso formativo. Y lo hace desde el uso creativo y crítico de herramientas digitales gratuitas, accesibles y contextualizadas.

4.2. Estructura de la propuesta de transformación

Objetivo general de la propuesta

Contribuir a prevención de la salud mental de los estudiantes de básica primaria a través de la estrategia Educativa de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales del Colegio Francisco Miranda.

Objetivos específicos de la propuesta

- Proponer medios de sensibilización y formación docente para fortalecer las competencias emocionales y pedagógicas del personal educativo, con el fin de mejorar la atención integral y promoviendo un ambiente escolar favorable para la prevención de la salud mental en los estudiantes.
- Presentar formas de planeación pedagógica colaborativa para fomentar el trabajo en equipo entre docentes, facilitando la integración de diversas perspectivas y experiencias que enriquezcan el proceso de enseñanza-aprendizaje y fortalezcan la implementación de estrategias educativas efectivas.
- Socializar la estrategia educativa de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales en aula para mejorar el desarrollo de habilidades emocionales en los estudiantes mediante recursos digitales, contribuyendo a un ambiente escolar saludable y a la prevención de problemas relacionados con la salud mental.
- Realizar una evaluación y sistematización relativa a la estrategia educativa propuesta para analizar el impacto y la efectividad de la estrategia implementada, identificando fortalezas

y áreas de mejora, que genere información útil y facilite su ajuste y posible replicación en contextos similares.

La estrategia se organiza en cuatro fases secuenciales, cada una con actividades, recursos y productos concretos:

Fase I – Sensibilización y formación docente

Actividades:

Taller sobre inteligencia emocional en el aula (enfoque Goleman y Bar-On): diseñado para docentes y personal educativo y se centra en el desarrollo de la inteligencia emocional (IE) en el contexto del aula. El objetivo principal es proporcionar herramientas prácticas para que los educadores puedan identificar, comprender y gestionar sus propias emociones, y a su vez, guiar a sus estudiantes en el mismo proceso. Se basa en los modelos de Daniel Goleman y Reuven Bar-On, dos de los enfoques más influyentes en el campo de la IE. Altamente participativo y vivencial. Combina la exposición teórica con dinámicas grupales, juegos de roles, estudios de caso y ejercicios de reflexión individual. El propósito es que los asistentes no solo aprendan los conceptos, sino que también los interioricen y adquieran las herramientas necesarias para aplicarlos de manera inmediata en su práctica docente.

Contenido y estructura:

Sección 1: Fundamentos de la inteligencia emocional

Introducción al concepto: se explorará la importancia de la inteligencia emocional (IE) en la educación, no solo para el bienestar individual, sino también para el rendimiento académico y las relaciones interpersonales. Se presentará la IE como una habilidad vital, no como una cualidad innata.

El Modelo de Goleman: se abordarán los cinco componentes del modelo de Daniel Goleman:

Autoconocimiento emocional: reconocer las propias emociones y su impacto.

Autocontrol emocional: manejar las emociones de forma constructiva, especialmente las negativas.

Automotivación: utilizar las emociones para lograr objetivos.

Empatía: comprender las emociones de los demás.

Habilidades sociales: manejar las relaciones e influir en los demás.

Se utilizarán ejemplos y ejercicios prácticos para ilustrar cada componente.

Sección 2: El Enfoque de Bar-On y su aplicación en el aula

El Modelo de Bar-On: se analizará el modelo de Reuven Bar-On, que se enfoca en las habilidades y competencias que contribuyen a la IE, agrupadas en cinco grandes áreas:

Intrapersonal: autoconocimiento, autoconcepto y asertividad.

Interpersonal: empatía, relaciones sociales y responsabilidad social.

Adaptabilidad: flexibilidad, resolución de problemas y prueba de realidad.

Manejo del estrés: tolerancia al estrés y control de impulsos.

Estado de ánimo general: felicidad y optimismo.

Se discutirá cómo estas habilidades se manifiestan en el comportamiento de los estudiantes y cómo el docente puede fomentarlas.

Sección 3: Estrategias prácticas para el aula

Técnicas de autocuidado para docentes: se presentarán ejercicios de mindfulness y respiración para que los educadores gestionen su propio estrés y eviten el "burnout".

Actividades para estudiantes: se proporcionarán dinámicas y juegos diseñados para cada nivel educativo que ayuden a los estudiantes a:

- Identificar y nombrar emociones.
- Comunicar sus sentimientos de manera efectiva.
- Resolver conflictos pacíficamente.
- Practicar la empatía.

Creación de un clima emocional positivo: se abordará la importancia de crear un ambiente de respeto y confianza, donde las emociones sean vistas como algo natural y no como debilidades.

Capacitación en plataformas: Padlet, Canva, Genially, Google Forms, Kahoot: para potenciar sus habilidades y explorar nuevas metodologías de enseñanza o creación de contenido, se ofrecerán cursos de capacitación enfocados en plataformas digitales versátiles, en los cuales podrán aprender a crear tableros colaborativos y dinámicos con Padlet, diseñar presentaciones e infografías impactantes con Canva, y generar experiencias interactivas con Genially a través de gamificación y animaciones. Además, de adquirir dominio respecto a la creación de encuestas y evaluaciones personalizadas con Google Forms y gamificación del aprendizaje o evaluación con divertidos cuestionarios en tiempo real con Kahoot. Estos cursos estarán diseñados para equipar al personal con las herramientas esenciales con las cuales innovar en su práctica profesional, sea en el ámbito educativo, corporativo o creativo.

Elaboración de una guía práctica digital para docentes: recurso interactivo y accesible con el cual apoyar a los docentes en su desarrollo profesional y en la mejora de sus prácticas pedagógicas. Esta estará diseñada de forma flexible, dinámica y fácil de usar en el entorno digital.

Características clave:

Formato interactivo: se compone de videos cortos, infografías, cuestionarios, actividades prácticas y plantillas descargables. Esto permite a los docentes no solo leer, sino también aplicar lo que aprenden de inmediato.

Acceso en cualquier momento y lugar: al ser digital, la guía puede ser consultada desde una computadora, tableta o celular, adaptándose a la agenda del docente. Esto es ideal para el aprendizaje a su propio ritmo.

Contenido modular: dividida en módulos o secciones temáticas (por ejemplo, "gamificación en el aula, uso de herramientas de IA, evaluación formativa. Esto permitirá a los docentes enfocarse en las áreas que más les interesan sin tener que leer toda la guía.

Actualizaciones constantes: el contenido podrá ser actualizado con facilidad para incluir nuevas metodologías, herramientas tecnológicas y tendencias educativas emergentes, manteniendo el material relevante y al día.

Producto: docentes capacitados con herramientas claras y contextualizadas.

Fase II – Planeación pedagógica colaborativa**Actividades:**

Integración de actividades emocionales en los planes de área (Lengua, Ética, Sociales, Artística): integrar la educación emocional en los planes de área resulta fundamental para formar estudiantes completos, capaces de entender y gestionar sus emociones.

Lengua Castellana: ideal para analizar las emociones por medio de la narrativa y la expresión. Al trabajar con textos y la producción escrita, los estudiantes pueden identificar, nombrar y comprender un amplio rango de sentimientos.

Análisis de personajes: pedir a los estudiantes que lean un cuento o una novela y analicen las emociones de los personajes. ¿Por qué el personaje se sintió así? ¿Cómo reaccionó ante la situación? Esta actividad fomenta la empatía y la comprensión de las emociones ajenas.

Creación de historias emocionales: motivar a los estudiantes a escribir sus propias historias donde los personajes principales experimenten diferentes emociones. Pueden crear un diccionario de emociones personal o colectivo, donde definan sentimientos complejos con sus propias palabras.

Debates y diálogos: organizar debates sobre temas controversiales o situaciones de la vida real que generen opiniones y emociones variadas. Esto les ayuda a expresar sus sentimientos de manera respetuosa y a escuchar la perspectiva de los demás.

Ética y valores: esta área se centra en la reflexión y el desarrollo moral, lo que la hace el espacio perfecto para profundizar en la gestión de las emociones y su impacto en las acciones.

Dilemas morales y emocionales: presentar a los estudiantes dilemas éticos que involucren un conflicto emocional. Por ejemplo: "Si un amigo te confiesa un secreto que podría dañar a otra persona, ¿qué harías?". Pedirle que analicen las emociones involucradas (lealtad, miedo, culpa) y cómo estas influyen en la toma de decisiones.

Diario de gratitud: solicitarles que lleven un diario donde escriban tres cosas por las que se sienten agradecidos cada día. Esta práctica simple cultiva la gratitud y promueve el pensamiento positivo.

Juegos de roles: proponer situaciones de conflicto (bullying, un malentendido) y pedirles que actúen diferentes roles. Al ponerse en el lugar de los demás, desarrollan la empatía y practican formas constructivas de resolver problemas.

Ciencias Sociales: estas ofrecen un contexto amplio para entender cómo las emociones colectivas y los sentimientos individuales han moldeado la historia y las interacciones humanas.

Análisis de eventos históricos: estudiar eventos históricos no solo desde los hechos, sino también desde las emociones de las personas involucradas. Por ejemplo: ¿Qué sintieron los involucrados durante una revolución o una guerra? ¿Cómo el miedo o la esperanza influyeron en el curso de la historia?

Geografía de las emociones: analizar cómo las emociones y el sentido de pertenencia se conectan con el lugar. Pedirles que dibujen un mapa de sus sentimientos en relación a su barrio, ciudad o país, y que expliquen las emociones que les evocan esos lugares.

Proyectos de servicio comunitario: involucrar a los estudiantes en proyectos sociales que les permitan experimentar la alegría de ayudar a los demás y desarrollar la compasión.

Artística y Cultura: representa una vía natural para la expresión no verbal de las emociones. A través de la música, el dibujo o el teatro, los estudiantes pueden liberar y explorar sus sentimientos de una forma creativa y segura.

Pintura o dibujo emocional: pedirles a los estudiantes que pinten o dibujen un sentimiento abstracto como "felicidad", "tristeza" o "enojo". Pueden usar colores, formas y texturas para representar lo que no pueden decir con palabras.

Creación musical: motivarlos a componer una melodía o a usar instrumentos para expresar una emoción particular. La música es un canal poderoso para la catarsis emocional.

Teatro de emociones: organizar ejercicios teatrales donde los estudiantes interpreten y reconozcan diferentes emociones a través de gestos, expresiones faciales y lenguaje corporal. Esto mejora su inteligencia emocional y su capacidad para reconocer las emociones en otros.

Diseño de secuencias didácticas digitales con enfoque emocional: requiere un proceso cuidadoso que integre la tecnología y el aprendizaje socioemocional. Inicialmente, se llevará a cabo una fase de conceptualización, donde se definirán los objetivos de aprendizaje y se identificarán las emociones clave que se desean explorar. Esto implicará seleccionar temas que resuenen con los estudiantes y que les permitan conectar con sus propias experiencias.

Posteriormente, se planificarán actividades interactivas. Por ejemplo, se pueden utilizar herramientas de creación de video para que los estudiantes compartan historias personales sobre cómo gestionaron una emoción particular, o emplear foros de discusión para que debatan dilemas éticos que provoquen empatía. Se incorporarán elementos de gamificación, con los cuales motivar y ayudar a los estudiantes a reconocer y regular sus emociones, como sistemas de puntos por logros en colaboración o insignias por la resolución de conflictos.

Validación de recursos con orientación institucional: estas actividades incluirán la revisión del cumplimiento normativo, garantizando que los recursos se ajusten a las políticas internas, regulaciones legales y principios éticos de la institución. También se evaluará la pertinencia temática, para asegurar que el contenido es relevante y contribuye a las metas y misión de la entidad educativa. Además, se revisará la coherencia pedagógica, verificando que los recursos sean didácticamente adecuados y se integren eficazmente en los programas educativos o de capacitación existentes.

Actividades clave de validación:

Análisis de pertinencia y relevancia: se evaluará cómo el recurso se conecta con la misión, visión y objetivos estratégicos de la institución. Por ejemplo, un recurso sobre sostenibilidad debe alinearse con una política institucional de responsabilidad ambiental.

Evaluación de la calidad del contenido y diseño: se revisará la precisión, actualidad y fiabilidad de la información. Esto implica que expertos en la materia validen el rigor

científico o técnico del material. También se considerará el diseño y la usabilidad, asegurando que sea accesible y fácil de usar para el público objetivo.

Verificación de conformidad legal y ética: se comprobará que los recursos respeten las leyes de propiedad intelectual y los derechos de autor, además de cumplir con las normativas de accesibilidad y privacidad de datos. Es crucial que el material no contenga sesgos ni promueva discriminación, reflejando los valores de la institución.

Piloto y pruebas con usuarios: antes de su implementación a gran escala, se realizará una prueba piloto con un grupo reducido de usuarios para obtener retroalimentación. Esta fase permitirá identificar posibles fallas, áreas de mejora y confirmar que el recurso cumple su propósito de manera efectiva.

Estas actividades garantizan que los recursos no solo sean de alta calidad, sino que también actúen como una extensión coherente y valiosa de la identidad y propósito de la institución.

Producto: secuencias didácticas contextualizadas, integradas curricularmente

Fase III – Implementación en aula

La fase de implementación de una estrategia educativa de inteligencia emocional, que utiliza herramientas virtuales para la prevención de la salud mental en estudiantes de educación primaria, es el momento donde la planificación se convierte en acción. Este proceso requiere una ejecución cuidadosa y coordinada para asegurar que los objetivos planteados se alcancen de manera efectiva.

Durante esta etapa, se pondrá en marcha el plan de acción previamente diseñado, el cual incluirá la capacitación del personal docente. Los maestros y maestras serán formados en los fundamentos de la inteligencia emocional y en el uso de las herramientas virtuales seleccionadas, como aplicaciones interactivas, plataformas de aprendizaje gamificadas o recursos audiovisuales.

Simultáneamente, se llevará a cabo la integración de las herramientas virtuales en el currículo escolar. Esto no se limitará a la simple introducción de la tecnología, sino que implicará una adaptación del contenido para que se alinee con las necesidades emocionales de los estudiantes. Las actividades se diseñarán de manera lúdica y atractiva para captar su atención, abordando temas como el reconocimiento y la gestión de las emociones, la empatía y la resolución de conflictos.

Para asegurar un desarrollo óptimo, se establecerán mecanismos de seguimiento y apoyo continuo. Se monitoreará la participación de los estudiantes y el uso de las herramientas virtuales, y se recopilará información a través de encuestas o entrevistas para identificar posibles desafíos y realizar ajustes en tiempo real. Este enfoque iterativo permitirá adaptar la estrategia a las necesidades específicas de cada grupo de estudiantes, garantizando que el impacto en su salud mental sea positivo y duradero.

En esencia, la implementación transformará los planes en una experiencia educativa tangible, donde la tecnología actuará como un facilitador para que los estudiantes de primaria desarrollen habilidades emocionales esenciales para su bienestar y crecimiento personal.

Actividades:

Desarrollo de sesiones híbridas con actividades como:

“Mis emociones tienen voz” (Padlet)

“Historias emocionales animadas” (Canva/Genially)

“Reto emocional Kahoot”

“Mi bitácora emocional” (Google Docs compartido)

Producto: estudiantes comprometidos con su proceso emocional, evidencias digitales

Fase IV – Evaluación y sistematización

La evaluación y sistematización de la estrategia educativa de inteligencia emocional será un proceso fundamental para comprender su impacto real en los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda durante el período 2024-2025. Este proceso no se limitará a

la simple medición de resultados, sino que se convertirá en una investigación participativa que buscará documentar y analizar la experiencia desde múltiples perspectivas.

En primer lugar, la evaluación se centrará en la recolección de datos cuantitativos y cualitativos. A través de cuestionarios, entrevistas y grupos focales con estudiantes, docentes y padres de familia, con el propósito de valorar cómo las herramientas virtuales y las actividades implementadas influyen en la gestión de emociones, el desarrollo de habilidades sociales y la identificación de factores de riesgo en la salud mental de los niños. Este análisis permitirá identificar no solo los logros, como la mejora en la comunicación y la empatía, sino también los desafíos y áreas de oportunidad para futuras intervenciones.

Por otra parte, la sistematización será el pilar de este proceso. Consistirá en la organización y el análisis crítico de la experiencia vivida en el aula. Se documentarán los momentos clave, las adaptaciones realizadas y las lecciones aprendidas durante la implementación. Esta fase buscará responder a preguntas esenciales: ¿qué funcionó?, ¿por qué funcionó?, ¿qué se puede mejorar? La documentación detallada de cada sesión, las evidencias del trabajo estudiantil y las reflexiones de los docentes se compilarán en un informe final, creando un conocimiento transferible. Este informe no solo validará la efectividad de la estrategia, sino que también servirá como una guía práctica y reproducible para otras instituciones educativas interesadas en abordar la salud mental a través de la inteligencia emocional y la tecnología.

Actividades:

Aplicación de rúbricas y autoevaluaciones

Encuestas de percepción a docentes y estudiantes

Análisis reflexivo con comunidad educativa

Producto: informe de resultados, recomendaciones y proyecciones.

En este sentido, esta propuesta tiene como propósito diseñar y aplicar una estrategia pedagógica digital para fortalecer la inteligencia emocional de los estudiantes de básica primaria, promoviendo la autorregulación, la empatía y la convivencia, mediante el uso de plataformas tecnológicas integradas al currículo escolar.

4.3. Valoración/ evaluación / validación de la propuesta de transformación

La evaluación de la propuesta se estructura en torno a tres niveles:

Tabla 2 Evaluación de la propuesta

Criterio	Indicadores	Instrumentos
Aprendizaje emocional	Reconocimiento y regulación de emociones	Autoevaluaciones Bitácoras
Convivencia escolar	Relaciones respetuosas, resolución de conflictos	Observaciones Encuestas
Uso pedagógico de herramientas TIC	Aplicación creativa con sentido emocional	Producciones digitales Rúbricas

Fuente: la autora

Recursos requeridos

Recursos digitales:

Acceso a internet básico

Equipos compartidos (tabletas, PC de aula)

Plataformas gratuitas: Padlet, Canva, Genially, Kahoot, Google Workspace

Recursos humanos:

Docentes capacitados

Coordinador pedagógico

Orientadora escolar

Recursos institucionales:

Tiempo asignado en PEI

Apoyo de directivos

Espacios para sistematización

Esta propuesta no busca imponer una receta, sino invitar a transformar la escuela desde lo humano, lo digital y lo emocional. La experiencia recogida en el trabajo de campo demuestra que cuando se combinan la intención pedagógica, el acompañamiento docente y el uso creativo de la tecnología, los estudiantes no solo aprenden más: aprenden mejor y se sienten mejor.

Al formar docentes emocionalmente conscientes y estudiantes capaces de nombrar, expresar y transformar sus emociones, se siembran las bases para una escuela más sana, sensible y resiliente.

En palabras de Bar-On (2006), “la inteligencia emocional-social es un conjunto de competencias que determina la eficacia con que las personas entienden, expresan y regulan sus emociones” (pág. 57). Este es, precisamente, el horizonte que esta propuesta propone alcanzar, considerando los siguientes aspectos:

Pertinencia: el resultado responde a necesidades reales.

Validez: el resultado cumple su función según su tipo.

Factibilidad: es posible llevarlo a la práctica.

Aplicabilidad: otras personas pueden utilizarlo.

Generalización: permite ser extendido a otros contextos semejantes.

Novedad y originalidad: diferente de lo que ya existe o se conoce.

La propuesta de una estrategia educativa de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales para la prevención de la salud mental de los estudiantes de primaria del Colegio Francisco Miranda durante el período 2024–2025, se convertirá en una respuesta efectiva y pertinente a la pregunta científica formulada. La tecnología educativa ayuda a los niños a desarrollar tres habilidades socioemocionales fundamentales: entender sus propias emociones (autoconocimiento), comprender a los demás (empatía) y gestionar sus reacciones (autorregulación). La estrategia no solo se diseñó, sino que también se implementará, utilizando recursos digitales como aplicaciones interactivas, plataformas educativas y herramientas de seguimiento emocional. Estos instrumentos virtuales

permitirán a los educadores del Colegio Francisco Miranda abordar de manera innovadora y atractiva las necesidades emocionales de los estudiantes, facilitando un aprendizaje dinámico y adaptado a las nuevas generaciones.

De esta forma, la propuesta demuestra que las herramientas virtuales pueden ser un complemento invaluable para el trabajo de los docentes y profesionales de la salud mental, permitiendo una detección más temprana de posibles problemas y promoviendo el bienestar emocional de manera integral. La capacitación docente en el uso de estas tecnologías será fundamental para este éxito, asegurando que la estrategia no solo sea efectiva, sino también sostenible a largo plazo. En resumen, esta iniciativa no solo fortalecerá las habilidades emocionales de los estudiantes, sino que también sentará las bases para un entorno educativo más consciente y humano.

CONCLUSIONES

Finalizada la investigación concerniente a la educación en inteligencia emocional mediante estrategias virtuales para la promoción y prevención de la salud mental de los alumnos de básica primaria del Colegio Francisco de Miranda, se presentan los siguientes hallazgos: De acuerdo al objetivo específico #1: **Determinar los fundamentos referenciales que justifican la educación en inteligencia emocional mediante estrategias virtuales para la promoción y prevención de la salud mental**, se ha establecido que los fundamentos referenciales relacionados con el tema bajo estudio muestran que en la actualidad se han desarrollado cambios trascendentales en el aspecto educativo, brindando, en muchos casos, un acercamiento a nuevas formas de aprender contando con el beneficio del sistema tecnológico. Es así, como se han manifestado en diferentes espacios donde han analizado y explicado el desarrollo educativo. En este sentido, en las comunidades educativas, se da una respuesta rápida con diversas alternativas transformadoras, potenciando así, a la educación virtual. La educación virtual tiene el desafío de motivar al alumnado por medio de la tecnología.

Es un hecho que la educación emocional en los contextos educativos desde muy temprana edad favorece el desarrollo emocional y por tanto el aprendizaje para el logro del éxito académico de los estudiantes en todos los niveles educativos. La habilidad para poseer y utilizar recursos mediante la identificación tanto de las propias emociones como de las de los demás, es fundamental en toda institución educativa. El proceso de enseñanza y aprendizaje ha evolucionado continuamente a lo largo del tiempo para conseguir mejores resultados para los estudiantes. Por tanto, el uso de herramientas acordes a las necesidades o exigencias de las instituciones educativas garantiza un aprendizaje significativo en los estudiantes. Los medios digitales son herramientas primordiales para la educación actual, han transformando radicalmente las formas de enseñar y es el medio donde los estudiantes aprenden mejor en conjunto con sus compañeros.

En cuanto al objetivo específico #2: **Verificar las emociones que se evidencian en los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda**, se obtuvo que la mayoría de los estudiantes mostró tristeza, alegría, ira, culpa y vergüenza. En este sentido,

los sistemas de respuesta cognitivo-subjetivo, conductual-expresivo y fisiológico-adaptativo desempeñan un papel en al menos tres manifestaciones emocionales diferentes. Son las reacciones inalienables de los seres humanos al mundo que los rodea, a las emociones mismas y a cómo se sienten físicamente.

Respecto al objetivo específico #3: Indicar las estrategias de enseñanza y aprendizaje utilizadas por los docentes para el manejo de las emociones de básica primaria del referido centro educativo, se obtuvo que los docentes utilizan métodos de enseñanza y aprendizaje para el manejo de las emociones de los estudiantes. Las estrategias como una guía de las acciones que hay que seguir, por lo que son siempre conscientes e intencionales, dirigidas a un objetivo relacionado con el aprendizaje, sin embargo, no toman las estrategias con la misma percepción invalidando su función e importancia, variando así los objetivos y los resultados del proceso educativo de enseñanza. Asimismo, se determinó que el manejo de las emociones ha influido de manera positiva, ya que han desarrollado los componentes de la inteligencia emocional.

Los componentes interpersonales e intrapersonales abarcan, las habilidades y el desempeño interpersonal. A través de estos componentes los individuos se caracterizan por ser responsables, confiables y sociables; es decir, son capaces de llevarse bien, cooperar y entablar buenas relaciones con los demás. En este sentido, la inteligencia emocional desarrolla la autoestima y la integración de los estudiantes en el aula, lo cual se ve reflejado en el rendimiento académico, coincidiendo estos resultados con los arrojados en esta investigación, ya que a través del manejo de las emociones por parte del docente los estudiantes mostraron resultados favorables en cuanto a los componentes de la inteligencia emocional se refiere.

En cuanto al objetivo específico #4: **Elaborar la propuesta de educación en inteligencia emocional mediante estrategias virtuales para la promoción y prevención de la salud mental de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda;** las emociones tienen una influencia muy significativa en la vida de las personas, lo que justifica su correcta orientación desde edades tempranas, por ser allí donde se establecen las

bases para la educación posterior. Asimismo, el uso de métodos como medio para motivar a los alumnos por parte del manejo en el manejo emocional o desarrollo de la inteligencia emocional influyen en el correcto desarrollo del clima escolar y por ende en el proceso enseñanza y aprendizaje.

En este sentido, los resultados muestran que la implementación de estrategias virtuales para la promoción y prevención de la salud mental de los estudiantes resulta prioritaria, ya que la investigación ha revelado que estas influirán de forma positiva tanto a los estudiantes, como los implicados en el proceso enseñanza del Centro educativo bajo estudio, considerando que las mismas estarán diseñadas y adaptadas a la realidad del contexto educativo y los lineamientos establecidos por las leyes del país.

La educación constituye el fundamento del avance y la evolución; otorga saberes y capacidades; estimula el análisis crítico, favorece la curiosidad académica, la inventiva y la capacidad de resolver problemas. Por consiguiente, es fundamental invertir en un sistema educativo fuerte y accesible para asegurar un futuro exitoso y sostenible. Las transformaciones sociales y culturales actuales demandan ciudadanos educados que posean una mentalidad crítica, receptiva y adaptable. Al fomentar el interés por el aprendizaje, la educación permite a las personas desarrollar su pensamiento crítico, cuestionar la situación actual y promover un cambio.

Es fundamental identificar las emociones de los estudiantes para promover aquellas que influyan positivamente en su habilidad para aprender, recordar y aplicar los conocimientos. Por lo tanto, establecer un ambiente favorable que promueva la estabilidad emocional y la positividad puede ayudar de manera significativa a mejorar el desempeño académico general de los jóvenes. Por lo tanto, es fundamental priorizar el bienestar emocional de estos individuos para asegurar su éxito en el ámbito académico. Existe un vínculo entre el equilibrio emocional y los resultados académicos, donde el desempeño escolar fluctúa en función de la salud emocional del estudiante.

Para alcanzar progresos importantes, es necesario ofrecer a los docentes una formación pertinente y mantenerlos al día. Asimismo, es fundamental dotar a los ambientes educativos con herramientas tecnológicas tales como televisores, computadoras y acceso a Internet. No obstante, ajustarse a este fenómeno exige un esfuerzo conjunto de los docentes, los estudiantes y la sociedad en general, dejando atrás las antiguas estructuras para adoptar una nueva manera de vivir.

En conclusión, y como respuesta objetivo general de esta investigación, con esta propuesta pedagógica, se logrará articular de forma eficaz los contenidos emocionales con el uso de plataformas digitales gratuitas y accesibles, promoviendo aprendizajes significativos. La participación activa de docentes y estudiantes permitirá una apropiación progresiva del enfoque, fortaleciendo habilidades como la autorregulación, la empatía y la capacidad de expresión emocional. En definitiva, se contribuirá de forma real y contextualizada a la solución del problema de investigación, demostrando que es posible fortalecer la inteligencia emocional desde estrategias digitales sencillas, pertinentes y situadas.

RECOMENDACIONES

Considerando los resultados de esta investigación, Estrategia Educativa de inteligencia emocional con el uso de herramientas virtuales para la prevención de la salud mental de los estudiantes de básica primaria del Colegio Francisco Miranda, período 2024 – 2025, se presentan las siguientes sugerencias:

Desde el punto de vista metodológico:

Incluir la educación emocional como eje transversal en el currículo escolar, no como complemento, reconociendo su papel en el desarrollo integral del estudiante.

Fortalecer las capacidades docentes en investigación-acción, especialmente en el uso de técnicas mixtas para evaluar procesos afectivos y sociales.

Promover el uso de instrumentos cualitativos como bitácoras y rúbricas emocionales, validados en procesos formativos desde primaria.

Establecer espacios permanentes en la escuela para el trabajo emocional, integrando el uso de plataformas como Padlet, Genially o Canva como medios expresivos.

Diseñar programas de formación continua para docentes en competencias digitales con sentido pedagógico y emocional.

Desde el punto de vista académico:

Hacer uso de aplicaciones gamificadas que enseñen meditación y mindfulness a través de juegos y personajes. Esto hace el aprendizaje divertido y atractivo.

Implementar herramientas o plataformas de gestión emocional para que los docentes puedan monitorear y recompensar comportamientos positivos relacionados con la IE.

Utilizar Recursos Multimedia, como videos cortos, animaciones y podcasts que expliquen conceptos emocionales de manera sencilla. Por ejemplo, se pueden crear videos que muestren cómo reaccionar ante la frustración o la tristeza.

Habilitar foros o salas de chat moderadas para que los estudiantes, bajo supervisión, expresen sus sentimientos y compartan experiencias de forma segura.

Combinar el uso de herramientas virtuales con actividades presenciales. Por ejemplo, una lección en video sobre la empatía puede ir seguida de un juego de roles en el aula.

Es vital que los docentes sean formados en inteligencia emocional y en el manejo de las herramientas tecnológicas. La efectividad de la estrategia depende de su capacidad para guiar a los estudiantes.

Involucrar a los padres a través de talleres virtuales y materiales informativos. La familia es un pilar fundamental en el desarrollo emocional de los niños.

Recomendaciones prácticas:

Promover las buenas prácticas y la educación entre el profesorado en temas relacionados con la buena gestión emocional, tanto personal como educativa, suscitando una cultura de paz y buenas actitudes entre los estudiantes.

Llevar a la práctica programas psicoeducativo a través de herramientas tecnológicas que promuevan la expresión, autocontrol y regulación de emociones, para lo cual se deben promover cursos experienciales, ofreciéndoles las herramientas para gestionar de forma consciente sus emociones, comprender las emociones de los demás y cómo comportarse de manera positiva para interactuar con la sociedad.

Promover en los docentes el desarrollo de las habilidades, así como las competencias socioemocionales, haciendo uso adecuado de técnicas o estrategias psicopedagógicas.

Replicar y adaptar esta estrategia en otras instituciones públicas del municipio, con acompañamiento de las facultades de educación.

BIBLIOGRAFÍA

- Ardila, R. (2023). *Calidad de vida: una definición integradora*. Revista Latinoamericana de Psicología, Vol.5(9):161-164.
- Arís, N. (2020). *La educación emocional y la comunicación escolar*. Revista de Comunicación, Vol.9(2):79-87.
- Arrabal, E. (2023). *Inteligencia emocional*. México: Elearning, SL.
- Bar-On, R. (2006). *The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI)*. Psicothema, Vol.18(1):13–25.
- Bisquera, R. (2009). *Educación emocional y competencias básicas*. Barcelona: Wolters Kluwer Educación .
- Bisquerra, R. (2012). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: CISSPRAXIS.
- Cereceda, S. (2022). Reconocimiento de emociones: estudio neurocognitivo. *Praxis: revista de psicología*, Vol.3(6):23-25.
- Creswell, J. (2011). *Designing and conducting mixed methods research*. New York: SAGE Publications.
- Cuadrado Navarro. (2018). *Manejo de las emociones de los estudiantes en extra edad de la fundación futuros valores en el proceso de Aprendizaje*. Barranquilla: Universidad de la Costa CUC.
- Extremera, N. (2021). *Inteligencia emocional en adolescentes, padres y maestros*.

- Fernández Martínez, A. (2024). *Aportes para la educación de la inteligencia emocional desde la educación infantil*. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, Vol.14(1): 53-66.
- Fernández, P. (2024). *La inteligencia emocional y la educación de la emociones desde el modelo de Mayer y Salovey*. Revista interuniversitaria de formación del profesorado, Vol.5(7):63-93.
- Galindo, A. (2016). *Inteligencia emocional para jóvenes: programa práctico de entrenamiento emocional*. España: Pearson Educación.
- García, P. (2019). *Las emociones en el aula: propuesta didáctica para educación infantil*. España. [Publicación en línea]. Disponible en: <https://uvadoc.uva.es/bitstream/>.
- García-Bullé, S. (2021). *¿Qué es la inteligencia emocional y por qué necesitamos enseñarla?* Monterrey: Instituto para el Desarrollo de la Educación.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. Argentina: Editorial Kairos.
- Gómez G. (2022). *Que debes saber para mejorar tu empleabilidad*. Elche: Universidad Miguel Hernández.
- Gurrute, B. (2019). *Estrategias pedagógicas de los docentes para el manejo de las emociones en el aula, en los Centros Educativos del Resguardo Indígena de Quintana Municipio de Totoró Cauca*. Popayán. [Publicación en línea]. Disponible en: <https://repositorio.uniautonomo.edu.co/bitstream/handle/123456789/130/T%20P-M%20224%202019.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Hernández Sampieri, R. (2010). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw Hill.

- Hernández, M. (2020). *Inteligencia emocional y percepción del clima del aula en alumnos de secundaria*. España: Universidad de Valladolid.
- Hwang, H. (2020). *Funciones de las emociones*. [Publicación en línea]. Disponible en: [https://espanol.libretexts.org/Ciencias_Sociales/Psicologia/Mapa%3A_Juntos_-_La_Ciencia_de_la_Psicolog%C3%ADa_Social_\(Noba\)/04%3A_EMOCIONES/4.01%3A_Funciones_de_las_Emociones](https://espanol.libretexts.org/Ciencias_Sociales/Psicologia/Mapa%3A_Juntos_-_La_Ciencia_de_la_Psicolog%C3%ADa_Social_(Noba)/04%3A_EMOCIONES/4.01%3A_Funciones_de_las_Emociones).
- Lawler, E. (2001). *Bringing emotions into social exchange theory*. *Annual Review of Sociology*, Vol.5(1):217–244.
- Ley 1098. *Código de Infancia y Adolescencia*. *Diario Oficial No. 46.446, 8 de noviembre de 2006*. [Publicación en línea]. Disponible en: https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley_1098_2006.ht
- Melchor, R. (2023). *Relación entre inteligencia emocional, conductas violentas y clima escolar en educación primaria*. España: Universidad Miguel Hernández de Elche.
- Mesa, J. (2023). *Inteligencia Emocional, Rasgos de Personalidad e Inteligencia Psicométrica en Adolescentes*. España: Universidad de Murcia.
- Negrete, A. (2006). *Tecnología, emociones y educación: el nuevo triángulo didáctico*. *Revista Iberoamericana de Educación*, Vol.38(1): 27–38.
- Ninatanta, B. (2021). *Inteligencia emocional y agresividad en estudiantes del nivel secundaria de la institución educativa particular María Madre*. Perú: Universidad Privada Antenor Orrego.
- OMS. (2022). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*.

- Oquelis, Z. (2021). *Diagnóstico de inteligencia emocional en estudiantes de educación secundaria*. Perú: Universidad de Piura.
- Orbea, G. (2019). *Relación entre inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes de bachillerato de una Unidad Educativa del Cantón Ambato*. Ecuador: Universidad Católica de Ecuador.
- Palma Delgado, G. y. (2020). *El estado emocional en el rendimiento académico de los estudiantes en Portoviejo Ecuador*. *Dominio de la Ciencia*, Vol.6(2):72-100.
- Piqueras, R. (2019). *Emociones Negativas y su impacto en la salud mental y física*. *Suma Psicológica*, Vol.9(6): 85-112.
- Rodés, V. R. (2021). *Formación docente en la emergencia: pedagogías del cuidado*. *InterCambios. Dilemas y Transiciones de La Educación Superior*, Vol.8(1): 45–59.
- Salgado Laureano, M. R. (2024). *Tecnologías y educación emocional*. *Ciencia Latina Internacional*, Vol.8(6):89-90.
- Salovey, P. y. (1997). *Inteligencia emocional*. *International Journal of Forensic Mental Health*, Vol.9(3):10.
- Soriano, M. (2019). *Educación de las emociones y los sentimientos*. Madrid: Narcea.
- Strauss, A., & Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa: Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Medellín, Colombia: Universidad de Antioquia.
- Tinoco, B. (2025). *Educación emocional llega a todos los colegios de Colombia en 2025*. [Publicación en línea]. Disponible en: <https://www.poder.com.co/destacadas/educacion-emocional-llega-a-todos-los-colegios-de-colombia-en-2025/>.

- Toledo, C. (2019). *Educación y emociones: coordinadas para una teoría vygotskiana de los afectos*. *Psicología Escolar e Educacional*, Vol.23(1):1-4.
- Tuñá, J. (2021). *Técnicas-estrategias de aprendizaje: diferencias e incursión en las nuevas tecnologías*. *EducaWeb*, Vol.16(8): 89-90.
- UNESCO. (2021). *Marco de competencias de los docentes en materia de TIC*. [Publicación en línea]. Disponible en: <https://unesdoc.unesco.org>.
- Wang, Q. (2022). *Cultura y memoria*. *Manual de psicología cultural*, 645-667.
- Wechsler, D. (1940). *The measurement of adult intelligence*. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, Vol.91(4):8-12.

ANEXOS

Anexo 1 Encuesta aplicada a docentes de primaria básica, orientadora escolar e integrantes del equipo directivo del Colegio Francisco Miranda, 2024-2025.

1.- ¿Se hallan los estudiantes emocionalmente estables en el aula?

- a) Sí
- b) No
- c) A veces

2.- ¿Los estudiantes son capaces de autocontrolarse frente a un problema?

- a) Sí
- b) No
- c) A veces

3.- ¿Han surgido conflictos provocados por los cambios emocionales en los estudiantes?

- a) Sí
- b) No
- c) A veces

4.- ¿Ha notado algún cambio emocional en sus alumnos?

- a) Sí
- b) No
- c) A veces

5.- De las siguientes emociones ¿Cuáles han presentado sus estudiantes?

- a) Miedo
- b) Sorpresa
- c) Tristeza
- d) Alegría
- e) Ira

- f) Culpa
- g) Vergüenza
- h) Amor
- i) Decepción
- j) Nostalgia

6.- ¿Utilizan dentro y fuera del aula algún tipo de estrategia o método para el manejo de las emociones en los estudiantes?

- a) Sí
- b) No
- c) A veces

7.- De las siguientes estrategias ¿Cuáles utilizan?

- a) Estrategias para la exposición de conocimientos elaborados y/o acumulados
- b) Estrategias de descubrimiento e indagación
- c) Estrategias de inserción de maestras, maestros y el alumnado en el entorno
- d) Estrategias de socialización centradas en actividades grupales
- e) Estrategia de indagación dialógica o cuestionamiento
- f) Sociodrama o dramatización
- g) Aprendizaje basado en problema
- h) Estrategia de aprendizaje basado en proyectos
- i) Estrategias de contexto
- j) Estrategias de modelado
- k) Estrategias de desafío

8.- De los siguientes componentes intrapersonales ¿Cuál/es considera usted que ha desarrollado el estudiante a través del uso de las estrategias de enseñanza y aprendizaje en el manejo de las emociones?

- a) Comprensión de sí mismo (CM)
- b) Asertividad (AS)
- c) Autoconcepto (AC)

- d) Autorrealización (AR)
- e) Independencia (IN)

9.- De los siguientes componentes interpersonales ¿Cuál/es considera usted que ha desarrollado el estudiante a través del uso de las estrategias de enseñanza y aprendizaje en el manejo de las emociones?

- a) Empatía
- b) Relaciones Interpersonales
- c) Responsabilidad Social
- d) Adaptabilidad

10.- De los siguientes recursos ¿Cuál /es utiliza usted para motivar a sus estudiantes al logro de las competencias de la inteligencia emocional?

- a) Actividades de mindfulness
- b) Conversaciones abiertas
- c) Resolución de conflictos
- d) Educación emocional
- e) Habilidades de autorregulación
- f) Elogios y reconocimientos
- g) Trabajo en equipo
- h) Inclusión y diversidad

11.- ¿En qué forma considera usted ha influido el manejo de las emociones que ha otorgado a sus estudiantes?

- a) Positiva
- b) Negativa

12.- ¿A su entender como es el nivel del manejo de las emociones de estudiantes?

- a) Alto
- b) Medio
- c) Bajo

Anexo 2 Fotos







