



## Desarrollo inteligente de las emociones en contexto educativo virtual. Caso: Universidad Pedagógica Nacional, Unidad 151-Toluca, México

Intelligent development of emotions into virtual educational context.  
Assignment: Universidad Pedagógica Nacional, Unidad 151-Toluca, México

Julieta Chagoya García<sup>a</sup> | María del Refugio Magallanes Delgado<sup>b</sup> 

<sup>a</sup>Psicólogos Educativos en Acción A. C.

<sup>b</sup>Universidad Autónoma de Zacatecas, México.

### Resumen

En los entornos de aprendizaje y el desarrollo profesional, la educación socioemocional se ha ponderado como eje articulador del desarrollo personal y social y basamento de la convivencia inclusiva y el bienestar y salud emocional. Sin embargo, esta área del conocimiento, aún no se ha generalizado en los planes de estudio universitario, particularmente en los programas formadores de docentes, como es el caso de la Universidad Pedagógica Nacional, Unidad 151 Toluca, México. En la coyuntura de la pandemia por COVID-19, la licenciatura en Psicología Educativa de esta Universidad diseñó, aplicó y evaluó los resultados de un proyecto de intervención, modalidad taller, que brindó conocimiento teórico-práctico sobre educación emocional a estudiantes de esta rama de la psicología, de septiembre de 2020 a enero 2021. El objetivo de esta ponencia es plantear un marco conceptual básico, describir la metodología que se implementó para obtener el diagnóstico sobre el conocimiento informal que tenía el estudiantado universitario de psicología del tema, la composición temática del taller y dar cuenta de los hallazgos más destacados del mismo. La premisa de esta intervención fue que la gestión adecuada de las emociones es un elemento psicopedagógico innovador que todo profesional dedicado a la docencia necesita conocer para favorecer en él mismo y en su alumnado, la adquisición de competencias y habilidades intrapersonales e interpersonales para enfrentar los retos de la vida cotidiana.

**Palabras clave:** educación socioemocional, competencias intrapersonales e interpersonales, desarrollo profesional.

### Abstract

In academic environments and professional development. Socio-emotional education has been placed as the main articulating axis of personal and social growth, also, the fundamental basics for an inclusive coexistence, well-being and emotional health. However, this area of knowledge has not yet generalized in university curricula, particularly in teacher training programs, as is the case of Universidad Pedagógica Nacional, Unidad 151 Toluca, México. At the conjuncture of the COVID-19 pandemic, the degree in Educational Psychology of this University designed, applied and evaluated the results of an intervention project, workshop modality, which provided theoretical-practical knowledge on emotional education to students of this branch. of psychology, from September 2020 to January 2021. The objective of this presentation is to propose a basic conceptual framework, describe the methodology that was implemented to obtain the diagnosis on the informal knowledge that the psychology university student had on the subject, the thematic composition of the workshop and account for the most outstanding findings of said study. The premise of this intervention was that the proper management of emotions is an innovative psycho-pedagogical element that every professional dedicated to teaching needs to know in order to favor himself and his students, the acquisition of intrapersonal and interpersonal skills and abilities to face challenges of everyday life.

**Keywords:** socio-emotional, interpersonal skills, intrapersonal skills, professional development

Recibido: 6 de junio de 2023 | Aceptado: 5 de mayo de 2024

## 1. Introducción

Estudios de la psicología educativa afirman que emociones básicas como la alegría, la tristeza, la ira y el miedo son innatas y están presentes desde que se nace hasta la edad infantil, pero de la adolescencia en adelante, las interacciones interpersonales robustecen las emociones sociales y éstas se incorporan a los rasgos dominantes de la personalidad de un individuo, ya sea de manera inconsciente o consciente. De ahí que algunas vertientes de la educación emocional, sostienen que la relación entre emoción y cognición es la base de las actividades humanas, y de un tipo de personalismo social según el entorno cultural del individuo. La escuela como entorno formal para el aprendizaje, y ahora, como entorno sociológico de las emociones ha ponderado el uso inteligente de las emociones en el desarrollo óptimo e integral de la personalidad de la población escolar de cualquier nivel educativo.

### 1.1 Emociones e innovación curricular en educación

Visto de esta manera, la gestión de las emociones no sólo potencia la inclusión, el desarrollo físico, afectivo, social e intelectual de las y los estudiantes, sino que configura la personalidad (Heras, Cepa y Lara, 2016). Este influjo tan amplio se explica por el hecho de que en el centro de los fenómenos afectivos están las emociones, las cuales juegan un papel importante en el desarrollo del ser humano. Ellas definen el comportamiento o actitud que cualquiera puede tener en los ámbitos personales o sociales, ya sea de manera positiva o negativa; las emociones se viven en cualquier espacio y tiempo. Sin embargo, entender y el actuar con inteligencia social, no es un proceso fácil, ya que estas se asocian a:

Reacciones afectivas de aparición repentina, de gran intensidad, de carácter transitorio y acompañadas de cambios somáticos ostensibles, las cuales se presentan siempre como respuesta a una situación de emergencia o ante estímulos de carácter sorpresivo o de gran intensidad, las mismas se vinculan con las necesidades biológicas y bajo el control de las formaciones subcorticales. (Bustamante 1968, citado en García, 2013, p. 3)

Con lo anterior, se entiende que las emociones se presentan de diversas maneras y que se manifiestan a través del cuerpo, como reacciones a estímulos externos, el impulso cerebral explica en parte el desequilibrio emocional de la persona. Por ello, es importante que, desde el nacimiento hasta lo largo de la vida, se aprenda a regular las emociones, implementado la educación emocional como parte del currículum académico, así como en la familia, ya que esto permite el desarrollo integral del alumnado (Bisquerra y Pérez, 2012).

A principios del siglo XXI, Bisquerra (2005) propuso innovar los planes de estudio de los programas de licenciatura en educación en España con la incorporación de la educación socioemocional, entendida como un proceso continuo y gradual en el que se promueva la

mejora en la práctica y desarrollo profesional docente, así como en las y los estudiantes, para generar un mejor desarrollo personal y de competencias educativas para la vida.

Si bien, se asume que la conceptualización sobre educación emocional aún se encuentra en proceso, de acuerdo con Bisquerra (2016), la formación de las y los estudiantes del áreas de las ciencias de la conducta y de la educación es un conocimiento que contribuye a su innovación profesional, debido a que, este conocimiento es “un elemento esencial del desarrollo humano, cuyo objeto es capacitar para la vida, con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social” (Bisquerra, 2016, p. 18).

Como parte de la educación emocional, se encuentra el desarrollo de las competencias personales -aprender a ser- y sociales -aprender a convivir- (dos pilares de la educación que desde los años noventa del siglo XX, se valoraron como esenciales) en las educandas y los educandos. Aprender a ser y estar junto a los demás, forma parte de las competencias para la vida que cualquier individuo debe de tener ya que “constituyen un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos afectivos” (Bisquerra, 2016, p. 48).

De nueva cuenta, Bisquerra (2009) ofrecía a este sector estudiantil las bases para incursionar a la perspectiva psicopedagógica de las emociones negativas, positivas, ambiguas y estéticas<sup>1</sup>, tal como se muestra a continuación:

**Tabla 1.**

*Clasificación psicopedagógica de las emociones*

<b>Emociones Negativas</b>	
Miedo	Temor, horror, pánico, terror, pavor, desasosiego, susto, fobia.
Ira	Rabia, cólera, rencor, odio, furia, indignación, resentimiento, aversión, exasperación, tensión, excitación, agitación, acritud, animadversión, animosidad, irritabilidad, hostilidad, violencia, enojo, celos, envidia, impotencia, desprecio, acritud, antipatía, resentimiento, rechazo, recelo.
Tristeza	Depresión, frustración, decepción, aflicción, pena, dolor, pesar, desconsuelo, pesimismo, melancolía, autocompasión, soledad, desaliento, desgano, morriña, abatimiento, disgusto, preocupación.
Asco	Aversión, repugnancia, rechazo, desprecio.
Ansiedad	Angustia, desesperación, inquietud, inseguridad, estrés, preocupación, anhelo, desazón, consternación, nerviosismo.
<b>Emociones Positivas</b>	
Vergüenza	Culpabilidad, timidez, vergüenza ajena, bochorno, pudor, recato, rubor, sonrojo, verecundia

<sup>1</sup> En la tabla se omiten las emociones estéticas porque se vinculan a emociones sociales más complejas que se inscriben en expresiones culturales (Bisquerra, 2009).

Alegría	Entusiasmo, euforia, excitación, contento, deleite, diversión, placer, estremecimiento, gratificación, satisfacción, capricho, éxtasis, alivio, regocijo y humor.
Amor	Aceptación, afecto, cariño, ternura, simpatía, empatía, interés, cordialidad, confianza, amabilidad, afinidad, respeto, devoción, adoración, veneración, enamoramiento, ágape, gratitud, interés, compasión.
Felicidad	Bienestar, gozo, tranquilidad, paz interior, dicha, placidez, satisfacción, serenidad.
<b>Emociones ambiguas</b>	
Sorpresa	La sorpresa puede ser positiva o negativa. En esta familia se pueden incluir: sobresalto, asombro, desconcierto, confusión, perplejidad, admiración, inquietud, impaciencia. Relacionadas con la sorpresa, pero en el otro extremo de la polaridad pueden estar anticipación y expectativa, que pretenden prevenir sorpresas.

Fuente: Bisquerra, 2009, p. 92.

## 1.2 Objetivo de la investigación

En este contexto, el objetivo de esta investigación es describir el diseño, la aplicación y los resultados de un proyecto de intervención que se implementó en la Universidad Pedagógica Nacional, Unidad 151 de Toluca, México (UPN, 151-Toluca). La intervención inició en septiembre del 2020 y concluyó en enero del 2021. La población participante fue el alumnado de la licenciatura de Psicología Educativa de esta unidad universitaria. El propósito central de la intervención fue iniciar extracurricularmente, el desarrollo psicoafectivo de estos estudiantes, que en el futuro serían profesionistas que se incorporan al ámbito educativo como docentes.

La educación emocional tomó impulso en la primera década del siglo XXI con la intención de atender las nuevas necesidades sociales de la población. Educación emocional es el "proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano" (Bisquerra, 2000, citado en Bisquerra y Pérez, 2012, p. 1). Esta educación permite una regularización de las emociones a través de la formación y el entrenamiento. Tarea compleja por sí misma porque involucra procesos metacognitivos y reflexivos, pero también porque necesita que el profesorado y la familia cuenten con competencias emocionales (Bisquerra y Pérez, 2012). De acuerdo con Bisquerra y Pérez (2012), la educación emocional tendría los siguientes objetivos:

Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones; identificar las emociones de los demás; denominar a las emociones correctamente; desarrollar la habilidad para regular las propias emociones; subir el umbral de tolerancia a la frustración; prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas; desarrollar la habilidad para generar emociones

positivas; desarrollar la habilidad de automotivarse; adoptar una actitud positiva ante la vida, etc. (p. 2).

En consecuencia, aprender a gestionar las emociones se presenta como un proceso cíclico que tiene como punto de partida, el reconocimiento de las emociones propias, y el punto de llegada, es la actitud positiva ante la vida a pesar de los daños provocados por emociones negativas. En esta tesitura, estos fines formativos provocaron que, en México, en el 2017, se otorgara un lugar propio a la educación emocional en el campo formativo de desarrollo personal y social de educación básica. Hecho que implicó que las y los dedicados a la enseñanza sean formados en educación socioemocional; y ahora en el marco curricular del 2022 de la Nueva Escuela Mexicana, en el campo formativo de lo Humano a lo Comunitario que retome el valor de educar en habilidades socioemocionales.

## **2. Metodología**

### *2.1 Diagnóstico y enfoque metodológico*

La institución educativa en la que se realizó el proyecto de intervención fue la UPN, 151-Toluca; la clave de este centro de trabajo es 15DUP0001L; se encuentra ubicada en la calle Ex Rancho los Uribe, S/N, Santa Cruz Atzapatzaltongo Toluca, Estado de México. La institución pertenece al sistema federal público y se ofertan dos licenciaturas: Pedagogía y Psicología Educativa. En el ciclo escolar 2020-2021 contaba con una matrícula de 235 estudiantes en primero, tercero, quinto y séptimo semestre en el turno matutino. Para conocer el marco referencial que poseía el estudiantado, tanto de conocimientos formales e informales sobre educación emocional, que poseía el alumnado de la licenciatura de Psicología educativa de la UPN, Toluca-151, se realizó un diagnóstico.

El encuadre del diagnóstico se hizo desde el método cualitativo para identificar el surgimiento de conocimientos, interpretar y abordar un fenómeno social (Taylor y Bodgan, 1986). En el diagnóstico se aplicó una escala tipo Likert para la identificación del conocimiento y aplicación de las competencias socioemocionales del estudiantado de la licenciatura de Psicología Educativa de la Sede Toluca. El instrumento incluyó 38 ítems y esta se dividió en tres partes: autoconocimiento, regulación emocional y competencias para la vida. Tópicos que se tomaron y adaptaron del Modelo pentagonal de competencias emocionales elaborado por Bisquerra y Pérez, (2007), que se muestra a continuación:

**Figura 1.**  
Modelo pentagonal de las competencias emocionales



Fuente: Lamela, 2017, p. 14.

Para analizar y comprender de forma pertinente dicho fenómeno, se empleó el enfoque de investigación-acción. Para Latorre (2005) esta perspectiva contribuye no sólo a la reflexión, sino, a transformar el contexto a investigar incorporando a las y los participantes como individuos activos y agentes de cambio, y así repercutir en la mejora de la práctica educativa y social. Las técnicas empleadas para la recolección de información fueron dos: (1) la observación participante a través de la aplicación del taller y (2) la aplicación de encuestas. Estas técnicas permitieron recabar información sobre la identificación, gestión y reconocimiento de las emociones, aunado a las actividades propuestas en cuatro unidades para el taller, favorecieron en el estudiantado a la identificación de sus áreas de oportunidad, su progreso e implementar el proceso de autogestión.

Las tres secuencias de la encuesta se definen de la siguiente manera. El autoconocimiento se conceptualiza como la habilidad de identificar las emociones propias y las de los demás (percepción y comprensión); la regulación emocional es la cualidad de usar a las emociones de manera adecuada en diversas situaciones (manejo) y las competencias para la vida se define como el uso de habilidades y conocimientos que permiten responder de manera conveniente y responsable a cualquier problemática presentada (facilitación) (Bisquerra, 2009). Estas secuencias se correlacionan con las cuatro dimensiones del Modelo de Salovey y Mayer, que se ilustran en el siguiente esquema.

**Figura 2.**

Modelo de Salovey y Mayer



Fuente: tomado de: [bhttps://shre.ink/DiOX](https://shre.ink/DiOX)

### 3. Resultados

Para obtener los resultados de esta escala se obtuvieron los porcentajes de las preguntas correspondientes a cada área. En el área del autoconocimiento, se advirtió que el 63% de las y los participantes no cuenta con las habilidades para externar e identificar sus emociones y un 36% de participantes puede realizar este proceso sin problemas. En el área de la regulación emocional se identificó que el 64% del alumnado no contaba con estrategias para regular sus emociones y el 36% mencionó que poseía ciertas habilidades para autorregularse.

En el ámbito de competencias para la vida se obtuvo que el 55% de las y los participantes no había adquirido habilidades para la aplicación de sus emociones en la resolución de conflictos y el 45% señaló que contaba con estas habilidades. Estos porcentajes alentaron la idea de que es pertinente implementar en la malla curricular, la educación socioemocional dentro de la formación universitaria. Pero un primer paso era diseñar un proyecto de intervención para impulsar el desarrollo socioemocional de las y los estudiantes de la Universidad Pedagógica, Nacional, Unidad 151, Toluca, particularmente en la licenciatura en Psicología educativa para contribuir en una formación multidisciplinaria.

#### 3.1 Diseño del taller y estudiantado participante

El taller se diseñó e impartió con el nombre de: "Desarrollo Inteligente de emociones en el contexto educativo virtual". Este taller se implementó de septiembre de 2020 a enero de 2021 por medio de diversos entornos virtuales. El grupo asistente al taller fue integrado por una muestra aleatoria de 32 estudiantes, de los cuales, el 84% fueron mujeres y el 16%

hombres. La aplicación se orientó a cuatro unidades temáticas que se justificaron en el Modelo propuesto por Salovey y Mayer en 2005 que pondera el enfoque de la Inteligencia Emocional y abarca. Pero también se fusionaron principios de la “Psicopedagogía de las emociones” propuesto por Bisquerra (2009).

**Tabla 2.**

*Estructura básica del Taller “Desarrollo inteligente de las emociones en el contexto educativo virtual”*

Módulo	Objetivo
<b>¿Por qué educación socioemocional?</b>	Identificar elementos teóricos sobre la educación socioemocional
<b>El cerebro emocional</b>	Comprender los procesos emocionales a través de las neurociencias
<b>Las emociones del docente y del estudiante</b>	Analizar las fortalezas personales y la clasificación de las emociones
<b>Aplicación de la educación socioemocional</b>	Desarrollar conocimientos y prácticas de la educación socioemocional dentro su entorno profesional

Fuente: elaboración propia.

En el primer módulo se conceptualizó el tema de educación socioemocional desde un enfoque psicológico y pedagógico. Las herramientas empleadas fueron plataformas como: *Classroom*, *Genially* y *Quizziz*. Las estrategias empleadas en las sesiones virtuales permitieron desarrollar la noción de las emociones, la personalidad y el uso de preguntas reflexivas que promovieron la importancia de la formación socioemocional.

Por ejemplo: “¿Por qué me interesa trabajar mi parte emocional?” y “Como próximo profesional, ¿Qué relevancia tiene la educación emocional en los procesos de enseñanza-aprendizaje?”. Aunado a esto se aplicó la actividad de mi diario de emociones que permite la identificación y expresión de las emociones que experimentan cotidianamente.

En el segundo módulo titulado, “El cerebro emocional”, se analizó el papel de las neurociencias dentro de las emociones. Para evaluar esta unidad se aplicó una autoevaluación integrada por 33 preguntas distribuidas en 3 secciones y se aplicó una escala Likert de respuestas que fue del 0 al 4 (nunca, a veces, casi siempre y siempre) donde 4 es el valor más alto. La primera parte estuvo integrada por 10 ítems, el objetivo fue la identificación emocional. Los resultados de esta sección de preguntas mostraron que el 70% de las y los participantes comienzan a identificar, nombrar y a expresar sus emociones con mayor naturalidad y fluidez.



La segunda parte estuvo constituida por 7 preguntas abiertas relacionadas a los cambios de hábitos a raíz de la pandemia y su incidencia en sus emociones. Los resultados indicaron que el 100% del alumnado cambió radicalmente sus hábitos y la pandemia incidió fuertemente en sus emociones; y la tercera sección de la autoevaluación estuvo compuesta por 16 ítems.

La finalidad era conocer cómo los nuevos procesos educativos a distancia y sus emociones inciden en sus procesos de aprendizaje. En este último rubro se observó que el 80% de las respuestas mencionaron que el cambio de enseñanza presencial a distancia incide en su aprendizaje y las emociones que más experimentaron fueron incertidumbre, miedo, tristeza, estrés y ansiedad.

Los resultados se obtuvieron mediante la heteroevaluación y una rúbrica. Asimismo, se aplicó una escala integrada por 25 ítems, conformada por 8 preguntas abiertas y 17 tipo Likert. En las preguntas abiertas se interpretó que el taller coadyuvó a la identificación y expresión de emociones en un 85% de las y los participantes; en la aplicación de estos conocimientos a su ámbito personal, se encontró que alcanzó un 90% y en el profesional, un 100% identificó la importancia de la formación en este ámbito.

De los 17 ítems tipo Likert de esta heteroevaluación de respuestas que fue del 0 al 4 (nunca, a veces, casi siempre y siempre) donde 4 es el valor más alto, se obtuvo que el 90% de las y los estudiantes participantes, salió fortalecido y/o desarrolló conocimientos de educación socioemocional y los aplica a su vida profesional y personal. Asimismo, se identificó el progreso del autoconocimiento y de la regulación emocional del estudiantado. En los resultados se identificó que el 35% del alumnado participante en el taller, externó sus mejoras al respecto al aplicar el autoconocimiento y la autogestión emocional; reconocieron que estas habilidades mejoran el desempeño social y profesional.

En el tercer módulo denominado, "Emociones en el docente y el estudiante", se enfatizó el papel y la importancia de las emociones dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje. Se emplearon estrategias como la identificación de sus fortalezas a través de un mapa mental, preguntas de reflexión y la relación de los nuevos planes y programas de estudio y la materia de educación socioemocional, para que el alumnado fuera articulando las temáticas con la realidad en su próxima área profesional.

Este módulo se completó con el último, titulado, "La aplicación de la educación socioemocional". Por cuestiones de tiempo, se redujo el bloque a la búsqueda de actividades socioemocionales para un nivel y grado escolar específico.

## **4. Discusión**

### *4.1 Funciones psicopedagógicas y sociales de las emociones*

En virtud de que el propósito de esta investigación fue describir el diseño, la aplicación y los resultados de un proyecto de intervención que se implementó en la Universidad Pedagógica Nacional, Unidad 151 de Toluca, México, "Desarrollo Inteligente de emociones en el contexto educativo virtual" para sostener la pertinencia de un proyecto más amplio, la innovación curricular del Plan de estudios de la licenciatura de Psicología Educativa de esta institución, en materia de educación emocional, los cuatro módulos, de manera directa o indirecta, se enfocaron a presentar las funciones psicopedagógicas y sociales de las emociones.

Aspecto expuesto, a principios del siglo XX por Bisquerra (2000). Este autor afirmó que la integración de la educación socioemocional dentro de la formación educativa de las y los próximos profesionales debía considerarse como un proceso innovador, continuo y progresivo, si se deseaba que las y los docentes estuvieran a la vanguardia de las reformas curriculares, pero sobre todo, si se quería aumentar el bienestar personal y social de las y los educandos. Sin el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones, un individuo afronta de manera deficiente los retos que le planeaba la vida cotidiana, y casi siempre carecía de bienestar personal y social.

En este tenor, para el caso de la UPN de Toluca, la intervención tuvo la misma intencionalidad. Además, al momento de su aplicación, confinamiento por la pandemia de Covid-19, la coyuntura era idónea para sensibilizar a las y los participantes en la intervención, la conceptualización de las emociones como la plataforma esencial para valorar y comprender términos como bienestar emocional y salud emocional en ese momento histórico de la humanidad.

Por ende, al abordar a Bisquerra (2000) se inició con la definición de la emoción como: "[...] un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a la acción. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno" (p. 20). Existen diversos mecanismos de respuesta emocional que parten de tres componentes: el neurofisiológico, el comportamental y el cognitivo. Esta composición hace que el individuo pueda llamar a una emoción de acuerdo a su conocimiento del lenguaje emocional.

Para colocar a las y los participantes, en un aspecto más de la educación emocional, el lenguaje, se echó mano de la clasificación de las emociones, con el propósito de enfatizar que, a pesar de que las emociones tienen un carácter universal, se viven, se perciben y se nombran de manera singular de acuerdo a las vivencias y a las habilidades que se tiene cada persona sobre las emociones.

Con base en los datos del diagnóstico, antes y durante la pandemia, muchos estudiantes de la universidad, particularmente, los de psicología educativa ignoraban esta tipología, y con ello, la prioridad del conocimiento del lenguaje emocional en el ámbito escolar.

Por la experiencia vivida en el taller virtual y la realidad del confinamiento, tomó un nuevo sentido conceptual, la función más aceptada de las emociones, la cual dice que: "desempeñan un papel importante en la adaptación del organismo a su entorno" (Bisquerra,

2009, p. 69). Efectivamente, el entorno de pandemia, reclamaba procesos acelerados de adaptabilidad.

En este sentido, incluir en el diseño de proyecto de intervención resultó imprescindible. Las y los participantes, conocieron que Bisquerra (2009), recuperó del modelo propuesto por Plutchik, el cual sugiere que a partir de las emociones como la ira, el miedo, la alegría, la tristeza, la aceptación, el asco, el interés y la sorpresa se desglosan ocho comportamientos adaptativos: retirada, atacar, aparearse, pedir ayuda, establecer vínculos afectivos, vomitar, investigar y parar. Estos comportamientos pueden llegar a ser la base de la adaptabilidad que necesita cualquier persona para mantener su bienestar emocional.

Este bienestar está íntimamente relacionado con otra función de las emociones: informar. La emoción primero sirve para “alterar el equilibrio intra orgánico para informar [...] Puede tener dos dimensiones: información para el propio sujeto e informar a otros individuos con los que convive a los cuales les comunica sus intenciones” (Bisquerra, 2009, p. 71). Un último aspecto enseñado y aprendido en la intervención fue que las emociones cubrían ciertas funciones sociales, entre ellas: “facilitar la interacción social, controlar la conducta de los demás, permitir la comunicación de los estados afectivos o promover la conducta prosocial” (Chóliz, 2005, p. 5).

## **5. Conclusiones**

La implementación de dicha intervención permitió, tanto a monitores como a participantes, reflexionar sobre la relevancia de introducir la educación socioemocional dentro de los planes de estudio de nivel licenciatura y el impacto que tiene este conocimiento en las prácticas educativas. Esta convicción se acrecentó a lo largo del desarrollo del taller. El avance que mostraron las y los participantes en sus actividades, la observación participante y el análisis de los datos de las encuestas aplicadas, es decir, la diagnóstica, las encuestas de satisfacción al culminar cada unidad del taller y una comparativa al concluir éste, permitió valorar el progreso de las y los participantes desde dos perspectivas: la comparativa y la de autoevaluación.

Los resultados de la intervención muestran que la formación en educación socioemocional es imprescindible en la trayectoria académica de las y los próximos profesionales de la educación, independientemente de la formación de licenciatura. La aplicación de este taller, modalidad virtual, contribuyó a la adquisición de la formación socioemocional de las y los participantes. Se asume que propiciar el desarrollo socioemocional en el alumnado de esta institución, demanda mayor tiempo y reconocimiento curricular, es decir, otorgar un estatus propio a esta área del conocimiento, particularmente, en el plan de estudios de la licenciatura en Psicología educativa.

Las y los profesionales de la enseñanza como agentes de transformación sociocultural, realizará mejor su quehacer educativo en el campo de formación para el desarrollo personal y social de educación básica y media superior, si poseen una formación socioemocional en la licenciatura. Las y los universitarios necesitan acceder a una educación integral que empodere a sus educandas y educandos como personas socialmente aptas y aptos para enfrentar los retos cotidianos del siglo XXI.

### **Agradecimientos**

Agradezco a las autoridades directivas de la Universidad Pedagógica Nacional, Unidad 151-Toluca por permitir la realización de este primer taller en educación emocional.

### **Conflicto de intereses**

No existe conflicto de intereses.

### **Financiamiento**

No se recibió ningún financiamiento para la realización de esta investigación.

### **Referencias**

Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Praxis.

Bisquerra, R. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 9(3), 95-114. <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927006.pdf>

Bisquerra, R. y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61-82. <https://revistas.uned.es/index.php/educacionXX1/article/view/297/253>

Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Síntesis.

Bisquerra, R. y Pérez, N. (2012). Educación emocional: Estrategias para su puesta en práctica. *Avances en supervisión educativa*, 16, 1-11. <https://shre.ink/DZnl>

Bisquerra, R. (2016). *10 ideas claves educación emocional*. Editorial GRAÓ.

Chóliz, M. (1995). *La expresión de las emociones en la obra de Darwin*. Promolibro

García, C. (2013). *Educación emocional en la infancia. Una guía de orientación para el 1er ciclo de edad Infantil*. <https://n9.cl/rgw8el>

Heras, D., Cepa, O. y Lara, F. (2016). Desarrollo emocional en la Infancia. Un estudio sobre las competencias emocionales de niños y niñas. *INFAB Revista de psicología*, 1(1), 67-74. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851776008.pdf>

Fernández, P. y Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 63-93. <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927005.pdf>

Lamela, C. (2017). Implementación de un programa de educación emocional dentro de una academia de idiomas para la prevención y gestión del acoso escolar. Universitat de Barcelona. <https://shre.ink/DZ96>

Latorre, A. (2005). *La investigación-acción conocer y cambiar la práctica educativa*. Graó.

Secretaría de Educación Pública (SEP) (2015). *Marco de Referencia sobre la Gestión de la Convivencia Escolar desde la Escuela Pública*. SEP. <https://n9.cl/r0n92>

Taylor, S. y Bogdan, R. (1986). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Paidós.