

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v5i4.2312>

La regulación emocional como insumo para impulsar un mejor desempeño en el estudiante durante su proceso educativo

Emotional regulation as an input to promote better performance in the student during their educational process

Rosa Maria Zazueta Diaz

zazuetadiaz@hotmail.com
<https://orcid.org/0009-0005-5642-8422>
Centro de Actualización del Magisterio
Mazatlán – Sinaloa

María Elena González Diaz

mariaelena.glezdiaz@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0005-7386-4971>
Centro de Actualización del Magisterio
Mazatlán – Sinaloa

Clara Emynick Cervantes

maestraclaracervantes@uas.edu.mx
<https://orcid.org/0009-0003-0526-7003>
Universidad Autónoma de Sinaloa
Mazatlán – Sinaloa

Artículo recibido: 18 de junio de 2024. Aceptado para publicación: 03 de julio de 2024.
Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

Resumen

Los ambientes positivos en el aula son una necesidad en nuestros días; donde la violencia es un común denominador en diferentes entornos sociales, la escuela se puede tornar en un espacio seguro. La educación humanista, cumple la tarea fundamental de educar de manera integral a los alumnos, reconociendo en ellos seres complejos, con necesidades emocionales. Desarrollar en ellos, habilidades para la gestión y regulación de sus emociones, constituye una base muy sólida para lograr el objetivo de la integralidad que se busca en la Nueva Escuela Mexicana. La presente investigación es de corte cualitativo y fenomenológico y explora los beneficios de la aplicación de esta estrategia en un aula de nivel básico, particularmente en una escuela secundaria privada de la Ciudad de Mazatlán en el ciclo escolar 2022-2023. Los resultados más relevantes que se obtuvieron fueron los siguientes: conducta proactiva, inclusión, colaboración y empatía entre los estudiantes impactando positivamente en su desarrollo académico.


Palabras clave: regulación emocional, ambientes positivos en el aula, nueva escuela mexicana

Abstract

Positive classroom environments are a necessity today; Where violence is a common denominator in different social environments, the school can become a safe space. Humanistic education fulfills the fundamental task of educating students in a comprehensive way, recognizing in them complex beings, with emotional needs. Developing in them skills for the management and regulation of their emotions

constitutes a very solid basis to achieve the objective of comprehensiveness that is sought in the New Mexican School. This research is qualitative and phenomenological and explores the benefits of the application of this strategy in a basic level classroom, particularly in a private high school in the City of Mazatlan in the 2022-2023 school year. The most relevant results obtained were the following: proactive behavior, inclusion, collaboration and empathy among students, positively impacting their academic development.

Keywords: emotional regulation, positive environments in the classroom, new mexican school

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons . 

Cómo citar: Zazueta Díaz, R. M., González Díaz, M. E., & Emynick Cervantes, C. (2024). La regulación emocional como insumo para impulsar un mejor desempeño en el estudiante durante su proceso educativo. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 5 (4), 1030 – 1042. <https://doi.org/10.56712/latam.v5i4.2312>

INTRODUCCIÓN

Después de la pandemia por COVID - 19 la atención a la salud mental y el bienestar desde la escuela son un tema crítico de gran interés. El bienestar emocional constituye una de las fortalezas más preponderantes a atender en cualquier ser humano, en su evolución emocional.

Para la evolución emocional, es claro, que se requiere de la experimentación de emociones positivas para la calidad de vida, en este sentido Barragán et al (2014) señala que existe una doble importancia de las emociones positivas: por un lado, el bienestar y por otro conseguir el crecimiento psicológico personal y permanente.

(Martínez 2023) menciona que la pandemia por COVID -19 tuvo un impacto negativo en la salud mental, por ello es importante trabajar en las escuelas en habilidades socioemocionales que desarrollen capital humano capaz de enfrentar la adversidad y generar ambientes saludables en la paz positiva.

Perea (2002) destaca que en los últimos años la salud emocional se ha convertido en una prioridad de los profesionales de la salud y la educación. La OMS (2022) señala que los riesgos de salud mental y los factores de protección se encuentran en la sociedad en distintas escalas. Las amenazas locales aumentan el riesgo para las personas, las familias y las comunidades.

En el campo educativo por décadas fue subestimado el aspecto socioemocional de los estudiantes, enfocándose solamente en el conductual y en los resultados cuantitativos que se derivaran de su actividad cognitiva, sin embargo; en las últimas dos décadas, los problemas relacionados con la salud mental y el bienestar han aumentado, obteniéndose estadísticas cada vez más altas de conductas violentas o antisociales debido a la falta de regulación emocional.

La OMS (2022) puntualiza que actuar sobre los determinantes de la salud mental requiere a veces adoptar medidas de promoción y prevención que deben involucrar a los sectores responsables de educación, trabajo, justicia, transporte, medio ambiente, vivienda y protección social.

Siendo la niñez y la adolescencia, etapas importantes para la construcción de la autoestima y el desarrollo humano, es importante atender los desafíos emocionales que puedan interferir en los individuos para que tengan una mejor calidad de vida y que se puedan desenvolver correctamente en su vida académica.

Cuando en un aula se percibe que existen problemas de conducta, relacionados con la incapacidad de regular las emociones manifestándose en comportamientos disruptivos, disminución de la motivación, acoso escolar, ausentismo, ansiedad y depresión, encontramos alumnos que registran una negativa experiencia educativa.

Ante la creciente evidencia de problemas socioemocionales, particularmente después de la pandemia por COVID-19, sugiere la importancia de abordar la enseñanza de la regulación emocional y la generación de entornos escolares positivos que constituyan un espacio seguro para el estudiante. Por otra parte, observando que la NEM contempla esta área dentro de su modelo, abriendo una posibilidad de desarrollar programas de apoyo psicológico que enseñen a manejar el estrés y la ansiedad, que son temas críticos que afectan a la sociedad en general y a los jóvenes, es pertinente por lo tanto introducir estrategias que fomenten estas habilidades.

Por lo anterior, el problema se centra en la pregunta siguiente: ¿Cómo puede la regulación emocional impulsar un mejor desempeño académico en los estudiantes durante su proceso educativo?. El tema es pertinente y relevante, debido a que en México esta detectado que más de 2 millones de niños y adolescentes padecen de un trastorno mental de acuerdo con la UNICEF (2021) y si bien el sistema educativo no puede acabar con el problema totalmente, si puede contribuir a mitigar algunas de sus

manifestaciones, empleando estrategias que conduzcan a una nueva forma de construir los entornos escolares.

La presente investigación se aplica en nivel básico aplicando ambientes de aprendizaje positivos a partir de entornos inclusivos y seguros, en donde la motivación, el apoyo y el respeto son reglas fundamentales para la relación entre pares y de maestro a alumno. La regulación emocional aprendida en el aula para el desarrollo de actividades de aprendizaje, fueron el objeto de estudio para evaluar su impacto en la evolución de los alumnos en curso. El enfoque de la investigación es cualitativo de tipo fenomenológico. Se emplearon como instrumentos, las entrevistas semi estructuradas, la observación y el diario de reflexión.

El objetivo general de la investigación es evaluar la influencia de la regulación emocional en el desempeño de los estudiantes de segundo grado de secundaria, para posteriormente hacer un breve análisis de sus beneficios.

Debido a que es un estudio cualitativo, las limitantes del estudio pueden ser diversas, sin embargo, se puede mencionar que la muestra es pequeña y el contexto es muy específico, por lo cual no se pueden hacer generalizaciones amplias, no obstante, se obtuvo una participación activa de los estudiantes para compartir sus experiencias y se mantuvo un análisis de datos consistente para evitar sesgos.

Por último, éste trabajo, contribuirá a la comprensión de la importancia de la regulación emocional dentro del aula, proporcionando datos empíricos obtenidos de la aplicación de la estrategia durante el ciclo escolar, así como recomendaciones que pueden ser de utilidad para el maestro con respecto a la mejora del rendimiento escolar y relaciones interpersonales de los alumnos.

DESARROLLO

La regulación emocional y su relación con el desempeño escolar

Gutiérrez y Expósito (2015), mencionan que en el ámbito educativo se registran problemas que son difíciles de atender de manera efectiva, los cuales están relacionados con problemas emocionales influyendo en el rendimiento escolar de una manera probada.

Anteriormente, la educación se centraba solamente en el aprendizaje y en el maestro, sin embargo; con el tiempo se ha constatado que no se puede eliminar el aspecto emocional en el proceso cognitivo. La integralidad a la que se refiere la Nueva Escuela Mexicana desde el enfoque humanista, precisamente eso aborda: la relación entre el desarrollo socioemocional y cognitivo de los individuos en el aprendizaje.

Centrándonos en el desempeño escolar, que es lo que interesa en esta estrategia, el desempeño va más allá del rendimiento escolar, que es calificado y clasificado en insuficiente, suficiente, bien, muy bien, excelente. El desempeño escolar se refiere a la capacidad de los estudiantes para alcanzar sus objetivos y metas en su proceso de aprendizaje dentro del ambiente educativo, que incluyen factores de comportamiento o actitudes.

En el desempeño escolar se involucran factores sociales, familiares, escolares y personales que cooperan para la formación integral del individuo. Debido a que una parte primordial lo constituye el estado mental y el bienestar, es necesario actuar en consecuencia para establecer las condiciones que propicien la motivación en el alumno.

El estado emocional de un individuo, es crucial en el desempeño escolar. Pulido y Herrera (2015) señalan mencionan las habilidades de la inteligencia emocional que engloba el autocontrol, la

motivación, la empatía y las habilidades sociales, mismas que se generan en el individuo a partir de la identificación de las emociones y su gestión.

Es comprensible, que los individuos en las etapas tempranas, estén expuestos a la experimentación de estados emocionales negativos que les genere malestar o necesidad de evitación o exposición ante situaciones incómodas. Pulido y Herrera (2017). Lo anterior, puede explicarse desde el aspecto biológico y psicológico, ya que la corteza prefrontal situada en la parte frontal del lóbulo frontal, regula el control de impulsos, la toma de decisiones y los juicios.

El desarrollo integral del individuo relaciona la maduración del pensamiento y la gestión de las emociones, mismas que pueden abordarse en el aula a partir de entrenamiento y de entornos seguros.

Martínez y Cervantes (2023) mencionan que varios autores concuerdan con la importancia de crear entornos seguros en el contexto escolar, pues mediante estos, el alumno puede sentir confianza de desarrollar todas sus habilidades, aceptando retos y disfrutándolos.

La regulación emocional puede impactar en el desempeño académico ya que contando con esas habilidades, la concentración, la memoria y la capacidad para resolver problemas pueden llegar a ser estados óptimos en los alumnos dentro de entornos positivos, por lo tanto, aplicar estrategias de esta naturaleza son recomendadas.

Lacunza et al (2011), menciona que el aprendizaje de habilidades sociales es relevante, no solo por su dimensión relacional sino por su influencia en diferentes áreas de la vida, quedando comprobado que aquellos niños que muestran dificultades de relacionarse (debido a problemas con el entorno), facilita la presencia de problemas socioemocionales negativos a largo plazo, vinculados con deserción, violencia y perturbaciones psicopatológicas en la vida adulta.

Siendo la escuela, un lugar a donde un individuo destina una gran parte del tiempo de sus primeros años de vida, es urgente que se reflexione desde la práctica docente y las instituciones educativas en generar experiencias positivas. Al respecto, Díaz Falcón et al (2018) afirman que uno de los indicadores más potentes de ajuste psicológico y adaptación social es la formación adecuada de la autoestima, tarea que debe asumir la escuela y la familia.

Estrategias para generar ambientes positivos en el aula

La cultura, los comportamientos sociales inciden positiva o negativamente en los entornos sociales en los que se desarrollan los individuos, influenciando así sus conductas. Lacunza (2011), señala que los comportamientos sociales se aprenden a lo largo del ciclo vital por lo que ciertas conductas de los niños y adolescentes pueden ser empleados para relacionarse con sus pares.

Castro y Morales (2015), enfatizan que el aprendizaje es multifactorial y complejo demandando condiciones ambientales mínimas, especialmente porque el ambiente enseña por sí mismo, ya que las carencias físicas y emocionales en los entornos, inciden en los factores emocionales y cognitivos de los alumnos.

Portillo (2019) sugiere que los centros escolares deben apostar por prácticas innovadoras e incluyentes que propicien nuevos aprendizajes y formas de convivencia. Rodríguez (2014) señala que el ambiente de aprendizaje se gestiona, diseña y recrea por parte del docente, quien completa el ambiente natural con recursos y actividades orientadas al aprendizaje.

En este sentido, existen enfoques humanísticos que desarrollan habilidades para la convivencia pacífica. (Cervantes y Martínez 2023) La educación para la paz es un referente para la pedagogía cuando se trata de abordar la convivencia pacífica en la escuela para propiciar el desarrollo de

habilidades socioemocionales a partir de la asimilación de valores como la cooperación, solidaridad y respeto.

Ramírez – Vallejo (2016) señala que el aula positiva contiene elementos contextuales, físicos, naturales y de relaciones humanas propicios para potenciar y estimular el aprendizaje y la participación de los sujetos, en ambientes donde prevalece la autonomía y el respeto.

De acuerdo con Gutiérrez y Pérez (2015) las estrategias para generar ambientes positivos en el aula son:

- Establecer normas y expectativas claras.
- Fomentar la comunicación abierta.
- Desarrollo de relaciones positivas.
- Fomentar el trabajo colaborativo.
- Implementar el refuerzo positivo.
- Crear un ambiente físico acogedor.
- Incorporar métodos de enseñanza dinámicos.
- Promover la autorregulación y la autonomía.
- Practicar la disciplina positiva.

(Gutiérrez y Pérez 2015) mencionan que se tienen que incorporar en la planificación de cada profesor acciones que fomenten la cultura de paz y la convivencia, cultivarlas en actividades específicas y en los métodos generales de su especialidad, ampliando el sentido educativo de ésta.

El rol del maestro en el desarrollo humano del alumno

Todo modelo educativo es siempre diseñado buscando el mejor resultado en el aprendizaje de los alumnos y la modelación de habilidades y conductas, pero quien lo implementa y lo acciona es el maestro. El rol del maestro en el desarrollo de las habilidades de los estudiantes es sumamente importante, es quien con sus conocimientos y disposición harán posible el logro de los objetivos, porque son ellos quienes planifican, dirigen, diseñan las actividades que llevarán a ese resultado.

Cervantes y Martínez (2024) mencionan que el profesor juega un papel sumamente importante en los entornos educativos, al influir en su desarrollo socioemocional, aportándoles herramientas para relacionarse de manera positiva.

En la enseñanza de la resiliencia, la cual es una habilidad que es capaz de propiciar emociones positivas que optimizan la salud, el bienestar subjetivo, favoreciendo un razonamiento flexible y creativo (Barragán et al 2014). Es entonces, que, en esta labor, se practican los entornos positivos por medio del ejemplo del profesor y su capacidad de establecer reglas de orden que potencialicen esas conductas.

Cervantes y Martínez (2023), señalan que el maestro tiene una importante labor en la construcción de la autoestima, cuando genera entornos positivos, impactando positivamente en las relaciones sociales y el rendimiento escolar.

El humanismo de la Nueva Escuela Mexicana, contempla el desarrollo humano en la etapa secundaria como un mecanismo para preparar a los alumnos no solo académicamente, sino emocional, social y éticamente para enfrentar desafíos futuros y contribuir positivamente a la sociedad. Si bien, lo que promueve es la equidad y la inclusión, también promueve valores como el respeto, la justicia y la colaboración.

El rol del maestro en la NEM es multifacético, haciendo énfasis en el desarrollo de habilidades socioemocionales y en ambientes emocionalmente seguros, creando en el aula un lugar cómodo para expresar emociones y encontrar apoyo.

En este sentido, Martínez y Cervantes (2023) señalan que el rol del maestro en un enfoque humanístico de la educación se centra en el alumno formándose de manera integral, apoyándolo que se auto perciba positivamente y generando experiencias que le permitan tener éxito en su desarrollo.

METODOLOGÍA

Contexto

El contexto en el que se desarrolla la investigación, es una escuela privada con tres grupos (uno de cada grado escolar) de secundaria. Los grupos tienen en promedio 25.3 alumnos por grupo, pertenecen a una clase media y presentan deficiencias en el rendimiento escolar y registro de problemas conductuales diversos. Se eligió para el estudio, los alumnos de segundo grado, quienes presentan más conflictos conductuales.

Se inicia el ciclo escolar acercando a los padres de familia quienes son parte elemental para establecer las reglas de convivencia y el compromiso para la mejora del entorno escolar. Así mismo, se entera a los alumnos y padres de familia de la forma de operación de las relaciones en el aula, la enseñanza de mecanismos para la resolución de conflictos y que datos se emplearán para la investigación.

Los problemas de conducta en el aula que se presentan en los alumnos son: conductas disruptivas, desafío a la autoridad, lenguaje inapropiado, desatención, no entrega de tareas, agresividad, bullying, exclusión, intimidación. Algunos alumnos presentan de manera particular problemas mentales y emocionales que se enuncian a continuación: depresión, ansiedad, trastornos de atención, trastornos alimentarios, trastornos de conducta, problemas de autoestima. Estos problemas fueron detectados oportunamente desde que cursaron el primer grado, iniciando algunas intervenciones terapéuticas al interior de la escuela.

El grupo se compone de 27 alumnos, 14 hombres y 13 mujeres, con edad promedio de 13.5 años. El aula cuenta con espacio amplio y agradable para los integrantes, buena iluminación y ventilación. Tecnología y comodidades para una estancia de 8 horas diarias. Emplean un sistema híbrido de enseñanza, apoyada con plataforma y recursos didácticos, internet para uso académico. Los alumnos cursan 13 asignaturas, de las cuales 3 son de bienestar físico y mental: tutorías, vida saludable y deportes.

Método

Se elige un enfoque cualitativo con un diseño de investigación fenomenológico. La investigación se centra en la regulación emocional como insumo para impulsar un mejor desempeño en el estudiante durante su proceso educativo. Para llevarla a cabo, se establecen estrategias de colaboración, interacción y valores, como el respeto y la tolerancia. El maestro dirige las reglas de convivencia y se implementan cursos de inteligencia emocional para la resolución de conflictos y bienestar emocional.

La muestra que se selecciona es intencional y representativa de los estudiantes. Se elige el segundo grado por tener mayor número de casos con conductas disruptivas y bajo desempeño escolar.

Se emplean como instrumento para la recolección de datos, las entrevistas semiestructuradas, los diarios de reflexión y la observación participante.

Los criterios en los que se centra la investigación son:

- Experiencias emocionales en el entorno escolar y el aula.
- Estrategias implementadas en clase para la regulación emocional y su efectividad.
- Experiencia de sensación de mejora en el desempeño académico.

Una vez obtenidos los datos, se hace una revisión y lectura general de las entrevistas para obtener una visión general del resultado, se registran los progresos de los alumnos o los resultados obtenidos y se procede a la interpretación.

El análisis de interpretación consiste en revisar todas las experiencias registradas durante la investigación capturando los detalles que los estudiantes reportan. Para verificar y validar los datos, como cierre se emplea un ejercicio colaborativo que rescate lo más relevante y concluya sobre las dinámicas y se hace una triangulación con las interpretaciones hechas por el investigador.

Entre las consideraciones éticas, al inicio de la investigación los padres de los alumnos firmaron un consentimiento sobre la investigación, asegurando la confidencialidad de los datos de los participantes.

RESULTADOS

A partir de los datos recopilados existen diversos hallazgos clave que son muy relevantes para considerar que el entorno positivo ayuda fundamentalmente en descargar al alumno del estrés personal. Los criterios evaluados fueron los siguientes con sus respectivos resultados:

Experiencias emocionales en el entorno escolar y el aula

El entorno escolar, para el alumnado de segundo grado de manera inicial es considerado fastidioso y estresante. Los alumnos acuden a la escuela sin interés en su formación académica, con una marcada frustración por la poca comprensión sobre algunas materias. No obstante, inician el semestre con disposición para el experimento de investigación.

Durante las primeras dinámicas para la autocomprensión de sus problemas y conductas, identifican sus sentimientos haciendo calificativos hacia las diferentes tareas que se realizan en la escuela, como lo son: usar uniforme, llegar a tiempo, permanecer en el aula todo el horario, hacer tareas, trabajar en plataforma, las materias que llevan, sus maestros, etc. Se parte desde este tema para que posteriormente identifiquen de dónde proviene ese malestar que les genera la escuela. Establecemos entonces una relación de confianza y los alumnos externaron sus pensamientos. Esta situación les permite conocerse e identificarse entre ellos.

El siguiente paso, fue llevarlos a asumir la responsabilidad de hacer ligeros cambios, integrándose en equipos de trabajo, dividiéndose tareas y aligerándose cargas. Al finalizar cada actividad académica, se les indica identificar un sentimiento positivo y negativo sobre las actividades, escrito en su cuaderno o tableta.

Por otra parte, el hecho de establecer normas y reglas claras, de manera escrita en el salón y verbal generó una dinámica de trabajo que paulatinamente dio resultados positivos, esto aunado al diseño de actividades que requieren de una participación activa y constante. Estos diseños se hicieron atendiendo los problemas específicos de déficit de atención. Se percibe una mejora en la organización y en el seguimiento de instrucciones.

El resultado que se obtiene en este criterio inicia con una calificación negativa moviéndose gradualmente hacia emociones como alegría y satisfacción. Los sentimientos de frustración se aligeran mediante las dinámicas de trabajo en clase, paulatinamente los alumnos en diferentes niveles

de evolución se convierten en proactivos, el establecimiento de un ambiente de respeto y cooperación, lleva al alumno a cooperar en clase, modificando su conducta.

Se procedió a trabajar sobre un sentido de pertenencia. El acercamiento del maestro con el grupo implicó el reforzamiento de la autoestima, el reconocimiento a los progresos y el impulso a la participación. Se aprecia una disminución en las conductas desafiantes y agresivas hacia la autoridad.

Estrategias implementadas en clase para la regulación emocional y su efectividad

Las técnicas de autorregulación implementadas son diversas: relajación y respiración, técnicas de inteligencia emocional, apoyo psicológico y social, actividades extracurriculares para recargar energías, reconocimiento, apoyo entre pares.

Se observa una mayor disposición de los alumnos en las actividades académicas, se integran en equipos de trabajo y de colaboración, se observa una mayor productividad.

Con relación a la resolución de conflictos y las relaciones interpersonales, se percibe una mejora en el ambiente áulico, con los maestros. Se registra también un repunte en el empleo de la plataforma y en el envío de actividades.

Los ejercicios de bienestar emocional refuerzan la autoimagen de los estudiantes de manera positiva, dando paso a la aceptación y a no ser dependientes de la aprobación externa. El ejercicio de reconocimiento favorece la eliminación de la sensación de incompetencia de algunos alumnos con baja autoestima.

Por otra parte, el hecho de externar sus emociones los hace establecer relaciones más cercanas, se observa integración y empatía.

Experiencia de sensación de mejora en el desempeño académico

En el desarrollo de este tema se escriben las citas textuales algunos de los alumnos en su conclusión:

omme parecen tan odiosos, también he mejorado un poco mis calificaciones. Me han servido los cursos" L.

"Si he mejorado, soy más responsable, en mi casa me han felicitado por eso. En la escuela los maestros facilitan más las cosas" Ch.

"En las dinámicas, compartimos nuestras preocupaciones y el maestro escucha con respeto, nos ayuda, siento que me comprenden" M.

"Por primera vez siento que soy parte de algo, antes era muy tímido, porque en las escuelas en las que he estudiado me hacían bullying por mi estatura y porque cometía siempre muchos errores. He aprendido a confiar en los demás y he encontrado apoyo" H

"He mejorado mucho académicamente, no sabía que tenía algunas habilidades, siempre pensé que no era muy inteligente. La forma en la que aquí se trabaja es muy diferente, me siento motivado". A

"Le estoy agradecida a la psicóloga, he mejorado en muchas cosas, ahí voy poco a poco. Siento que mis sentimientos los comprenden" K

"Me siento muy seguro en la escuela, he hecho amigos y he dejado de ser agresivo y burlesco con mis compañeros. También ha mejorado en mis calificaciones, aunque sigo sin entender la física y las matemáticas" J

“Trabajo con un grupo de amigos, nos divertimos mucho haciendo muchas actividades, sobre todo las de exteriores y de psicología. Yo siento que he mejorado, no soy el mejor de la clase, pero tengo otra actitud”. R

Como se puede observar un ambiente áulico seguro apoyado de instrucción para el desarrollo de la inteligencia emocional, ha dejado como resultado un sentimiento de pertenencia en los alumnos, relaciones positivas entre maestros y alumnos, en donde predomina el respeto, la comprensión, la empatía y la cooperación.

Por otra parte, es importante que el ambiente áulico físico proporciona muchas posibilidades para el desarrollo de actividades con mayor facilidad, sin embargo; uno de los motores más importantes es esa dinámica que se promueve en las relaciones interpersonales que motiva a los estudiantes. Otro factor que lo favorece es que es un grupo con 27 alumnos, lo que hace manejable el trabajo docente.

Una de las estrategias que se perciben más útiles es el reconocimiento. Los alumnos necesitan valorarse, reconocerse a sí mismos e identificar que sienten y piensan para poder encauzar sus sentimientos hacia algo positivo.

CONCLUSIONES

Históricamente, la escuela ha cumplido con la función social y económica de formar individuos para la realización de tareas productivas, el conocimiento y el aprovechamiento siempre han estado en el primer plano, no obstante, en la época moderna se presentan muchos fenómenos sociales relacionados con la conducta, como si esta era fuera la que mayor tristeza, insatisfacción, inestabilidad y dificultades registrara en los jóvenes.

Muchas pueden ser las razones que generan estas problemáticas, sin embargo; conocer que las genera no resuelven el problema central. En los últimos años, las alertas en México están relacionadas con el acoso escolar, los problemas familiares (económicos, violencia intrafamiliar) y una pobre construcción del autoconcepto de los estudiantes.

Es preciso, que se aborde esta problemática a través de la generación de entornos seguros escolares, en donde se enseñe a los estudiantes desde el respeto y la confianza. Es el maestro quien lleva esa obligación a costas y no constituye una tarea titánica, cuando se establecen reglas de convivencia y atención que se centren en el pleno desarrollo humano del educando.

Este tipo de dinámicas requieren de la participación activa del entorno escolar, pero sobre todo se requiere de una gestión efectiva en el aula, es decir; la aplicación de normas claras y consistentes que se apliquen con un sentido de justicia. El apoyo socioemocional también es un aspecto clave, que le brinde al estudiante las herramientas para identificarse, comprenderse, autovalorarse y valorar a los demás y autorregularse.

En el caso particular de esta investigación los resultados han sido positivos de acuerdo con la percepción de los participantes y esto se explica como sigue:

La aplicación de una ruta de mejora en la que existió identificación de los problemas emocionales y conductuales en el aula con una atención psicológica temprana.

El número de personas que conforman el grupo, que es reducido y manejable para el maestro.

La disposición de los padres de familia, su vigilancia y atención en el proceso.

El compromiso asumido por los alumnos al firmar una responsiva para mejorar su desempeño escolar.

La dedicación de los maestros, en la planificación de actividades y la generación del entorno seguro.

Las condiciones físicas del entorno escolar.

Visiblemente, estas condiciones facilitaron los resultados esperados. Los alumnos presentaron mejoras que autoperciben, que no pueden ser cuantificadas pero que son evidentes en el clima escolar.

Por último, es importante implementar estos cambios ya que la escuela es la segunda casa de los estudiantes. Los adultos que están a cargo, necesitan reflexionar sobre la responsabilidad que implica educar para la vida, haciendo de los alumnos individuos útiles para la sociedad y para ellos mismos.

REFERENCIAS

Barragán Estrada, A. R., & Morales Martínez, C. I. (2014). PSICOLOGÍA DE LAS EMOCIONES POSITIVAS: GENERALIDADES Y BENEFICIOS. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 19(1), 103-118. <https://www.redalyc.org/pdf/292/29232614006.pdf>

Castro Pérez, M., & Morales Ramírez, M. E. (2015). Los ambientes de aula que promueven el aprendizaje, desde la perspectiva de los niños y niñas escolares. *Revista Electrónica Educare*, 19(3), 1-32. doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.19-3.11>

Cervantes, C., & Martínez Soto, A. F. (2023). La relación del autoconcepto y las conductas de riesgo: Estudio realizado en bachillerato como medio de identificación para frenar el acoso escolar: The relationship of self-concept and risk behaviors: Study carried out in high school as a means of identification to stop bullying. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 4(2), 2741–2756. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.789>

Cervantes, E y Martinez, A.F. (2023). Reflexiones sobre la importancia de la educación para la paz en la formación integral de los estudiantes de bachillerato. https://doi.org/10.37811/cli_w925

Cervantes, E., & Martínez Soto, A. F. (2024). El desarrollo socioemocional y moral de alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo en el aula inclusiva: The socioemotional and moral development of students with specific educational support needs in the inclusive classroom. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 5(2), 2062 – 2071. <https://doi.org/10.56712/latam.v5i2.2007>

Díaz Falcón, Dayana, Fuentes Suárez, Iselys, & Senra Pérez, Nielvis de la Caridad. (2018). ADOLESCENCIA Y AUTOESTIMA: SU DESARROLLO DESDE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS. *Conrado*, 14(64), 98-103. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442018000400098&lng=es&tlng=es.

Gutiérrez-Méndez, D., & Pérez-Archundia, E. (2015). ESTRATEGIAS PARA GENERAR LA CONVIVENCIA ESCOLAR. *Ra Ximhai*, 11(1), 63-81. <https://www.redalyc.org/pdf/461/46139401004.pdf>

Gutiérrez, M., & Expósito, J. (2015). Autoconcepto, dificultades interpersonales, habilidades sociales y conductas asertivas en adolescentes. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 26(2), 42-58. doi:10.5944/reop.vol.26.num. 2.2015.15215 <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=338241632004>

Lacunza, A., & Contini de González, N. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en Humanidades*, XII(23), 159-182. <https://www.redalyc.org/pdf/184/18424417009.pdf>

Martínez Soto, A. F. (2023). Experiencias y acciones al interior de la vida académica de la Preparatoria Antonio Rosales en el regreso a clases presenciales durante la Pandemia de COVID-19. *CID - Centro de Investigación y Desarrollo*. https://doi.org/10.37811/cli_w903

Martínez Soto, A. F., & Emynick Cervantes, C. (2023). Educación para la resiliencia, un primer paso ante el regreso a clases presenciales en la pandemia por COVID-19. Identificación de factores socioemocionales que afectaron al alumnado: Education for resilience, a first step before returning classes during the COVID-19 pandemic. Identification of socio-emotional factors that affected the students. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 4(2), 238–258. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.608>

Martínez Soto, A. F., & Emynick Cervantes, C. (2023). El autoconcepto y su relación con el rendimiento escolar. Estudio realizado en bachillerato como medio para reforzar la práctica docente en el

paradigma humanista: Self-concept and its relationship with school performance. Study carried out in high school as a means to reinforce teaching practice in the humanist paradigm. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 4(2), 3949–3960. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.881>

Organización Mundial de la Salud (2022). Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Perea R. (2002). La educación para la salud. Reto de nuestro tiempo. *Revista Educación XXI*, 4, 15-40. Monográfico: Educación para la salud. Madrid. UNED.

Portillo, S. (2019). La construcción de ambientes de aprendizaje en la escuela: una tarea permanente. *REIIE*. No. 2. (4) https://www.researchgate.net/publication/352907120_La_construccion_de_ambientes_de_aprendizaje_en_la_escuela_una_tarea_permanente

Pulido, F et al (2017). La influencia de las emociones sobre el rendimiento académico. *Ciencias Psicológicas*. Universidad Católica del Uruguay Dámaso Antonio Larrañaga. Uruguay. <https://www.redalyc.org/journal/4595/459551482004/459551482004.pdf>

Pulido, F., & Herrera, F. (2015). Miedo e inteligencia emocional en el contexto pluricultural de Ceuta. *Anuario de Psicología*, 45(2), 249-263. <https://www.redalyc.org/pdf/970/97044007008.pdf>

Ramírez, M.S. (2016) Convivencia escolar y ambientes de aprendizaje en una escuela primaria de San Luis Potosí. *Cathedra et Scientia. International Journal*. 2(2)111-126. http://www.profesoresuniversitarios.org.mx/catedra_ciencia_international_journal/0044_convivencia_escolar_ambientes_aprendizaje.pdf

Rodríguez, H. (2014) Ambientes de aprendizaje. *Ciencia Huasteca. Boletín científico de la Escuelas Superior de Huejutla*, Vol.2 (4).

UNICEF, (2021). Estado mundial de la infancia 2021. En mi mente: proveer, proteger y cuidar la salud mental de la infancia. UNICEF. Org. <https://www.unicef.org/es/informes/estado-mundial-de-la-infancia-2021>

Todo el contenido de **LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades**, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) 