



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD AJUSCO
LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA

LA EDUCACIÓN EMOCIONAL Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ALUMNOS
DE SEXTO SEMESTRE DE NIVEL MEDIO SUPERIOR

TESIS
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PEDAGOGÍA

PRESENTA
BRENDA BERENICE BARRANCO PAVÓN

ASESOR
MTRO. PAULO CÉSAR DEVEAUX GONZÁLEZ

CIUDAD DE MÉXICO, ENERO 2023

AGRADECIMIENTOS

La vida es hermosa, y una de las principales razones es que la podemos compartir y disfrutar con quienes amamos, podemos apoyar y guiar a muchas personas si ellas lo permiten, pero también podemos ser ayudados y guiados durante nuestra trayectoria en este mundo. A través de estos agradecimientos quiero dedicarles el presente trabajo que he logrado con esfuerzo y disciplina.

Agradezco a Dios por permitirme haber llegado hasta aquí y brindarme la sabiduría, me permites sonreír ante todos mis logros que son el resultado de tu ayuda. Cuando caigo y me pones a prueba, aprendo de mis errores y me doy cuenta de que los colocas en mi camino para que mejore como ser humano.

A mis padres, por la vida, el amor, por comprenderme y apoyarme sin pedir nada a cambio. A quienes sin escatimar esfuerzo alguno han sacrificado gran parte de su vida, nunca podre pagar todos sus desvelos ni con las riquezas más grandes del mundo. Por esto y mucho más, mi más profundo agradecimiento.

A mi hermana, mi compañera de vida que me ha acompañado en cada etapa importante, gracias por tus consejos y ayuda incondicional.

A mi asesor Paulo César, por ser esa guía en el proceso más importante de mi vida, por su dedicación, tiempo y responsabilidad para la realización de mi trabajo de titulación. Dios lo bendiga hoy y siempre.

Por último, a todas y cada una de las personas que me ofrecieron su apoyo y palabras de aliento que ayudaron y creyeron en la construcción de esta tesis.

Gracias.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I. LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA	5
1.1 Concepto de orientación educativa	5
1.2 La Orientación educativa en el nivel medio superior	7
1.3 Principios de intervención de la orientación educativa	9
1.4 Áreas de intervención de la orientación educativa	13
1.5 Modelos de intervención de la orientación educativa	16
1.6 La orientación educativa y su relación con la educación emocional y el rendimiento académico	21
CAPÍTULO II. LA ADOLESCENCIA.....	24
2.1 ¿Qué se entiende por adolescencia?.....	24
2.2 Características de la adolescencia tardía	27
2.3 Cambios físicos y emocionales.....	29
2.4 Desarrollo cognitivo.....	33
2.5 Crisis de identidad.....	37
CAPÍTULO III. LA POTENCIACIÓN DEL RENDIMIENTO ACADÉMICO MEDIANTE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL	42
3.1 El rendimiento académico, su concepto y modelos	42
3.2 Factores que intervienen en la configuración del rendimiento académico ...	46

3.3	Conceptualización de la educación emocional, propósitos y competencias	53
3.4	La educación emocional para potenciar el rendimiento académico	64

CAPÍTULO IV. UNA MIRADA AL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE SEXTO SEMESTRE DE NIVEL MEDIO SUPERIOR 69

4.1	Descripción del contexto	69
4.2	Estrategia metodológica.....	71
4.2.1	Selección y descripción de los informantes	75
4.2.2	Descripción de los instrumentos y sus categorías	78
4.3	Presentación y análisis de la información	82

CAPÍTULO V. ESTRATEGIA DE INTERVENCIÓN PEDAGÓGICA ¿QUÉ ONDA CON MIS EMOCIONES? 108

5.1	Generalidades del taller y perfil de los participantes	108
5.2	Programa del taller	109
5.2.1	Objetivo	109
5.2.2	Estructura del taller	109
5.2.3	Método	112
5.2.4	Criterios de acreditación y evaluación.....	113
5.2	Bibliografía básica.....	114
5.3	Planeación didáctica	116
5.4	Anexos del taller.....	129

CONCLUSIONES 136

BIBLIOGRAFÍA 142

ANEXOS 148

INTRODUCCIÓN

El Sistema Educativo en México presenta diferentes problemas que poco a poco se han hecho cada vez más evidentes, en consecuencia, han ido afectando el avance y desarrollo de la educación, por lo que el Sistema Educativo Mexicano ha desarrollado trabajos con la intención de mejorar la educación, por lo tanto, hace el esfuerzo por abordar los problemas, pero hay algunos que no dan los resultados esperados y persisten las problemáticas.

En ese sentido, dentro de las diversas problemáticas que afectan a la educación en nuestro país es el bajo rendimiento académico que presentan los alumnos, de esta forma el Programa para la Evaluación Internacional de Alumnos (PISA) en su aplicación del 2015 muestra que en México el rendimiento de los alumnos en promedio está en los 423 puntos, por lo que se considera que están por debajo del promedio de los países de la OCDE, es decir debajo de los 493 puntos.

Ante esta problemática es importante identificar las necesidades de los alumnos y ejecutar estrategias que favorezcan el mejoramiento del rendimiento académico y lograr que la educación progrese y responda a las necesidades de los alumnos.

Es bien sabido, que el rendimiento académico se configura mediante diferentes factores, por lo que un bajo rendimiento académico en los alumnos puede derivarse de diferentes causas que se sitúan tanto en la dimensión cognitiva, así como en la afectiva, en esta última puede ser por la falta de competencias emocionales, claro, sin hacer detrimento de las que se sitúan en la primera dimensión.

En otras palabras, los estados emocionales afectan de manera negativa y positiva al aprendizaje de los estudiantes y en consecuencia su rendimiento académico, el cual puede entenderse como un proceso o como un producto que se concreta en una calificación, es decir un estudiante que configura un bienestar en la escuela aprende mejor que uno que tiene malestar.

En ese sentido, la falta de dichas competencias trae como consecuencia poca claridad en la identificación de las emociones, una inadecuada regulación emocional, en efecto, por lo que la escuela puede ser un lugar para apoyar y escuchar a los estudiantes y a la vez enfocarse en cumplir con todos los objetivos del currículum, aunque al parecer la educación formal se centra más en el desarrollo de habilidades que estén relacionados con el aprendizaje de los contenidos disciplinares sin considerar cómo se sienten los estudiantes al momento de aprender, lo cual afecta en su proceso de aprendizaje y rendimiento académico.

Por lo anterior, el presente trabajo de investigación analiza y construye evidencia sobre la educación emocional como un medio que permite a los alumnos del Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios (CETIS) 49 de sexto semestre mejorar su rendimiento académico, es decir, que a través de la identificación de sus competencias emocionales se hace explícita la influencia de una sobre la otra.

Es importante que el adolescente se conozca así mismo y tenga la posibilidad de solucionar un problema cuando se le presente y encaminar una toma de decisiones adecuada a sus necesidades. Es por ello que plantear la implementación de la educación emocional en el nivel medio superior, a través de la relación con el rendimiento académico puede auxiliar al estudiante en la mejora de aprendizaje y en consecuencia su rendimiento académico también se vea reflejado en su grupo de pares, el aula o el propio contexto educativo.

Normalmente cuando se habla sobre el tema de emociones, el autoconocimiento, la toma de decisiones y la autorregulación emocional se aborda desde una perspectiva completamente psicológica, haciendo a un lado el enfoque pedagógico, por lo tanto, este trabajo contribuirá a abordar desde otra perspectiva la problemática del rendimiento académico, es decir desde la dimensión afectiva y la pedagogía.

De esta manera, para el presente trabajo de investigación se planteó el siguiente objetivo:

Analizar en el marco de la Orientación Educativa y el área de procesos de enseñanza y aprendizaje, la influencia de la educación emocional en el rendimiento académico de los estudiantes de nivel medio superior de sexto semestre.

Por tal motivo, puede decirse que la educación emocional dentro de los procesos de enseñanza y aprendizaje pretende que el adolescente fortalezca el aprender a ser y a convivir juntos, intervenga en su contexto y se relacione con los demás, y al mismo modo logre dentro de la escuela un alto rendimiento académico.

Ahora bien, para cumplir con el objetivo general de esta investigación, se desarrolló un trabajo de investigación compuesto por cinco capítulos. Los tres primeros capítulos configuran el marco teórico, en el capítulo cuatro se exponen y analizan los resultados de la investigación de campo, el quinto capítulo presenta la estrategia de intervención pedagógica y por último se encuentran las conclusiones generales del trabajo de investigación y los anexos.

El capítulo uno lleva por nombre “La Orientación Educativa”, su objetivo es conocer sobre el Campo de la Orientación Educativa, así como situar a la problemática dentro de la misma: su conceptualización, modelos, áreas y principios, así pues, en relación con la problemática expuesta que se aborda en el marco de este Campo desde la educación emocional como una alternativa que puede potenciarse también desde el área de prevención y desarrollo humano.

El segundo capítulo se titula “La adolescencia”, su propósito es brindar un acercamiento a los sujetos de investigación; se explica el concepto de adolescencia, posteriormente se enfoca en la etapa de la adolescencia tardía en donde se desarrollan las características, cambios físicos y emocionales, además de comprender la crisis de identidad por la que atraviesan dichos sujetos.

El tercer capítulo, con nombre “La potenciación del rendimiento académico mediante la educación emocional”, explica el concepto de rendimiento académico, sus modelos, los factores que lo configuran, del mismo modo, se aborda el concepto de educación emocional, sus propósitos y competencias, para concluir el capítulo se justifica cómo la educación emocional puede potenciar el rendimiento académico de los estudiantes.

El cuarto capítulo se titula “Una mirada al rendimiento académico de los estudiantes de sexto semestre de nivel medio superior”, se presentan los resultados de una investigación de campo realizada con estudiantes de sexto semestre del Centro de Estudios Tecnológico Industrial y de Servicios (CETIS) 49, ubicado en la alcaldía Xochimilco, CDMX, a quienes se les aplicó un instrumento de investigación con el fin de identificar la relación que existe entre las competencias emocionales y el rendimiento académico de los estudiantes.

El quinto y último capítulo “Estrategia de intervención: Taller *¿Qué onda con mis emociones?*”, se presenta un taller dirigido a estudiantes de nivel medio superior para apoyarlos a desarrollar sus competencias emocionales y habilidades de estudios para potenciar su rendimiento académico.

Con base en el desarrollo de este trabajo puede resaltarse que introducir la educación emocional dentro de la orientación educativa promete el progreso del ser humano brindando capacidades para un máximo potencial de acuerdo con sus necesidades e intereses, logrando el autoconocimiento, la regulación emocional, toma de decisiones, autoestima alta y una mejor relación con los demás, lo que a su vez mejorará su rendimiento académico. Por lo anterior, se invita al lector a continuar leyendo este trabajo de investigación.

CAPÍTULO I

LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA

Para situar la problemática dentro del campo de la orientación educativa, es indispensable conocerlo y analizarlo, es por eso que este capítulo tiene la finalidad de conocer sobre dicho campo de intervención, su concepto, principios, áreas y modelos, así como destacar la intervención de este en el rendimiento académico y la educación emocional en los estudiantes de nivel medio superior.

Con el objetivo de abarcar la finalidad anterior, en este capítulo se abordan diversos temas. De los cuales se inicia por explicar el concepto de la orientación educativa dentro de la Pedagogía con el fin de conocer ampliamente el campo, por otra parte, se plantea la orientación educativa en México en el nivel medio superior con la intención de comprender las funciones que tiene dentro de la institución con los adolescentes y el papel que juega un orientador.

Enseguida se presentan los principios, áreas y modelos de la orientación educativa, de ello se define el área y modelo que se utiliza en este trabajo de investigación.

Por último, se aborda la relación que existe entre la orientación educativa con el rendimiento académico y la educación emocional, para resaltar la relación de dichos conceptos y la importancia de trabajarlos de la mano.

1.1 Concepto de orientación educativa

El concepto de orientación educativa ha presentado diversas definiciones durante varios años porque se ha ido adaptando al contexto en el que se está viviendo y en consecuencia la utilización que se le da también se ha modificado, por lo que se mantiene en un estado continuo de reconstrucción.

En ese sentido, algunos autores que han contribuido a la construcción de dicha conceptualización, en primer lugar, se presenta a Sanchiz (2008/2009) donde cita a Kelly (1972) y menciona que la orientación educativa es:

La fase del proceso educativo que consiste en el cálculo de capacidades, intereses y necesidades del individuo para aconsejarle acerca de sus problemas, asistirle en la formulación de planes para aprovechar al máximo sus facultades y ayudarle a tomar decisiones y a realizar adaptaciones que sirvan para promover su bienestar en la escuela, en la vida y en la eternidad. Así como el proceso de ayudar al individuo en su adaptación presente y en su planificación de la vida posterior, la orientación no puede ser un aspecto independiente de la educación (p. 20).

Entonces, se puede decir que la Orientación educativa se conforma por intervenciones especializadas dirigidas al desarrollo humano de la persona que se preocupa por su bienestar, siendo uno de sus principales objetivos la adaptación escolar y personal, de igual manera alcanzar una cierta madurez para la toma de decisiones, además que el alumno se visualice a sí mismo para poder realizar una planificación de su vida futura.

Además, Sanchiz (2008/2009) añade que la orientación es:

Un proceso de ayuda continuo, inserto en la actividad educativa y dirigido a todas las personas, que trata del asesoramiento personal, académico y profesional, con la finalidad de contribuir al pleno desarrollo del sujeto y de capacitarle para la autoorientación y para la participación activa, crítica y transformadora de la sociedad en la que vive (p. 23).

En ambas definiciones se tiene una característica común sobre la orientación educativa, que es “un proceso continuo” y se localiza dentro del contexto educativo, y un elemento que distingue a este proceso es el acompañamiento que se le brinda al alumno para ayudarlo y guiarlo en su vida personal, social y escolar para que reconozca sus habilidades y aptitudes, generando un desarrollo integral del sujeto.

Por último, Bisquerra (2012) plantea a la orientación educativa como:

Un proceso de ayuda continuo a todas las personas, en todos sus aspectos, con objeto de potenciar la prevención y el desarrollo humano a lo largo de toda la vida. Cuando se habla de una ayuda para el desarrollo humano se refiere al desarrollo profesional, personal, social, familiar, emocional, moral, físico. (pp. 20-21)

En otras palabras, se puede entender que la Orientación educativa es un proceso esencial en la educación, institucionalizado y profesional que no está centrado solamente en la vida escolar del alumno, si no que interviene en todas las etapas y aspectos de su vida para potenciar el progreso de los alumnos.

Como resultado de las definiciones dadas por los autores anteriores, se puede decir que la Orientación educativa es un proceso de ayuda al alumno, impartido por un orientador quien es el agente encargado de cumplir que el estudiante se conozca a sí mismo para que amplíe sus habilidades y aptitudes que le permitan desarrollarse a lo largo de toda su vida. De igual manera se deben tomar en cuenta a los padres de familia y docentes dentro de este proceso, para trabajar juntos en equipo y obtener resultados satisfactorios en el orientado.

1.2 La Orientación educativa en el nivel medio superior

El proceso de Orientación educativa dentro del nivel medio superior no se enfoca solamente en ayudar al estudiante con la elección de su carrera profesional, sobre

todo tiene objetivos más amplios y complejos en función de las necesidades educativas que se presenten en el contexto del estudiante.

Poniendo énfasis en la etapa de la adolescencia por la que están atravesando los estudiantes, se necesita primordialmente de un acompañamiento personalizado para cada estudiante. Dentro de este apartado se aborda el papel de la Orientación educativa en el nivel medio superior.

Por su parte, la Secretaría de Educación Pública (2014) menciona en su *Manual para apoyar la orientación educativa en planteles de educación media superior* que:

La Orientación Educativa es un proceso que tiene lugar en los planteles para apoyar la enseñanza y el aprendizaje de los estudiantes mediante la aplicación de procedimientos sistemáticos y organizados, proporcionándoles elementos para definir su vida futura. Su objetivo es coadyuvar en la formación integral de los educandos mediante programas que contribuyan al desarrollo de competencias y, a su vez, atiendan las áreas institucional, escolar, vocacional y psicosocial que inciden en el proceso de enseñanza aprendizaje. (p. 7)

Como se puede ver, dentro de las instituciones de nivel medio superior la orientación educativa brinda al estudiante las herramientas indispensables para ayudarlo en su proceso de enseñanza y aprendizaje, al mismo tiempo que lo orienta a definir su futuro.

Además, busca formar una persona íntegra que sea capaz de desarrollar habilidades y aplicarlas no solamente en la institución educativa, sino llevarlas a la práctica en todos los aspectos de su vida cotidiana.

En el *Modelo de Orientación Educativa en el Sistema de Educación Media Superior* (2017) se retoma que:

El papel del orientador educativo en el bachillerato es fundamental para lograr el perfil de egreso del estudiante, pues a través de las cuatro líneas de trabajo, el orientador promueve en los alumnos la formación de su identidad, autonomía y liderazgo, razonamiento verbal, pensamiento crítico, vida sana, así como estilos de aprendizaje y vocación. (p. 30)

En otras palabras, la figura del orientador educativo es un agente que interviene durante el proceso de orientación en el alumno, por lo tanto, es un elemento clave porque fomenta en la persona orientada componentes que ayudan a desarrollar aspectos de su vida como la autonomía que le permite tomar decisiones de acuerdo con sus necesidades y que cuando se le presente una circunstancia él sepa elegir el camino adecuado con soporte de un pensamiento crítico.

1.3 Principios de intervención de la orientación educativa

Al ser la orientación un proceso de acompañamiento continuo como se mencionó, con el objetivo de brindar una orientación dirigida a los estudiantes para impulsar el desarrollo de sus habilidades, competencias y toma de decisiones acorde a sus necesidades, resulta importante desarrollarla de manera adecuada dentro del contexto educativo.

También la orientación contribuye y actúa en situaciones que pueden presentar factores de riesgo y que pongan en peligro la vida de las personas. Para comprender los principios de ésta misma, Sanchiz (2008/2009) afirma que dentro de "...el campo de la orientación educativa cuando buscamos «razones fundamentales» o «bases» que den sentido a la tarea orientadora, hemos de saber establecer, con una sola palabra, cada una de dichas razones" (p. 51).

Por lo tanto, en este apartado se exponen los principios de prevención, desarrollo, acción social y antropológico.

Principio de prevención

Martínez (2002) afirma que la “aceptación de este principio supone que la orientación debe ser considerada como un proceso proactivo, esto es, que debe anticiparse a las situaciones o circunstancias que pueden ser un obstáculo para el desarrollo integral de la persona” (p. 31).

Aunado a lo anterior, se entiende que este principio permite que el orientado por medio de la prevención disminuya la aparición de problemas que se le puedan presentar o, por el contrario que se encuentre preparado para afrontarlo y no le afecte de una manera abrupta en su desarrollo educativo, personal y social.

Principio de desarrollo

Este principio entiende al sujeto como un ser en constante cambio y en un crecimiento personal, buscando el desarrollo integral durante su ciclo vital. Martínez, (2002) explica que:

El principio de Desarrollo se fundamenta en el concepto de Desarrollo; concepto que entiende la evolución del ser humano como un proceso de continuo crecimiento, de cambios cualitativos hasta convertirlo en un ser cada vez más complejo. Gracias a dichos cambios, la persona adquiere nuevas experiencias, las integra y amplía, posibilitando, de este modo, el desarrollo de la personalidad. (p. 37)

Entonces con este principio se resalta la importancia de desarrollar al máximo todas las capacidades y habilidades del sujeto, en donde la orientación actúa como agente que acompañará y guiará durante este desarrollo. Por lo tanto, cualquier programa de orientación debe estar dirigido y sustentado al desarrollo de todas las potencialidades.

Principio de acción social

En este principio, el orientador es percibido como un agente de cambio, no tiene la finalidad de ayudar al sujeto para que se adapte al contexto social sino de hacerlo consciente sobre las barreras que le impiden su desarrollo integral.

Grañeras, *et. al.* (2009) en su obra *Orientación educativa: fundamentos teóricos, modelos institucionales y nuevas perspectivas* cita a Rodríguez (1998) donde retoma algunas características principales acerca de este principio, como:

- La intervención orientadora debe estar dirigida tanto a modificar aspectos relativos a la organización y funcionamiento del centro educativo (organización de grupos, sistemas de evaluación, metodología, etc.) como del contexto social del alumno o alumna (becas, ayudas, asistencia social, etc.).
- Hay que sensibilizar a la persona que recibe la orientación acerca de la necesidad de actuar sobre los factores ambientales que están impidiendo el logro de sus objetivos personales.
- Cuando aparezcan discrepancias entre los objetivos personales y los de la sociedad, debe resolverse el conflicto desde una perspectiva dialéctica de la relación individuo-sociedad. (p. 38)

Es importante considerar que la orientación educativa dentro de este principio no solo debe estar enfocada en lo educativo, sino que también debe tomar en cuenta el contexto social del orientado para trabajar de una forma compleja y unir los componentes de su entorno.

De esta manera, al conocer el contexto social y educativo, se detectan las dificultades que influyen en el desarrollo del sujeto. Posteriormente, se diseñan las

estrategias adecuadas para crear un balance entre los ámbitos personal, social y escolar.

Principio antropológico

Este principio tiene como base el existencialismo, en donde el orientador educativo:

“...se hace del ser humano. Responde a preguntas como ¿quién soy yo?, ¿qué hago aquí?, ¿qué sentido tiene mi existencia?, ¿qué tipo de persona pretendemos que llegue a ser el individuo que estamos orientando?, ¿cuáles son las características del proceso de convertirse en persona?, ¿cuáles son las competencias de la orientación en este proceso?” (Sanchiz, 2008/2009, p. 52).

Para ser profesionales de la orientación educativa es primordial tener claras las respuestas a dichas preguntas, sería ilógico intentar ayudar a un estudiante a que se conozca a sí mismo cuando el propio orientador no tiene desarrollado su autoconcepto.

Además, se toma en cuenta que el ser humano es el único responsable de su vida, sus acciones, pensamientos, sentimientos, emociones. Cada uno “debe esforzarse por el propio desarrollo y el de su contexto. Puesto que siempre quedarán un conjunto de realidades que no podrá cambiar, deberá aprender a manejarlas y adaptarse a ellas” (Bisquerra, 1998, p. 44).

Como puede observarse, es importante que el profesional de la educación que interviene en el campo de la orientación educativa conozca los principios, debido a que con base en ellos podrá esclarecer e iniciar con la sistematización de su práctica, es decir que con base en ellos podrá decidir el alcance de su intervención.

1.4 Áreas de intervención de la orientación educativa

El campo de la orientación educativa está compuesto por cuatro áreas de intervención, las cuales son el conjunto de conocimientos que le permiten al orientador situar la problemática y acercarse a ella para intervenir con mayor precisión, por lo tanto, en este apartado se abordan las mismas.

Área de intervención: desarrollo de la carrera u orientación vocacional

En primer lugar, el área de orientación vocacional o para el desarrollo de la carrera hace referencia al asesoramiento que se le brinda a los estudiantes para tomar la decisión sobre su carrera profesional o elección de una institución.

Sanchiz (2008/2009) cita al Ministerio de Educación y Ciencia (1994) para definir esta área como:

un proceso de ayuda al individuo, mediante el cual éste identifica y evalúa sus aptitudes, competencias e intereses con valor profesionalizador; se informa sobre la oferta formativa y la demanda laboral accesible para él, en la actualidad o en un futuro próximo y, en función de ambas variables, toma la decisión sobre el itinerario formativo a seguir, o en su caso modificar, con el objeto de lograr una inserción profesional y social satisfactoria. También compete a la orientación profesional, dentro del sistema educativo, formar al alumno de Formación Profesional sobre los componentes básicos de cualquier comportamiento laboral (seguridad, relaciones laborales, etc.) y llevar a cabo el asesoramiento, seguimiento y evaluación del proceso de inserción profesional (p. 178).

Como se ha explicado en el párrafo anterior, es muy importante considerar esta área y fomentar el autoconocimiento para que el orientado pueda distinguir por

medio de la reflexión y el análisis, sus habilidades, aptitudes e intereses para así poder orientarlo en la elección de su vocación profesional, además que éste se encuentre satisfecho con su decisión tomada para que de esta manera se desenvuelva plenamente en su carrera profesional.

Área de intervención: orientación en los procesos de enseñanza y aprendizaje

Es un área fundamental dentro de la orientación educativa porque se basa en el estudio de conocimientos, teorías y principios que faciliten el proceso de enseñanza y aprendizaje, para después poder intervenir con la elaboración de diseños curriculares, estrategias y la aplicación de éstos. Bisquerra (2012) plantea que:

La orientación en los procesos de enseñanza-aprendizaje se justifica en las teorías del aprendizaje. Estas teorías han confluído en la psicología cognitiva, donde el enfoque constructivista es la propuesta de aplicación en el contexto escolar. En este marco, el «aprender a aprender» y las estrategias de aprendizaje constituyen el núcleo esencial de interés. (p. 57)

En ese sentido, se hace referencia a la orientación en los procesos de enseñanza y aprendizaje como un camino para que el estudiante a través de estrategias y técnicas “aprenda a aprender”. El profesor no debe centrarse únicamente en los contenidos curriculares y hacer a un lado cualquier barrera de aprendizaje que presente el alumnado.

La psicología ha contribuido en el desarrollo de las teorías cognitivas en el aprendizaje, como el caso del constructivismo que se fundamenta en el nivel de desarrollo del alumno y reconoce la actividad constructivista como un factor decisivo en la realización de los aprendizajes escolares y fortalecer la actividad mental del estudiante.

Entonces la intervención de la orientación en esta área se desarrolla con el objetivo de identificar las necesidades educativas que presenten los estudiantes y les sea un obstáculo para la adquisición de conocimientos, buscando mejorar y potenciar su vida escolar.

Área de intervención: atención a la diversidad

Dentro de esta área de intervención se encuentran las personas que presentan alguna discapacidad de tipo física o psíquica, minorías étnicas, grupos de riesgo, diferentes estilos de aprendizaje, dificultades de aprendizaje, entre otros.

Las necesidades educativas especiales tienen un origen muy diverso, por lo que se deben adoptar medidas curriculares, organizativas y sociales, Martínez (2002) cita a Álvarez y Soler (1996), mencionan que estas medidas consisten en:

- *Medidas curriculares;* hacen referencia a la toma de decisiones del currículum, a las adaptaciones curriculares, a la optatividad, a la opcionalidad, a la diversificación, a los itinerarios educativos, a la acción tutorial...
- *Medidas organizativas;* se refieren a los esfuerzos, agrupamientos, promoción y apoyo a los alumnos con necesidades educativas especiales.
- *Medidas sociales;* si queremos que la atención a la diversidad sea eficaz y óptima desde la psicopedagogía se deberían tomar medidas en el mundo laboral, ocupacional, cultural y social donde se desenvuelven e insertan estos colectivos (pp. 58-59).

Dichas medidas abarcan ampliamente no sólo el contexto educativo, la adaptación al currículum es una ventana con diversas oportunidades que ayudan al alumno

durante su proceso de aprendizaje, ya que el currículo se muestra flexible y con la capacidad de moldearse según el alumno lo requiera.

Las medidas organizativas y sociales en conjunto al adaptarse en el entorno cooperan en la formación de un sujeto íntegro y capaz de desenvolverse de acuerdo con sus habilidades y aptitudes, evitando a costa cualquier tipo de desigualdad.

Área de intervención: prevención y desarrollo humano

En esta última área de intervención se hace hincapié en el desarrollo humano de las personas, considerando aspectos de formación de capacidades humanas como: un mejor estado de salud, conocimientos y destrezas, salud mental, así como el desarrollo social y de la personalidad.

Cuando se habla de desarrollo, de acuerdo con Sanchiz (2008/2009) se entiende como el proceso que "... introduce cambios importantes, con carácter estable, y que no se debe a factores estrictamente madurativos. El desarrollo incluye crecimiento, maduración y aprendizaje" (p. 153).

Dentro de la institución educativa debe haber una orientación personal, los profesores deben realizar estrategias para conocer y practicar las habilidades sociales, habilidades para la vida, empatía, educación emocional, educación sexual, asertividad, resolución de problemas dentro y fuera del aula, trabajar el autoconcepto y autoestima y al mismo tiempo enriquecerlo.

1.5 Modelos de intervención de la orientación educativa

Para conceptualizar un "modelo" y tener mayor conocimiento sobre él, se retoma la idea de Grañeras, *et. al.* (2009) en donde hace énfasis que los "... modelos se sitúan, por decirlo así, entre la teoría y la práctica, a medio camino entre la abstracción y lo

concreto. Sirven para interpretar y comprobar aquello que se intenta explicar desde la teoría” (pp. 47-48).

Por otra parte, Hervás (2066) se refiere a:

Los modelos en la Orientación intentan representar la realidad, construida a partir de la información recibida, sobre una situación o escenario al que se refiere el contenido de la información y que incluye la situación, los agentes, los objetos, los procesos y las causas e intenciones que contiene la información (p. 155).

De modo que, un modelo se entiende como un esquema que representa de manera precisa y completa las formas de acercar las construcciones teóricas a la práctica.

A continuación, se exponen los modelos que se utilizan en la orientación educativa, un orientador educativo requiere de un modelo para poder ejecutar e intervenir con el orientado.

Modelo clínico

Este modelo también es conocido como modelo de *counseling* o modelo de consejo. Grañeras, *et. al.* (2009) señala las siguientes características:

1. Se trata de una relación de ayuda personal, directa e individual.
2. Es un modelo diádico en el que intervienen dos agentes básicos: el profesional de la orientación y el orientado. En el contexto educativo, la figura del profesor o de la profesora, que actuaría como un agente intermedio, pasa a un segundo plano.

3. Entre estos dos agentes –orientador y orientado– se establece una relación asimétrica. El profesional de la orientación es el máximo responsable y dirige el proceso actuando como experto.
4. Responde a un problema que ya ha aparecido, por lo que la intervención tiene un carácter remedial, reactivo y terapéutico.
5. La técnica básica del modelo es la entrevista (p. 59).

En otras palabras, el modelo clínico pretende ayudar a las personas de manera individual en su desarrollo personal, social y escolar, considerando la entrevista como la técnica a utilizar y así poder generar un ambiente de confianza hacia el orientado.

Modelo de consulta

Hervás (2006) señala características básicas del modelo:

- La consulta es un modelo relacional, pues incluye todas las características de la relación orientadora.
- Es un modelo que potencia la información y la formación de profesionales y para profesionales.
- Tiene como objetivo la ayuda a un tercero que puede ser una persona o un grupo.
- Afronta la relación desde diferentes enfoques: terapéutico, preventivo y de desarrollo. Con frecuencia suele iniciarse centrándose en un problema (remedial) para luego afrontar la consulta desde una perspectiva preventiva o de desarrollo con la intención de mejorar los

contextos y las condiciones para que no se produzcan los problemas (p. 66).

En este modelo a diferencia de los demás, el orientador no tiene una relación directa con el orientado, no interactúa cara a cara con el cliente, más bien interviene a través de un mediador, es decir, puede ser el docente, el tutor o padre quien acude con el orientador para consultar alguna situación o problema que presenta el alumno.

Modelo de servicios

Las intervenciones en este modelo de acuerdo con Grañeras, *et. al.* (2009) tienen las siguientes características:

- Suelen tener un carácter público y social.
- Suelen estar ubicadas fuera de los centros educativos y su implantación es zonal y sectorial. Por tanto, la acción se realiza por expertos externos a la institución educativa.
- Actúan por funciones, más que por objetivos.
- Se centran en resolver las necesidades de los alumnos y las alumnas con dificultades y en situación de riesgo (carácter terapéutico y de resolución de problemas).
- Suelen ser individuales y puntuales (p. 86).

Asimismo, este tipo de modelo no necesariamente se sitúa dentro de una institución educativa, tiene el propósito de reconstruir lo social y lo personal. Nace de la necesidad y las demandas que la sociedad lleva a cabo y se crean estrategias que

promuevan el apoyo a la educación. Se trabaja en equipo con los orientadores, tutores, profesores y la familia.

Una limitante de este modelo es que, al no trabajar directamente con los objetivos, más bien con las funciones, éstas se encuentran predefinidas, además tiene un enfoque terapéutico, lo cual puede tornarse en una intervención descontextualizada.

Modelo de programas

Este último modelo tiene como principales características dirigirse a una comunidad más grande de sujetos, se planifica y desarrolla por un conjunto de profesionales para lograr determinados objetivos, los resultados obtenidos responden a las necesidades educativas detectadas dentro del grupo y favorecen el desarrollo de las habilidades.

Grañeras, *et. al.* (2009) cita a Hargens y Gysbers (1984) para explicar la intervención basada en programas que se fundamenta en cuatro premisas:

1. Los programas de orientación educativa se conciben con características similares a las de cualquier otro programa educativo, por lo que deberán contar con parecidos elementos: objetivos, contenidos, metodología, evaluación, personal profesional, materiales y recursos, actividades y estrategias...
2. Todo programa de orientación debe ser comprensivo, contando con todos los elementos del sistema educativo y debe estar basado en la teoría del desarrollo.
3. Los programas han de tener un carácter preventivo. Por ello, se han de centrar más en desarrollar en el alumnado destrezas y competencias que en remediar déficits o solucionar problemas.

4. Los programas de orientación han de ser siempre fruto del trabajo en equipo, se debe contar con todas las personas implicadas en su desarrollo, a fin de que el programa tenga ciertas garantías de éxito (p. 92).

Es necesario subrayar que este modelo es uno de los más utilizados en el campo de la orientación educativa, en donde se elaboran programas preventivos y no se centran tanto en darle solución a los problemas, informa y crea conciencia en los alumnos para evitar problemáticas.

Se reconoce al orientado como un ser integral en constante desarrollo, se toma en cuenta la elaboración de un programa (taller, curso, manual, etc.) y se realiza de forma similar a la de un programa educativo. Los elementos que destacan dentro del modelo son la detección y planificación.

1.6 La orientación educativa y su relación con la educación emocional y el rendimiento académico

La orientación educativa dentro de una institución de nivel medio superior se considera primordial en la vida de los estudiantes porque requieren desarrollar ciertas habilidades durante su proceso formativo, que les permita conocerse, que los haga sentir apoyados, escuchados y acompañados.

La orientación educativa con ayuda de la educación emocional son la vía para que el sujeto desarrolle sus competencias emocionales a través del autoconocimiento, de igual manera, llevará al estudiante a conocer sus habilidades y aptitudes dentro de la institución educativa y potenciarlas.

En ese sentido, la orientación educativa y la educación emocional tienen un punto de encuentro, el cual es que el sujeto se conozca a sí mismo, lo que conlleva a que

tome decisiones adecuadas cuando se le presente alguna situación y configure un bienestar en su vida.

Las áreas de orientación educativa que se relacionan con la educación emocional y el rendimiento académico son la de procesos de enseñanza y aprendizaje y la de prevención y desarrollo humano, es decir que estas áreas abarcan tanto el aspecto académico como el personal en el sujeto, ambas pueden ser potenciadas con el desarrollo de competencias emocionales.

El área de procesos de enseñanza y aprendizaje tiene el objetivo de ayudar a los estudiantes que presenten dificultades de aprendizaje y barreras que les impidan un rendimiento académico adecuado, a través de esta área se buscan estrategias de acuerdo con la forma de aprender de los estudiantes.

De igual manera, el área de prevención y desarrollo evita que los estudiantes presenten un rendimiento bajo, sin embargo, al promover el desarrollo se potencian las habilidades sociales, habilidades de la vida, el autoconcepto, autoconocimiento, empatía con la finalidad que el alumno se beneficie en el aspecto social, personal y educativo.

Entonces, en este trabajo de investigación se utilizará el modelo por programas, que se encarga de diseñar técnicas y estrategias de prevención que favorezcan las competencias emocionales y al mismo tiempo se potencie el rendimiento académico de los estudiantes de nivel medio superior.

Para concluir, la orientación educativa se entiende como un proceso complejo de acompañamiento al orientado que abarca todos los aspectos, no se centra únicamente en el entorno escolar, ya trasciende con sus áreas y modelos de intervención, en ese sentido abarca las diferentes dimensiones que constituyen al sujeto con la finalidad de formarlo integralmente, es decir que tenga habilidades,

conocimientos, aptitudes y todo aquello que necesite para tener un bienestar en su vida.

La falta de competencias emocionales es un tema complejo porque las personas no nacen con dichas competencias, se deben desarrollar y potenciar durante el ciclo vital de los sujetos, sobre todo en la etapa de la adolescencia, debido a que el adolescente se encuentra en un estado de crisis que le puede causar diferentes problemáticas en su vida, entre ellos que tenga un bajo rendimiento académico que posteriormente se concrete en rezago o deserción escolar.

Al respecto de la etapa de la adolescencia a continuación se explica de manera amplia en el siguiente capítulo con la intención de profundizar en las características del sujeto de esta investigación.

CAPÍTULO II

LA ADOLESCENCIA

En el presente capítulo se brinda una amplia mirada sobre el sujeto protagonista de esta investigación, esto con la intención de comprenderlo de manera profunda.

Por tal razón, se explica el concepto de la adolescencia desde varios autores, después se centra en la etapa de la adolescencia tardía; explicando algunas de las características tales como los cambios físicos y emocionales y por último se aborda la crisis de identidad por la que atraviesa el adolescente.

2.1 ¿Qué se entiende por adolescencia?

La adolescencia es una etapa de desarrollo del ser humano en donde va creciendo y cambiando, como en cualquier etapa, se va desarrollando física y moralmente. Todos los cambios por los que transcurre el adolescente le van impactando en su personalidad.

La sociedad y diversos autores denominan a esta etapa como difícil de entender y tratar, es una transición en donde se deja de ser niño y se prepara para ser un adulto.

Para entender el concepto de adolescencia, se toma como referencia diversas concepciones que ayuden a comprender al sujeto con el que se trabajará en esta investigación.

En primer lugar, la Organización Mundial de la Salud (2020) la define como:

[...] el periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años. Se trata de una de las etapas de transición más importantes en

la vida del ser humano, que se caracteriza por un ritmo acelerado de crecimiento y de cambios [...] Esta fase de crecimiento y desarrollo viene condicionada por diversos procesos biológicos y es en el comienzo de la pubertad que marca el pasaje de la niñez a la adolescencia.

Dicho de otra manera, se entiende por adolescencia una fase importante de la vida del ser humano que marca el fin de la infancia y el inicio de la formación de la persona adulta, se experimentan cambios en todos los aspectos de la vida de la persona, el sujeto comienza a cuestionarse sobre su existencia, lo que provoca estar en constante crecimiento y desarrollo.

De acuerdo con Moreno (2007) define la adolescencia como:

[...] momento vital en el que se suceden gran número de cambios que afectan a todos los aspectos fundamentales de una persona [...] De hecho, a lo largo de estos años se modifica nuestra estructura corporal, nuestros pensamientos, nuestra identidad y las relaciones que mantenemos con la familia y la sociedad (p. 13).

Con base en lo anterior, la adolescencia se entiende como una etapa en la que se presentan distintos cambios como los físicos, psicológicos, sociales y emocionales que modifican completamente la forma de percibir el mundo que les rodea, buscando de cierta manera la madurez plena del sujeto y prepararlo para la adultez.

Por otro lado, Flores y Machuca (2013) establecen que “la adolescencia es el tiempo en la vida de un individuo donde se desarrollan nuevas habilidades, y se vuelve posible una vida social más compleja...” (p. 120), con esta definición se establece que durante esta etapa se adquieren diversas habilidades que ayudarán a sobrellevar cualquier situación futura que se le presente.

Entonces, el adolescente se asume como un ser social que comenzará a experimentar nuevas formas de relacionarse con los demás. Al respecto, Eddy (2014) expresa que:

La adolescencia es la etapa del desarrollo que transcurre desde el inicio de la pubertad (aparición de los caracteres sexuales secundarios a raíz de cambios hormonales) hasta la finalización del crecimiento biológico y del desarrollo psicológico y social del individuo, aunque éste seguirá con cierta evolución durante todo el ciclo vital. Su inicio y finalización es diferente en cada individuo, y es más tardía en el varón (p. 14).

En otras palabras, durante la adolescencia cada individuo la vive de diferente manera, hay personas que comienzan con cambios físicos y psicológicos a una edad temprana, y por otro lado las personas que presentan una adolescencia tardía. La pubertad se refiere a la maduración de los órganos sexuales, siendo así el comienzo de esta etapa. Conforme el adolescente va creciendo, van apareciendo nuevos cambios y retos a los que debe enfrentarse.

Esta edad es para muchos considerada como la más crucial, inestable y confusa por la gran variedad de cambios que se presentan, debido que al adolescente se le dificulta distinguir el rol que debe realizar. Dichos cambios tienen repercusiones en la forma de pensar, hablar, sentir y percibir las cosas, aparecen nuevas formas de conocimiento, por lo que se plantea una nueva percepción de su vida.

Sin embargo, la adolescencia no debe verse como un momento al que se le deba tener miedo, padres y maestros deben tener conocimiento sobre dicha etapa y ser empáticos de lo que está pasando con el adolescente en su interior y exterior, por lo que es necesario tomar un papel que beneficie el desarrollo de los estudiantes, logrando mantener un equilibrio y llevar esta etapa de una forma armónica.

2.2 Características de la adolescencia tardía

Se debe tener en cuenta que pubertad y adolescencia son sucesos completamente distintos, Papalia (2009) se refiere a la primera como un “proceso mediante el cual la persona alcanza la madurez sexual y la capacidad para reproducirse” (p. 461) y la segunda es la “transición del desarrollo entre la infancia y la adultez que implica cambios físicos, cognitivos y psicosociales” (p. 461).

La Organización Mundial de la Salud (2015) aborda la adolescencia tardía entre la edad de los 15 a 19 años, misma en la que se sitúa al sujeto de esta investigación.

Durante la adolescencia tardía se presentan características específicas que sirven para identificar y familiarizarse más con esta etapa de desarrollo. Para ello, de acuerdo con Eddy (2014) considera primordial el desarrollo psicosocial y retoma los cuatro hitos a alcanzar durante la adolescencia tardía:

- La lucha por pasar de la dependencia de las figuras parentales, a la independencia.
- Preocupación incrementada por el aspecto corporal en una sociedad donde hay una constante preocupación en este sentido. Pero el interés en el adolescente es sobre todo para tener un aspecto, o imprimir una marca, diferente a la de sus padres, que en la actualidad puede ser a través de los piercings y tatuajes.
- Integración en el grupo de amigos, teniendo este hecho mayor importancia al inicio de la adolescencia para perder fuerza al final del desarrollo psicosocial a favor de una relación individual más íntima con quien compartir pensamientos y sentimientos.
- Desarrollo de la propia identidad (p. 15).

Con relación a lo expuesto anteriormente, el adolescente pretende buscar su independencia por considerarse ya una persona adulta y madura, piensa que él puede sobrellevar su vida sin ayuda de sus padres. Se llega a ese momento de “rebeldía” en donde presenta conductas que están en contra del ideal de sus padres, por ejemplo, empieza el deseo de hacerse perforaciones y tatuajes. Su preocupación por el físico empieza a elevarse, quieren hacerse notar ante las demás personas y encajar en grupos sociales.

El entrar a la adolescencia significa para Castillo (2007) ir ingresando al mundo adulto, por lo tanto, hay un mayor número de exigencias y responsabilidades a comparación de un joven de trece o catorce años con uno de diecisiete o dieciocho. El primero aún depende en casi todo de sus padres, busca su ayuda y protección. Sin embargo, el segundo ya requiere pensar, decidir y actuar por sí mismo, tiene una mejor capacidad de afrontar problemas que le ocurran en su vida.

El adolescente se caracteriza por encontrarse en una etapa de inmadurez en busca de la madurez propia de la edad adulta. Por lo tanto, Castillo (2007) explica que:

La inmadurez del adolescente es la de quien no sabiendo valerse por sí mismo experimenta el deseo, la necesidad interior de hacerlo, y al intentar conseguirlo pone en juego capacidades sin estrenar, es decir, inmaduras. El adolescente corre riesgos, tiene problemas con los mayores, se siente inseguro, fracasa porque ha elevado en muy poco tiempo y de forma considerable el nivel de aspiración en su vida (pp. 42-43).

El joven día con día se enfrenta con situaciones nuevas que lo hacen tomar decisiones, en ocasiones estas pueden no ser las adecuadas y provocar en el sujeto frustración y la creencia que no está haciendo las cosas correctamente. Sería erróneo creer que es un retroceso, más bien hace énfasis a un proceso de crecimiento, de madurez en el adolescente.

2.3 Cambios físicos y emocionales

Los cambios físicos son los primeros que se experimentan de manera visible en los adolescentes porque el cuerpo comienza a desarrollarse y crecer, tomando la forma de una persona adulta. De igual manera, comienza la maduración de los órganos sexuales y se preparan para la etapa de reproducción.

La adolescencia comienza aproximadamente a los 10 años, cuando se empiezan a reflejar los cambios hormonales, lo que se define como pubertad. Estos cambios biológicos surgen de manera distinta en hombres y mujeres.

Como ya se ha explicado, la pubertad es el comienzo de la adolescencia, Papalia (2009) expresa que:

La pubertad es el resultado del aumento en la producción de hormonas relacionadas con el sexo, lo cual ocurre en dos etapas: adrenarquía, que es la maduración de las glándulas suprarrenales, seguida unos años después por la gonadarquía, la maduración de los órganos sexuales. (pp. 463-464)

Cabe resaltar que los cambios de la pubertad que dan inicio a la adolescencia son tan visibles, es decir, se puede diferenciar entre el cuerpo de un niño y un adolescente, además del desarrollo de los órganos sexuales según las hormonas que se liberan, Delval (1994) afirma que:

Cada hormona actúa sobre diversos receptores, por ejemplo, la testosterona (en el caso de los hombres) [...] o el estradiol (en el caso de la mujer). Los cambios que producen estas hormonas influyen en el aumento de la longitud de estos órganos sexuales, su forma y en los caracteres sexuales primarios y secundarios (p. 532).

El hipotálamo junto con la glándula pituitaria son los encargados de todos los cambios físicos por los que atraviesa el adolescente, se ubica en el sistema nervioso central. Jeffrey (2008) cita a Peterson (1988) en su obra *Adolescencia y adultez emergente: un enfoque cultural* donde afirma que:

Los cambios hormonales de la pubertad empiezan en el hipotálamo, que se localiza en la parte inferior del cerebro, debajo de la corteza. El hipotálamo tiene efectos profundos y diversos sobre la motivación fisiológica y psicológica [...]. Además de esas funciones, el hipotálamo estimula y regula la producción de hormonas en otras glándulas, como lo es la glándula pituitaria (p. 34).

A continuación, se muestra una imagen con los cambios físicos que caracterizan a los adolescentes hombres y mujeres de manera más detallada.

Esquema 1: Cambios fisiológicos en la adolescencia

Características femeninas	Edad de primera aparición
Crecimiento mamario	6-13
Crecimiento de vello púbico	6-14
Crecimiento rápido del cuerpo	9.5-14.5
Menarquia	10-16.5
Aparición de vello axilar	Aproximadamente dos años después de la aparición de vello púbico
Aumento en la secreción de glándulas sebáceas y sudoríparas (que puede conducir a acné)	Casi al mismo tiempo que la aparición de vello axilar
Características masculinas	Edad de primera aparición
Crecimiento de testículos y escroto	9-13.5
Crecimiento de vello púbico	12-16
Crecimiento rápido del cuerpo	10.5-16
Crecimiento del pene, glándula prostática, vesículas seminales	11-14.5
Cambio en la voz	Prácticamente al mismo tiempo que el crecimiento del pene
Espermarquia	Cerca de un año después de comenzar el crecimiento del pene
Aparición de vello facial y axilar	Aproximadamente dos años después de la aparición del vello púbico
Aumento en secreción de glándulas sebáceas y sudoríparas (que pueden conducir a acné).	Casi al mismo tiempo que la aparición de vello axilar.

Fuente: (Papalia, 2009, p.465).

Aunado a lo anterior, los cambios primarios característicos de la pubertad que representan el inicio de la adolescencia no son iguales en hombres y mujeres, en cada uno existen variaciones que los diferencian unos de otros. Todos estos cambios se traducen a que el organismo está en su última etapa de desarrollo.

En la adolescencia tardía continúa la maduración fisiológica que inicia en la pubertad, pero sin que éste sea un factor predominante, es decir, disminuye el ritmo de crecimiento físico, el cuerpo va alcanzando la forma propia del adulto. El vello es característico en hombres y mujeres, aunque en los hombres es más notorio, en este momento de la adolescencia ya queda definido si el sujeto tiene barba, vello en pecho, etcétera.

Cabe destacar que, al llegar a la forma del cuerpo adulto, el adolescente genera aceptación a su aspecto corporal y desaparecen las preocupaciones que este le pueda traer, por ejemplo, el adolescente se reconoce y se aprueba si es de estatura alta o baja, complexión delgada o robusta, etcétera. Sobre todo, se evita la comparación de su persona con los demás.

Al mismo tiempo, las emociones juegan un papel muy importante en la adolescencia tardía puesto que se siguen experimentando cambios de humor y estados de ánimo en el adolescente y se ven involucradas en el momento de tomar decisiones, en la rebeldía que aún sigue presente, la búsqueda de una identidad, los problemas con los padres y el tener nuevas responsabilidades.

Al respecto, Goleman, (1995) hace énfasis en el valor de las emociones, afirmando que:

Nuestras emociones, dicen, nos guían cuando se trata de enfrentar momentos difíciles y tareas demasiado importantes para dejarlas sólo en manos del intelecto: los peligros, las pérdidas dolorosas, la persistencia hacia una meta a pesar de los fracasos, los vínculos con un compañero, la formación de una familia. Cada emoción ofrece una disposición definida a actuar (p. 22).

El adolescente irá descubriendo emociones por medio del autoconocimiento y el autoconcepto, vivirá episodios en su vida por primera vez como una traición, desamor, mentiras, temor, incertidumbre, miedo, etcétera. Por tal motivo es fundamental enseñarles a los jóvenes acerca de la regulación emocional y cómo aplicarla en su vida cotidiana.

Es necesario tener en cuenta que no hay emociones malas ni buenas, todas son naturales y se deben vivir por sí solas para saber qué son, cómo se sienten y cómo controlarlas, es parte del crecimiento y desarrollo de las personas, se requieren

experiencias para tener un aprendizaje que posteriormente se aplicará cuando vuelva a suceder un momento similar.

Poncela (2014) explica que en la adolescencia:

Las emociones están a flor de piel. Los jóvenes presentan episodios de enojo, ira, tristeza, depresión, miedo, ansiedad, timidez, etc. Los cambios de personalidad están a la orden del día, además son súbitos, rápidos y sin aparentes excusas o razones, en especial la irritabilidad (p. 452).

Dicho de otra manera, el adolescente está viviendo una montaña rusa de emociones, presentando cambios de humor muy drásticos, en un momento pueden estar tan felices y enseguida estar molestos, es común escucharlos decir la famosa frase “nadie me entiende”, evidentemente, los padres de familia, maestros y cualquier persona adulta que interactúe con adolescentes, deben practicar la empatía, recordar que todos pasan por esa etapa en la vida y ayudarlos a entenderse a ellos mismos.

Respecto a cambios emocionales, Castillo (1978) refiere que “en la maduración afectiva se observa un mayor interés por los jóvenes del otro sexo, unido a la capacidad para salir de sí mismo e ir al encuentro y al trato personal.” (p. 91). Es decir, hay curiosidad e interés por conocer a personas del sexo opuesto, el adolescente piensa en tener una relación y experimentar el romance, despertando los impulsos sexuales.

2.4 Desarrollo cognitivo

El desarrollo cognitivo en los adolescentes se caracteriza por presenciar procesos de pensamiento más complejos y abstractos que se reflejan en la solución de

problemas, toma de decisiones, razonamiento, expresión, comunicación y su atención. Delval (1994) define al pensamiento formal como:

Una capacidad muy sofisticada y poderosa que permite resolver problemas complejos de una forma característica de la ciencia. Pero eso no quiere decir que los sujetos que han alcanzado el nivel de pensamiento formal lo utilicen siempre para resolver todas las tareas que se les presentan (p. 569).

Entonces, el adolescente utiliza un pensamiento complejo, que va desarrollando durante la etapa, para saber enfrentarse a ciertas situaciones en donde se requiera una solución.

Inhelder y Piaget (1955) abordan la adolescencia como un momento en donde ya se cuenta con capacidades intelectuales complejas que les permiten desenvolverse en el entorno que viven:

El adolescente reflexiona sobre su propio pensamiento y constituye teorías. El hecho de que estas teorías sean poco profundas, poco hábiles y sobre todo por lo general poco originales no es importante desde el punto de vista funcional, estos sistemas presentan la significación esencial de permitirle al adolescente su inserción moral e intelectual dentro de la sociedad de los adultos, sin hablar aún de su programa de vida y de sus proyectos de reforma (p. 286).

De esta manera se desarrollan pensamientos acerca de conceptos más elaborados, teniendo la capacidad de lograr desarrollar puntos de vista sobre temas en específico, del mismo modo, responden a debates sobre puntos de vista opuestos. Comienzan a pensar sobre los roles que le surgen como miembro adulto de una sociedad.

Hay diversas teorías que explican el desarrollo cognitivo de los adolescentes, así que se tomará como referente la teoría del psicólogo suizo Jean Piaget (1896-1980) que aborda los procesos de construcción del pensamiento del sujeto para analizar la realidad, los esquemas de pensamiento se basan principalmente en dos funciones: asimilación y acomodación.

En primer lugar, para comprender un esquema Jeanne (2005) explica, de acuerdo con Piaget:

El concepto de esquema se refiere a la estructura básica mediante la que se representa el conocimiento del individuo. Si bien esta noción resulta relativamente abstracta, puede definirse a grandes rasgos como una unidad mental que representa una categoría de acciones o pensamientos similares (p. 188).

En otras palabras, un esquema es la construcción de conocimiento, siempre están en constante cambio y evolución, los cuales ayudan al sujeto a interpretar la realidad; durante la adolescencia los esquemas se vuelven más abstractos y complejos a diferencia de la etapa anterior de la infancia, en donde el niño tiene un pensamiento inductivo, es decir, más general.

Regresando a las funciones del desarrollo cognitivo de Piaget, la asimilación y acomodación, Jeffrey (2008) explica que la “asimilación ocurre cuando la nueva información se altera para que concuerde con un esquema, mientras que la acomodación consiste en cambiar el esquema para adaptarlo a la nueva información” (p. 67).

Estas funciones son indispensables para que el adolescente pueda construir su conocimiento, como señala Piaget (1964) hay cuatro etapas o estadios de desarrollo cognitivo:

1. Sensorio motriz (0-2 años): El conocimiento se da por medio de experiencias sensoriales y objetos que el niño puede manipular, por ejemplo, el agua, las texturas de la comida, juguetes que desarrollan el control de los dedos, la coordinación, etcétera.
2. Preoperacional (2-7 años): En este estadio el pensamiento es egocéntrico, por lo que hay dificultad para entender y aceptar el punto de vista de otras personas.
3. Operaciones concretas (7-11 años): Durante esta etapa, el niño tiene un pensamiento más lógico y coherente con el mundo real.
4. Operaciones formales (11-12 años en adelante): Existe mayor lógica que en el estadio anterior, se comienza a utilizar el pensamiento deductivo y mayor comprensión en ideas abstractas y complejas.

Los adolescentes se localizan en el estadio de las operaciones formales, su pensamiento se ve evolucionado y complejo. Al tomar decisiones piensan en las consecuencias y beneficios que le puede traer, de igual manera, en su institución educativa se desarrollan estrategias y técnicas que le permitan ir enriqueciendo su pensamiento cognitivo.

Por último, dentro de los últimos apartados se han abordado las características de la adolescencia tardía, los cambios físicos y emocionales y el desarrollo cognitivo, a continuación, se explica la crisis de identidad que presenta el adolescente durante esta etapa, derivado de los cambios propios de la etapa, es importante mencionarla porque es parte de su crecimiento y maduración.

2.5 Crisis de identidad

El término identidad se refiere a determinar ser uno mismo, es la noción que se tiene de sí mismo, desde niño se lleva a cabo esta construcción de identidad y es en la adolescencia cuando aparecen preguntas tales como ¿en quién me estoy convirtiendo? o ¿quién soy? Y es ahí donde comienza la búsqueda de identidad.

A continuación, se expone un esquema de acuerdo con Delval (1994) de los niveles de identidad por los que pasa el adolescente, en donde se observa que en todas las etapas aparece una crisis.

Esquema 2: Niveles de identidad

<p>La identidad se refiere a una posición existencial, a una organización interna de necesidades, capacidades y autopercepciones, así como a una postura sociopolítica, entendida en sentido amplio.</p> <p>El nivel de identidad se establece a través de cuatro modos de enfrentarse con el problema de la identidad tal y como se produce en la adolescencia tardía. La clasificación se hace basándose en la presencia o ausencia de un período de decisión (crisis) y la amplitud del <i>compromiso</i> personal en dos áreas: la ocupación y la ideología.</p>	
<p>DIFUSIÓN DE LA IDENTIDAD Crisis incierta, sin compromiso</p>	<p>El individuo no tiene todavía una dirección ocupacional o ideológica, no ha establecido un compromiso.</p> <p>Puede haber crisis, pero no se ha resuelto.</p> <p>Podría cambiar fácilmente su posición, que es inestable.</p>

<p>EXCLUSIÓN (ANULACIÓN) Sin crisis, con compromiso</p>	<p>Personas que están comprometidas con posiciones ocupacionales e ideológicas, pero que no han experimentado una crisis. Las posiciones han sido elegidas por otros (generalmente por los padres), sin que se haya producido una elección propia. Se ha adoptado una posición que no cambiará fácilmente, sobre todo por no desagradar a otros.</p>
<p>MORATORIA En crisis, compromiso impreciso</p>	<p>Individuos enfrentados con los problemas ideológicos u ocupacionales, que están en una crisis de identidad que todavía no han resuelto. Podría cambiar, pero no sabe hacia dónde ni cómo.</p>
<p>LOGRO DE LA IDENTIDAD Con crisis, con compromiso</p>	<p>El individuo ha pasado el período de toma de decisiones y ha resuelto la crisis por sus propios medios. Persigue una ocupación elegida por él mismo, así como objetivos ideológicos propios. No cambiará fácilmente su posición porque considera que su elección es acertada.</p>

Fuente: (Delval,1994, p. 579).

Con base en lo anterior, puede decirse que la identidad es la construcción interna que representa a cada sujeto, es decir, sus creencias, habilidades, pensamientos, acciones, emociones, etcétera, para llegar a percibir de forma adecuada el mundo que le rodea, además de poder percibirse a sí mismo.

Para llegar a formar la identidad se deben pasar por diversas etapas, la adolescencia es el momento en donde se experimentan gran cantidad de cambios

de identidad, hasta lograr llegar a la indicada en donde el sujeto se sienta cómodo e identificado en ese lugar.

Eddy (2014) cita a Erikson (1902-1994) para señalar que en todas las etapas de desarrollo humano influyen diversos factores para atravesar una crisis psicosocial de identidad:

1. **Dimensión comunitaria.** [...]. Se creará una unión entre lo que más o menos le viene dado (fenotipo, temperamento, talento, vulnerabilidad) y determinadas decisiones o elecciones que toma (opción de estudio, de trabajo, valores éticos, amistades, encuentros sexuales), y todo ello dentro de unas pautas culturales e históricas.
2. **Dinámica del conflicto.** El adolescente suele tener sentimientos contradictorios, pasando de sentimientos de vulnerabilidad exacerbado a tener grandes perspectivas individuales.
3. **Período evolutivo personal.** Cada individuo tiene su propio período evolutivo que dependerá tanto de factores biológicos, psicológicos, como sociales.
4. **Modelos recibidos.** Ningún yo se construye de forma aislada. Primero recibirá el apoyo de modelos parentales, y posteriormente de modelos comunitarios.
5. **Aspectos psichistóricos.** Toda biografía está inexorablemente entretejida por la historia que a uno le toca vivir (p. 15).

En dichas etapas se puede observar que para lograr configurar una identidad que abone al bienestar del adolescente, se necesita ayudarlo a reflexionar sobre lo que ya se tiene, lo que falta conocer y a lo que se quiere llegar. En primer término, se

debe estar consciente que desde el momento de nacer ya se cuenta con características predeterminadas, como la familia, el lugar de origen y la genética.

Al comienzo de la adolescencia el abandonar el cuerpo infantil y enfrentarse al cambio corporal y todas las consecuencias que este trae consigo, empuja al joven a darse cuenta de que ya no es un niño y es momento de descubrir nuevas capacidades y responsabilidades ante la sociedad y a sí mismo.

Dicho de otro modo, el adolescente es una persona que se encuentra en desarrollo y en construcción de su identidad, para lograrlo necesita apoyo y comprensión por parte de los adultos que le rodean, tanto en casa como en la escuela. Durante el proceso de identificación aparecen los ídolos, el adolescente copia el modo de hablar, los gestos, el modo de vestir, etcétera (Bloss, P., 1971).

Se entiende que, si los adolescentes adoptan una determinada manera o forma de comportarse, no es mala siempre y cuando esto no afecte su individualidad y su trato hacia los demás.

En relación con la identidad, el autoconcepto se va desarrollando a medida que el sujeto va cambiando, madurando y creciendo. En la búsqueda de identidad, el adolescente recurre a las situaciones que le favorecen y lo hacen sentir cómodo en ese momento, como consecuencia, establece relaciones uniformes y entre iguales, donde ocurre un proceso de identificación más profunda.

En las instituciones educativas, específicamente en el área de orientación educativa de acuerdo con Pereira (2011):

El trabajo con adolescentes se ha revelado útil la elaboración de lo que llamamos el proyecto de vida, que permite al joven aclarar objetivos, recordar logros y enseñarle que la vida de cada cual tiene

que ver con ganar algo y con dejar también algo atrás, en el pasado (p. 49).

El proyecto de vida es una herramienta que guía al adolescente a saber hacia dónde ir, para esto se requiere tener en claro la identidad y el autoconcepto. El formar un plan de vida da la facilidad de seguir objetivos en específico.

Para concluir con este segundo capítulo se puede decir que la adolescencia es el proceso evolutivo más importante porque prepara al sujeto para la vida adulta, para esto, el adolescente debe tropezar, levantarse, conocerse para ir creciendo y madurando.

La etapa de la adolescencia tardía ayuda a situar al adolescente de esta investigación, debido a que para acercarse más a estos sujetos permite entender su manera de percibir el mundo, además al ser una etapa de desarrollo en la vida, como profesionales de la educación resulta importante entenderla para intervenir de manera más precisa.

De esta manera puede decirse que el adolescente debe ir guiado y acompañado en este trayecto de su vida por su familia, y en el caso del contexto escolar, la orientación educativa es el soporte que el joven necesita para apoyarse y desarrollarse integralmente. El círculo social influye de manera importante, ya que el estar involucrado en un grupo de pares hace que la persona se sienta identificada y comprendida.

Todos estos factores físicos, cognitivos y emocionales se ven reflejados en el rendimiento académico de los estudiantes, por eso, en el siguiente capítulo se explicará cómo la educación emocional puede influir en la potenciación del rendimiento académico.

CAPÍTULO III

LA POTENCIACIÓN DEL RENDIMIENTO ACADÉMICO MEDIANTE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

Después de haber explicado las características generales de los adolescentes, así como los factores físicos y emocionales que los compone y la crisis de identidad por la que atraviesan los sujetos de esta etapa, es importante abordar otros aspectos principales en lo que centra el presente trabajo de investigación, el cual es el “rendimiento académico” y la “educación emocional”.

De esta manera, el presente capítulo tiene por objetivo brindar un acercamiento al concepto del rendimiento académico, conocer sus modelos y los factores que intervienen en él, así como el concepto de educación emocional, sus propósitos y competencias.

Una vez abordados los conceptos de educación emocional y rendimiento académico de acuerdo con diversos autores, para cerrar el capítulo se explica cómo la educación emocional puede potenciar el rendimiento académico de los estudiantes.

3.1 El rendimiento académico, su concepto y modelos

El rendimiento académico también es conocido como rendimiento escolar, aprovechamiento académico, desempeño académico, logro escolar o académico, por todos estos conceptos es difícil tener un concepto único sobre el rendimiento.

Por lo anterior, es necesario a dicho rendimiento ubicarlo en el contexto escolar, sin embargo, existen diferentes explicaciones en torno a éste, por ejemplo, Vélez, *et al.* (2016) explica que el rendimiento académico puede ser entendido como una valoración tanto cuantitativa como cualitativa que surge del logro de competencias

que se alcanzan dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje, el cual puede estar influido por diversos factores.

Cabe destacar que, dicho rendimiento es primordial en las instituciones educativas porque en él se ven reflejadas las habilidades y aptitudes de los estudiantes, de forma cuantitativa se observa en las calificaciones obtenidas por medio de la evaluación.

Para Tonconi (2010), el rendimiento académico es "... un indicador que tiene por objetivo medir o ubicar el nivel de aprendizaje alcanzado por un estudiante, en ese sentido representa la eficacia en la consecución de los objetivos curriculares para las diferentes asignaturas" (p.30).

En ese sentido, el rendimiento académico es un acercamiento al aprendizaje de cada estudiante, por lo que tiene como función saber si se lograron los objetivos esperados de las materias.

Al respecto, Chadwick (1979) menciona que el rendimiento académico se expresa "... en las capacidades y características psicológicas de los estudiantes, es decir, es una evidencia de qué tan desarrolladas están dichas capacidades dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje" (p. 31).

Por otra parte, Adell (2002) explica que:

[...]el rendimiento académico es la capacidad que tiene el estudiante de responder a los estímulos educativos que el profesor propicia, en función de los objetivos de un programa, de una asignatura o términos generales de un plan de estudios (p. 45).

Dicho en otras palabras, el rendimiento académico es un indicador cuantitativo que mide el nivel de aprendizaje y conocimientos alcanzados por los estudiantes al

finalizar un período de evaluación, el ciclo escolar o al concluir un tema. El profesor es el guía encargado de transmitir los conocimientos para que se logren los aprendizajes esperados.

Asimismo, Acosta (1998) lo define como “una medida de la capacidad de respuesta del individuo, que expresa de forma estimativa, lo que una persona ha aprendido como resultado de un proceso de instrucción o formación” (p. 22), por lo que es una evaluación que se realiza para comprobar los logros alcanzados en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

Para Edel (2003) el rendimiento académico es “un constructo que incluye aspectos cuantitativos y cualitativos, resultante de los niveles logrados durante los procesos de enseñanza-aprendizaje que incluyen habilidades, los conocimientos, las actitudes y los valores” (p. 13). Como ya se ha explicado, el rendimiento académico está compuesto por estos dos elementos, lo cuantitativo y cualitativo porque al unirse se tiene un acercamiento más preciso sobre el aprendizaje en los estudiantes.

Por consiguiente, el rendimiento académico lo determina el Ministerio de Salvador (MINED, 2002) citado por Bravo (2015) como el:

Nivel de conocimiento alcanzado, es tomado como el criterio para definir el éxito o el fracaso escolar a través de un sistema de calificaciones de 0 a 10 en la mayoría de los centros públicos y privados [...] en la evaluación de sus conocimientos y capacidades (p. 13).

Tomando en cuenta a los autores anteriores, el rendimiento académico no es únicamente un número que engloba los aprendizajes aprendidos, más bien, trata de saber cómo los estudiantes han incorporado dichos conocimientos en su vida diaria

y le sirvan para resolver un problema o entender el mundo que les rodea utilizando sus aprendizajes y habilidades.

Dentro de las instituciones educativas se debe tener en cuenta que el rendimiento académico es un proceso y cada persona lo lleva a cabo de manera diferente y única, dentro de este proceso se deben potenciar las habilidades y capacidades que además sirven para el desarrollo integral de los estudiantes.

Después de haber explicado al rendimiento académico, cabe destacar que existen tres modelos propuestos por Rodríguez (1982): el psicosocial, el ecléctico y el psicológico.

El modelo psicosocial aborda los procesos interpersonales de los sujetos, esto quiere decir que según el tipo de relación que se establezca entre los sujetos de un grupo determinado y las metas u objetivos que se desean alcanzar, el sujeto rescata las experiencias vividas dentro del grupo con los demás integrantes.

Al adentrarse en este modelo se distinguen dos posturas, la primera plantea una mirada externa desde el proceso de aprendizaje del alumno, por medio de la observación en el contexto familiar o escolar, se observan las actitudes y las relaciones interpersonales que tiene el alumno con los demás.

La segunda postura se basa desde la observación interna, el estudiante analiza y le da significado a los diferentes aspectos que le rodean a partir de sí mismo como su familia, amigos, profesores y cómo le afectan o benefician en su rendimiento académico, teniendo como resultado una conducta social.

Siguiendo a Rodríguez (1982) el segundo modelo es el ecléctico, retoma la influencia de las dimensiones estáticas y dinámicas de la personalidad del sujeto, algunas de estas dimensiones son: la inteligencia, el carácter, las actitudes, la motivación, etcétera.

Dicho modelo reconoce al estudiante como un “yo único” que integra y determina su acción dentro del contexto que le rodea, además muestra el papel que juega el sujeto dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje y distingue las características individuales.

Por último, el tercer modelo propuesto por Rodríguez (1982) es el psicológico, en él se establecen los factores aptitudinales y los factores de la personalidad como predictores del rendimiento académico; este modelo se justifica a partir de la inteligencia con la que un estudiante puede resolver una tarea, para ello se utilizan instrumentos, por ejemplo, los test que se utilizan para medir el rendimiento académico.

Los tres modelos mencionados anteriormente recuperan la importancia de la configuración del rendimiento académico para comprenderlo de una manera más conveniente y entender que existen características individuales y factores externos que influyen en él. Debe situarse en un contexto para concebir situaciones que esté pasando el estudiante y le impidan llevar a cabo su proceso de aprendizaje, afectando su rendimiento académico.

3.2 Factores que intervienen en la configuración del rendimiento académico

Ahora bien, después de comprender el concepto y los modelos del rendimiento académico se presentan los factores que intervienen en dicho rendimiento, con el objetivo de tener una mirada más amplia y precisa sobre el rendimiento académico.

Mora (2015) cita a Montero *et al.* (2007) para hacer referencia a los posibles factores que pueden influir en el rendimiento académico de los estudiantes:

- Factores institucionales: las características estructurales y funcionales de cada institución, los horarios académicos, el tamaño de grupos, los servicios de biblioteca, el ambiente institucional, etc.
- Factores pedagógicos: el papel del docente es vital, la metodología o estrategia de enseñanza utilizada, la capacidad de comunicación del profesor, las relaciones entre profesorado-alumnado, el interés y motivación del profesor en la enseñanza, etc.
- Factores psicosociales: las características personales del estudiante como la motivación, la ansiedad, la autoestima en el contexto académico, el interés y nivel de aspiraciones, aptitud intelectual, habilidades sociales y de estudio, intereses de proyección profesional, asistencia y participación en las clases, etcétera.
- Factores sociodemográficos: el sexo del estudiante, el nivel económico familiar, el tipo de centro educativo de procedencia (público o privado), el nivel educativo de los padres, la situación laboral, etc. (p. 1044).

Como se puede observar, actualmente hay una gran cantidad de factores que influyen en el rendimiento académico de los alumnos, no se centra solo en la motivación y sus aptitudes, sino también en factores externos como puede ser la institución educativa, la familia, los amigos, el lugar donde vive, los profesores, entre otros.

El papel del profesor es una pieza clave del rendimiento académico de los alumnos, porque de él depende que las clases y los contenidos aprendidos sean de interés para el alumno, teniendo en cuenta que la metodología de trabajo debe ser planeada de acuerdo con las necesidades educativas de sus estudiantes, donde

ellos puedan sentir que son tomados en cuenta y el maestro realmente tiene el interés de lograr los aprendizajes esperados de su materia.

En relación con los factores psicosociales que son las características que identifican y diferencian a cada estudiante de los demás, se puede encontrar el autoconcepto como una pieza clave para un buen rendimiento académico, Broc (2000) menciona que:

[...] los estudiantes que tienen de sí mismo una representación positiva sobre su propia competencia escolar, tiene mayores posibilidades de alcanzar el éxito académico de lo contrario, aquellas que presentan un autoconcepto negativo, tendrán menos posibilidades de tener éxito en la escuela (p. 21).

Esto quiere decir que, la representación que el estudiante tenga de sí mismo se ve reflejada en su rendimiento académico, una persona que no tiene claro quién es y hacia dónde va, cuáles son sus habilidades y debilidades está sujeta a presentar un bajo rendimiento académico porque no sabe con precisión lo que es capaz de lograr, provocando baja autoestima.

Otro factor personal que se asocia con el rendimiento académico son las habilidades de estudio. Caso y Hernández (2007) aluden a que la "...organización y concentración en el estudio, la capacidad para relacionar nuevos conocimientos con los existentes, la comprensión lectora y la capacidad para autorregular el aprendizaje, son habilidades que correlacionan con el rendimiento académico de los estudiantes." (p. 488).

Por su parte, la familia es otro factor importante porque es el primer y principal grupo socializador del sujeto, la casa es el lugar en donde se recibe la primera educación básica para la vida. Existen diferentes estilos educativos que adoptan los padres hacia sus hijos que traen consecuencias positivas o negativas en sus vidas. De

acuerdo con Arranz (2004) hay cuatro tipos de estilos educativos y son los siguientes:

Esquema 1: La influencia de los diferentes estilos educativos

Padres	Hijos
Democráticos	Alta autoestima Buena actitud y rendimiento escolar Escasos problemas emocionales Problemas de conducta Consumo de drogas
Permisivos	Alta autoestima Escasos problemas emocionales Problemas de conducta Consumo de drogas
Autoritarios	Obediencia y orientación al trabajo Baja autoestima Identidades hipotecadas A veces hostilidad y rebeldía
Indiferentes	Baja autoestima Baja motivación y rendimiento escolar Problemas de conducta y consumo de drogas Alta conformidad ante el grupo

Fuente: (Arranz, 2004, p. 114).

Como se puede observar en el esquema de arriba, los padres al adoptar una forma de educar a sus hijos van a contribuir paralelamente en su desarrollo personal, social, psicológico y educativo. Es conveniente que los padres de familia encuentren

y mantengan un equilibrio al momento de educar, no inclinarse a un solo lado porque esto repercutirá en el rendimiento académico de los estudiantes.

Córdoba (2011) citado en Valles, *et al.* (2013) enfatiza que el rendimiento académico del alumno "... depende positivamente de una familia que tenga papá, mamá y hermanos, pero negativamente si la familia está desestructurada y de un bajo nivel educativo y económico de los padres" (p. 53).

Aunado a lo anterior, una familia conformada por un padre y una madre con responsabilidad de ejercer sus roles, aportarán al seno familiar confianza, amor, comunicación asertiva, motivación, seguridad, valores y todo lo necesario para que sus hijos crezcan en un ambiente adecuado que se verá reflejado en la escuela con su rendimiento académico. Por otro lado, si el estudiante vive en un hogar donde la familia no lo apoya económica y emocionalmente, su rendimiento académico será bajo o deficiente.

Para ampliar lo anterior, de acuerdo con Corsi (2003) citado en Torres (2006) "...el ambiente familiar influye para un aprendizaje sobresaliente en el estudiante, ya que, si existen diferentes disputas, así como violencia intrafamiliar, reclamos y devaluación del estudio, afectará en el estudiante su manera de conducirse dentro del aula escolar" (p. 30).

Por otra parte, las emociones son un factor más que predomina en el rendimiento académico, Ortony (1996) indica que las emociones son "reacciones con valencia ante acontecimientos, agentes u objetos, la naturaleza de las cuales viene determinada por la manera como es interpretada la situación desencadenante" (p. 16).

Existe una secuencia de cuatro componentes básicos en las situaciones emocionales, Philip Rice (1997) lo explica de la siguiente manera:

1. Estímulos que provocan una reacción
2. Sentimientos: experiencia consciente positiva o negativa de la que cobramos conciencia
3. Activación fisiológica producida por las secreciones hormonales de las glándulas endocrinas
4. Respuesta conductual a las emociones (p. 245).

Para ampliar lo anterior, un ejemplo es cuando a un alumno le toca exponer frente a grupo, el primer estímulo que se presenta es la reacción que se puede interpretar como inquietud e intranquilidad, el segundo componente es cuando el alumno siente temor al hablar frente a varias personas y la mirada de cada una hacia él, el tercer componente es la activación fisiológica que se nota por el nerviosismo, tartamudeo, sudoración, ganas de vomitar, etcétera y el cuarto elemento es la respuesta conductual que puede ser en la concentración al momento de exponer.

Los estudiantes pueden responder de diferente manera, dichas reacciones tienen un impacto positivo o negativo en sus vidas. Chabot (2009) señala los resultados de las emociones en el rendimiento académico:

Esquema 2: Impacto de las emociones sobre el rendimiento académico

Impacto negativo	Impacto positivo
Bloqueo Desconexión Ausentismo Pérdida de tiempo Sabotaje	Motivación Interés Compromiso Perseverancia Colaboración

Resistencia	Flexibilidad
Mala comunicación	Apertura de espíritu
Conflictos interpersonales	Compasión
Ausencia de colaboración	Aceptación
Inseguridad	Creativa
	Armonía

Fuente: (Chabot, 2009).

Resulta oportuno comentar que, las emociones negativas son responsables de dificultades de aprendizaje, siendo estas una barrera que impide al estudiante desarrollarse adecuadamente. Por ejemplo, si un estudiante está pasando por una situación en donde sus padres se están divorciando, provocará en él un impacto negativo como el bloqueo, ausentismo o desconexión durante las clases.

Un último factor que incide en el rendimiento académico es la motivación, Williams y Burden (1997) la definen como "...un estado de activación cognitiva y emocional, que produce una decisión consciente de actuar, y que da lugar a un período de esfuerzo intelectual y/o físico, sostenido, con el fin de lograr unas metas previamente establecidas" (p. 128).

Finalmente, existen un gran número de factores que intervienen en el rendimiento académico de los estudiantes de manera positiva o negativa, modificando su proceso de aprendizaje. Cabe resaltar que dentro de este trabajo de investigación el factor emocional toma gran importancia porque se alteran los sentidos y atribuyen cambios fisiológicos y psicológicos en el cuerpo. Es por eso que en el siguiente apartado se explicará el tema de la educación emocional para comprender ampliamente su relación con el rendimiento académico.

3.3 Conceptualización de la educación emocional, propósitos y competencias

Una vez ya definido el rendimiento académico y los factores que intervienen en él es necesario plantear otro aspecto que conforma esta investigación: la educación emocional.

Antes de adentrarse en el concepto de educación emocional, es importante resaltar sus antecedentes que hacen la construcción de una primera noción de ella, es la inteligencia emocional una base fundamental en la historia para la culminación de este concepto.

Se comienza con definir el término inteligencia, para Gardner (1993) es “la habilidad necesaria para resolver problemas o para elaborar productos que son de importancia en un contexto cultural o en una comunidad determinada” (p. 4).

De igual manera, al ligarse el concepto de inteligencia con lo emocional, Salovey y Mayer con base en los estudios que realizaron para mostrar la influencia de las emociones en la vida de los sujetos, replantearon la idea de la inteligencia considerando la dimensión afectiva como un factor que influye en la resolución de conflictos.

Posteriormente, Goleman (1995) retomó los diversos estudios sobre la influencia de las emociones en los sujetos y presentó su libro *Inteligencia Emocional*, en donde la define como:

un nuevo concepto, de amplia significación, que incluye la habilidad para motivarse y persistir frente a las frustraciones, controlar impulsos y demorar gratificaciones, regular los estados de humor, evitar que las desgracias obstaculicen la habilidad de pensar, desarrollar empatía y esperanza, etc. (p. 144 citado en Bisquerra, 2000).

De acuerdo con el modelo que construyó Goleman (1995) para entender de una mejor manera la inteligencia emocional es primordial llevar a cabo las siguientes acciones:

1. **Conocer las propias emociones:** el conocerse a sí mismo va a permitir tener un conocimiento preciso y claro sobre las propias emociones y los sentimientos que se generan ante una situación determinada.
2. **Manejar las emociones:** una vez que se distinguieron y reconocieron las emociones que se experimentan, se debe tener la habilidad de saberlas manejar con la intención de no dañarse a sí mismo y a los demás. Un ejemplo es cuando una persona se encuentra estresada por el tráfico de la ciudad, pero tiene una junta muy importante en su trabajo por lo que debe relajarse con unos ejercicios de respiración para manejar la situación a la que se enfrenta de una forma adecuada.
3. **Motivarse a sí mismo:** la motivación es esencial en todas las personas, cuando una persona se motiva a sí mismo tiene el deseo de superarse personalmente y alcanzar sus objetivos, presenta ganas de crecer y aprender.
4. **Reconocer las emociones de los demás:** en este punto se pone en práctica la empatía. Una persona que es empática es capaz de distinguir y comprender las emociones de los demás y le permite mantener mejores relaciones interpersonales.
5. **Establecer relaciones:** aquí se ponen en práctica todas las acciones anteriores, es decir, una persona que se conoce a sí misma, regula sus emociones, se automotiva y reconoce las emociones de los demás, aprende a implantar relaciones de manera accesible.

Como se puede observar en el modelo de Goleman, parte del autoconocimiento de la persona, lo que siente y piensa, para desarrollar habilidades sociales que le permitirán ser empático y mantener relaciones interpersonales.

Después de contextualizar de forma general la inteligencia emocional como un antecedente a la educación emocional, es momento de adentrarse a ésta última. Cabe aclarar que se considera como un antecedente de la educación emocional, debido a que esta última retoma algunos planteamientos de la primera.

La educación emocional nace por la necesidad de los grandes cambios que experimentaba la sociedad y los estudiantes comenzaban a pasar mayor tiempo dentro de las escuelas, lo que antes solían aprender en otros ámbitos de socialización hoy en día debe brindarlo la escuela.

La educación emocional fue planteada por Bisquerra en el año de 1996, lo que la diferencia de la inteligencia emocional es que ésta se enfoca en el contexto educativo y trabaja junto con los procesos educativos que ocurren dentro del aula. Se hace a un lado el ideal de enseñar únicamente los contenidos curriculares de los planes y programas de estudio.

Bisquerra (2000) en su libro *Educación emocional y bienestar* la define como un:

Proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantea en la vida cotidiana (p. 243).

Esto quiere decir que la educación emocional debe estar dentro del currículo y durante todo el ciclo vital de las personas. En la vida de un estudiante adolescente se presentan infinidad de momentos cruciales en donde se experimentan gran cantidad de emociones y sentimientos, llegando a ocasionar confusión e incapacidad para responder a dichos estímulos. Por eso, la educación emocional se puede plantear como la base para fomentar actitudes positivas para enfrentar diversas situaciones día con día.

Asimismo, para Cappi, G., *et. al.* (2009) la educación emocional es

[...] la base de la educación en valores. Los valores de la solidaridad, el respeto por el otro y la tolerancia se basan en enseñar a los alumnos habilidades y conocimientos tales como reconocer sus propios sentimientos y los de los demás, manejar esas emociones y solucionar los conflictos de forma efectiva (p. 19).

La educación emocional tiene el objetivo de brindar habilidades socioemocionales en la vida de los estudiantes que puedan desarrollar al momento de socializar con las demás personas, y en caso de presentarse algún conflicto este se pueda resolver con ayuda de una adecuada regulación emocional y empatía.

Se debe tener en cuenta que para la educación emocional la cognición y la emoción van de la mano, es decir, son inseparables. De esta manera, se auxilia al estudiante para que resuelva problemáticas dentro y fuera del aula, para así educar a un sujeto integralmente. Las escuelas pueden y deben ser un foro de enseñanza de conocimientos emocionales y sociales y de las habilidades relacionadas. (Cohen, J., 2003).

Los objetivos generales que presenta la educación emocional son los siguientes:

- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones

- Identificar las emociones de los demás
- Desarrollar la habilidad de controlar las propias emociones
- Prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas
- Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas
- Desarrollar una mayor competencia emocional
- Desarrollar la habilidad de automotivarse
- Adoptar una actitud positiva ante la vida
- Aprender a fluir (Bisquerra, 2000, p. 244).

De estos objetivos generales se derivan objetivos más particulares:

- Aumento de las habilidades sociales y de las relaciones interpersonales.
- Disminución de pensamientos autodestructivos, mejora de la autoestima.
- Disminución en el índice de violencia y agresiones.
- Menor conducta antisocial o socialmente desordenada.
- Menor número de expulsiones de clase.
- Mejora del rendimiento académico.

- Disminución en la iniciación en el consumo de drogas.
- Mejor adaptación escolar, social y familiar.
- Disminución de la tristeza y sintomatología depresiva.
- Disminución de la ansiedad y el estrés.
- Disminución de los desórdenes relacionados con la comida (Bisquerra, 2000, p. 245).

Cada uno de estos objetivos parten desde el conocimiento de las propias emociones que busca un desarrollo personal y social de los individuos, estos objetivos no están enfocados totalmente en el contexto educativo, van más allá de un salón de clases.

Mientras que, desde un análisis social se le debe tomar la importancia necesaria a la educación emocional, contemplar que el ser humano día con día atraviesa circunstancias como relaciones de pareja, violencia, depresión, ansiedad, estrés, etc. que "...generan una gran situación de vulnerabilidad emocional e indican un aumento de personas con trastornos emocionales y un elevado consumo de antidepresivos" (Vivas, 2003, p. 6).

Esta educación plantea competencias emocionales que se pueden incorporar a los procesos de enseñanza y aprendizaje, se definen como el "...conjunto de habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales" (Bisquerra, 2003, p. 16).

Delors (1996) propone integrar una serie de competencias en el contexto educativo, en su informe de la Comisión Internacional sobre la Educación para el siglo XXI para la UNESCO, el cual ofrece a todos los países que su educación esté basada en

cuatro pilares básicos: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a ser y aprender a vivir.

Retomando a Bisquerra (2003), las competencias emocionales se clasifican en dos grupos:

- Capacidades de autorreflexión (inteligencia intrapersonal): identificar las propias emociones y regularlas de forma apropiada.
- Habilidad de reconocer lo que los demás sienten y piensan (inteligencia intrapersonal): habilidades sociales, empatía, comunicación no verbal, etc.

Ahora bien, el mismo autor elaboró un modelo de Educación Emocional basado en las siguientes competencias emocionales:

1. **Conciencia emocional:** se refiere a conocer las propias emociones y tener conciencia de ellas, además de comprender el clima emocional de los diferentes contextos en donde participa el sujeto. Para llevar a cabo el desarrollo correcto de esta competencia, se debe transitar por los siguientes aspectos:
 - Toma de conciencia de las propias emociones: percibir con precisión las emociones y sentimientos, identificarlos y etiquetarlos.
 - Dar nombre a las emociones: desarrollar la habilidad para el vocabulario emocional. Dentro de las escuelas es primordial enseñar el currículo de la educación emocional, porque una persona que no identifica sus emociones y no conoce el vocabulario emocional, no tiene las habilidades indispensables para formarse integralmente.

- Comprensión de las emociones de los demás: es la capacidad para percibir con precisión las emociones y perspectivas de las personas que nos rodean, implicando la comunicación verbal y no verbal. Esta habilidad va relacionada con el desarrollo de la empatía.

2. **Regulación emocional:** se entiende como un autocontrol adecuado de las emociones. Tener conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento, encontrar las estrategias convenientes para afrontarlas y autogenerar emociones positivas. Se compone por los siguientes aspectos:

- Tomar conciencia de la interacción entre cognición, emoción y comportamiento: es la capacidad que tiene cada sujeto para tomar conciencia de los estados emocionales y cómo repercuten en su comportamiento; ambos pueden regularse por la cognición.
- Expresión emocional: se refiere a expresar las emociones de forma apropiada, comprende que "...el estado emocional interno no necesita corresponder con la expresión externa, tanto en uno mismo como en los demás" (Bisquerra, 2003, p. 24).
- Capacidad para la regulación emocional: todos los sentimientos y emociones propias tienen que ser regulados. Controlar la impulsividad como la ira, violencia o comportamientos de riesgo y tener tolerancia a la frustración, todo esto para prevenir estados emocionales negativos (estrés, depresión, ansiedad).
- Habilidades de afrontamiento: permite enfrentar emociones negativas con apoyo de estrategias de autorregulación para disminuir la intensidad y duración de dichos estados emocionales.

- Competencia para autogenerar emociones positivas: esta habilidad tiene el objetivo de autogestionar su propio bienestar subjetivo para una mejor calidad de vida, que las personas experimenten de manera voluntaria emociones positivas (amor, alegría, humor) y disfruten de su vida.

3. **Autonomía emocional (autogestión):** dentro de esta competencia se incluyen aspectos que se relacionan con la autogestión personal, los elementos que la componen son:

- Autoestima: tener una imagen positiva de sí mismo, implica la valoración emocional del autoconcepto.
- Automotivación: es la capacidad que tiene uno mismo para alentarse a lograr las metas y objetivos propuestos.
- Actitud positiva: se refiere a la capacidad de automotivarse y tener actitud positiva en la vida; se configura el sentido constructivo del yo (*self*) y de la sociedad. Con ella se afrontan los momentos de tensión y frustración para solucionarlos con una visión positiva.
- Responsabilidad: es la intención de implicarse en comportamientos seguros, saludables y éticos. Asumir la responsabilidad en la toma de decisiones, sean positivas o negativas.
- Análisis crítico de normas sociales: es el análisis de las normas de convivencia y formas de ser que se presentan en el entorno social.
- Buscar ayuda y recursos: se refiere a evaluar los recursos disponibles con los que se cuenta en caso de necesitar ayuda.

- Autoeficacia emocional: el individuo se ve a sí mismo como se siente que se quiere sentir. Uno acepta su propia experiencia emocional, se sustenta de acuerdo con las creencias del individuo sobre lo que significa un balance emocional deseable. Uno vive acorde con “su teoría personal sobre las emociones”.

4. **Inteligencia interpersonal (competencia social):** es la capacidad para sostener relaciones con los demás. Se compone por:

- Dominar las habilidades básicas: involucra escuchar, saludar, despedirse, dar las gracias, pedir un favor, pedir disculpas, etc.
- Respeto por los demás: es la intención de aceptar y valorar las diferencias individuales y grupales.
- Comunicación receptiva: capacidad para comprender el lenguaje verbal y no verbal.
- Comunicación expresiva: es la capacidad que se tiene para iniciar y mantener conversaciones, expresar correcta y precisamente los sentimientos y emociones; además, hacer que los receptores capten el mensaje.
- Compartir emociones: poseer la conciencia que permita reconocer y expresar las emociones de manera sincera.
- Comportamiento prosocial y cooperación: capacidad de saber esperar turno, sostener actitudes amables y de respeto a los demás.
- Asertividad: representa mantener un equilibrio entre la agresividad y la pasividad, saber decir “no” ante situaciones que no los hace sentir

seguros. Capacidad para defender y expresar los propios derechos, opiniones y sentimientos.

5. **Habilidades de vida y de bienestar:** competencia que adopta los comportamientos apropiados y responsables para la solución de problemas personales, familiares, profesionales y sociales, potenciando el bienestar personal y social. Para desarrollar dichas habilidades se requiere:

- Identificación de problemas: es la capacidad de identificar situaciones conflictivas que requieren una solución y toma de decisiones; evaluar riesgos, barreras y recursos.
- Fijar objetivos adaptativos: habilidad para determinar objetivos positivos y realistas en los diferentes contextos de la vida del sujeto.
- Solución de conflictos: es la capacidad para hacer frente a conflictos sociales e interpersonales, proporcionando soluciones positivas e informadas.
- Negociación: parte de poner en práctica la empatía para resolver problemas, tomando en cuenta la perspectiva y los sentimientos de los demás.
- Bienestar subjetivo: se refiere a gozar conscientemente de bienestar subjetivo y transmitirlo a los demás.
- Fluir: Lograr crear experiencias óptimas en la vida profesional, académica, personal y social.

Es necesario destacar que dichas competencias no son sencillas de formar, es todo un proceso que se debe llevar para educar a un sujeto de manera integral, capaz

de reconocer sus propias emociones positivas y negativas y aprender a regularlas, al mismo tiempo usar correctamente el vocabulario emocional. Estas habilidades se necesitan para convivir de una manera óptima con las demás personas.

De esta manera se puede decir que el desarrollo de competencias emocionales en los estudiantes adolescentes les brinda la posibilidad de tener una educación en donde no solamente se preocupen por el desarrollo de habilidades relacionadas con la dimensión cognitiva, sino también con la afectiva y de este modo se eduque de manera más integral.

En otras palabras, la educación emocional al mismo tiempo que le ayuda al estudiante a ocuparse por construir esquemas de pensamiento más precisos, también lo hace por conocer lo que siente al momento de aprender.

A continuación, se expone cómo funciona la educación emocional para potenciar el rendimiento académico de los estudiantes.

3.4 La educación emocional para potenciar el rendimiento académico

Después de haber explicado al rendimiento académico y la educación emocional, así como también los objetivos y competencias de esta última, es momento de adentrarse en la relación que tienen ambos y cómo esta educación puede ser utilizada para potenciar el rendimiento académico.

Existen investigaciones que se han realizado sobre el aspecto emocional y cómo contribuye en el proceso de enseñanza y aprendizaje. De esta manera Greenberg (2000) afirma que “si se quieren enseñar habilidades necesarias para la educación emocional será obligatorio que, dentro de las escuelas, y al mismo tiempo en los hogares, se promueva un entorno emocional que ayude a las personas a desarrollarse emocionalmente” (p. 40).

Por su parte, Elías, Hunter y Kress (2001) destacan tres condiciones necesarias para desarrollar el aprendizaje social y emocional en las escuelas, entre ellas la principal es:

Las escuelas deben concebirse como comunidades de aprendizaje, donde el aprendizaje emocional esté integrado con el académico. El consenso, la colaboración y la no culpabilización son los principios que guían a estas instituciones. Estos principios nutren un clima escolar positivo que muestra a profesores, padres y estudiantes trabajando juntos para promover el aprendizaje. Estas escuelas se caracterizan, al estar centradas en las relaciones y los procesos sociales, por un aprendizaje significativo para la vida de los niños más que para aprobar exámenes (p. 138).

La educación tradicional se ha centrado principalmente en valorar la inteligencia de las personas, basándose en lo cognitivo y en una calificación para que el sujeto se vaya adentrando a la sociedad, dejando en un segundo término educar el aspecto emocional.

De las diversas investigaciones que se han realizado acerca del impacto emocional en el aprendizaje, Extremera y Fernández (2004) señalan que hay cuatro aspectos con los que se puede mostrar una relación con la educación emocional:

1. Déficit en los niveles de bienestar y ajuste psicológico del alumnado.
2. Disminución en la cantidad y calidad de las relaciones interpersonales.
3. Descenso del rendimiento académico.
4. Aparición de conductas disruptivas y consumo de sustancias adictivas.

Como se puede observar, uno de los puntos que se menciona tiene que ver con la relación entre el rendimiento académico y la educación emocional, dentro de este trabajo de investigación ese aspecto es de interés central.

Berrocal (2008) afirma que un estudiante aprende mejor si "...se desarrolla la parte emocional junto con la racional debido a que en esta última se genera la motivación y el gusto por aprender [...], las emociones tienen un papel importante en los procesos de enseñanza y aprendizaje" (p. 34).

Como ya se ha explicado, las emociones van a posibilitar que los estudiantes interactúen de mejor forma con sus compañeros, al desarrollar las competencias emocionales tendrán mejores relaciones interpersonales y se formarán ambientes de aprendizaje que beneficien el rendimiento académico.

Las calificaciones y el promedio no son los únicos factores que miden en su totalidad el rendimiento académico, son una ventana que permite ver una pequeña parte del panorama por el que está atravesando el estudiante. Es decir, los sujetos que presentan un grado mayor de bienestar emocional son competentes a tener un claro concepto sobre sí mismos, identificar sus emociones y las de sus compañeros, regular sus emociones y emplear estrategias para resolver conflictos de forma óptima.

Al integrar la educación emocional dentro de las instituciones educativas de nivel medio superior será un medio que favorezca el rendimiento académico de los estudiantes, ya que este último y la educación emocional van de la mano porque uno influye sobre otro. Por ejemplo, un alumno que esté pasando por problemas familiares se verá reflejado en la atención que presta en las clases, entrega de tareas, exámenes, desinterés en los temas, etcétera.

La educación emocional ayudará al estudiante por medio de estrategias a encontrar solución a las situaciones que actúan como barrera que le impiden aprender

adecuadamente, al mismo tiempo que se conoce a sí mismo y sus limitaciones, habilidades y aptitudes.

Pérez y Castrejón (2007) investigaron sobre la relación que existe entre las emociones, el cociente intelectual y el rendimiento académico, lograron encontrar en varios estudiantes las habilidades que están directamente relacionadas con el rendimiento académico.

En efecto, los mismos autores consideraron tres puntos importantes "...el número de asignaturas, el número de aprobados y las evaluaciones; los resultados que obtuvieron muestran que los estudiantes que tienen más desarrollada la parte afectiva tienen mayor rendimiento" (p. 57).

Es de suma importancia resaltar que una escuela que integra a su currículo la educación emocional posee un equilibrio entre lo afectivo y lo cognitivo de sus estudiantes, teniendo como resultado que éstos vean a la escuela como un lugar seguro al que le guste asistir voluntariamente y no lo vea como una obligación.

Por supuesto que la educación emocional debe comenzar a enseñarse de manera intencionada desde el seno familiar y se desarrolle desde una edad temprana, así el sujeto contará con las herramientas básicas cuando ingrese al contexto escolar.

A manera de conclusión de este capítulo, se ha explicado que adquirir únicamente los conocimientos implementados en los planes y programas escolares de la educación tradicional no son suficientes para lograr un éxito académico y en consecuencia en la vida de los sujetos, es ahí donde se requiere llevar a la práctica el desarrollo de la dimensión afectiva para abonar al bienestar emocional, en consecuencia el rendimiento académico de los estudiantes se potencie y al mismo tiempo se mejore la convivencia escolar.

La educación emocional surge de los diferentes modelos de la inteligencia emocional, tuvo como impulsor a Rafael Bisquerra en el año de 1996, enfocándose principalmente en el contexto escolar y planteando la importancia de la dimensión emocional como complemento de lo cognitivo.

En ese sentido, los factores indispensables para llevar a cabo la educación emocional son: conciencia y vocabulario emocional, autoconcepto, autoestima, toma de decisiones, actitud positiva, relaciones interpersonales, empatía, reconocimiento de las propias emociones y de los demás.

Aunado a lo anterior, se proponen cinco competencias dentro de la educación emocional: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, inteligencia interpersonal y habilidades de vida y de bienestar.

Entonces, se logra entender que la educación emocional es una parte fundamental dentro del aula escolar que interviene en los procesos de enseñanza y aprendizaje, además de potenciar el rendimiento académico de los estudiantes.

CAPÍTULO IV

UNA MIRADA AL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE SEXTO SEMESTRE DE NIVEL MEDIO SUPERIOR

En el presente capítulo se expone la investigación de campo que se llevó a cabo con los alumnos de tercer año de nivel medio superior del Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios (CETIS) número 49, para comprender a desde este contexto el problema relacionado con el bajo rendimiento académico.

Por lo anterior, se parte de la descripción del contexto donde se llevó a cabo la investigación, después se explica la estrategia metodológica utilizada, así como la descripción de los informantes a los que se les aplicaron los instrumentos.

Finalmente se presenta la descripción y la interpretación de los resultados obtenidos mediante la aplicación del cuestionario a los alumnos de los grupos de sexto semestre del CETIS 49, turno vespertino.

4.1 Descripción del contexto

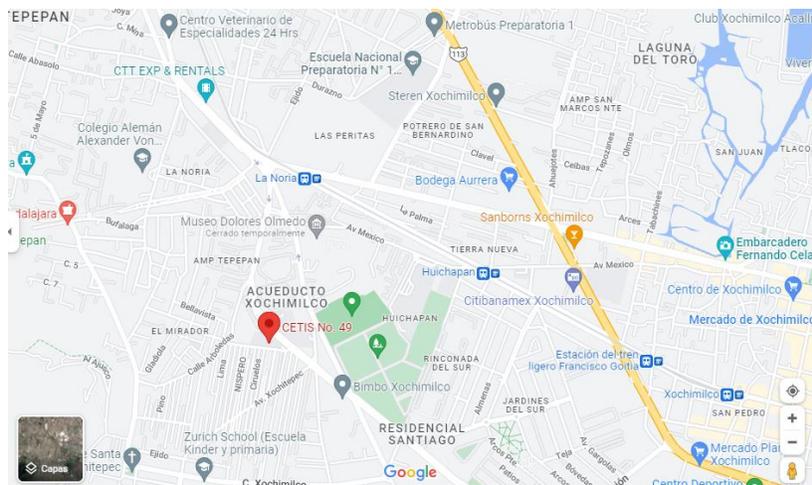
La investigación de campo se llevó a cabo dentro del Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios (CETIS) 49 Profa. María Patiño Vda. de Olmedo, ubicado en la alcaldía Xochimilco al sur de la Ciudad de México, a continuación, se presenta el mapa espacial de dicha alcaldía en la que se encuentra la institución escolar.



Fuente: (Google, 2022).

Para conocer el contexto general del CETIS 49 puede decirse que se ubica en una avenida principal y a los alrededores varias instituciones educativas como el CETIS 39, Colegio de Bachilleres Plantel 13, CONALEP Xochimilco y la Escuela Nacional Preparatoria N° 1, además a unos metros hay tiendas de supermercado y lugares de entretenimiento, por lo que es una zona muy concurrida y segura.

La dirección exacta es Av. Acueducto 95, Ampliación Tepepan, Xochimilco, CP. 16030, Ciudad de México, como se muestra en el siguiente mapa.



Fuente: (Google Maps, 2022).

Al estar en una zona céntrica, hay varias rutas de transporte público como los camiones, Metrobús y Tren Ligero, como ya se había mencionado en el párrafo anterior es una zona escolar, por lo que está rodeada de papelerías, cafés internet, cocinas, panaderías y tiendas de abarrotes.

Esto permite que la escuela sea de fácil acceso y con una dinámica socialmente amplia.

La escuela cuenta con:

- 2 edificios de 3 niveles cada uno
- Cafetería
- Más de 30 salones
- Cancha de basquetbol y fútbol
- Áreas verdes
- Cabina de radio
- Salas de computación
- Set de televisión
- Biblioteca
- Auditorio
- Servicio médico
- Papelería
- Estacionamiento

Es una escuela de doble turno, el matutino comienza a las 7:00 am y concluye a las 14:00 pm, por su parte, el vespertino tiene un horario de 14:00 a 21:00 horas.

4.2 Estrategia metodológica

Para el desarrollo de esta investigación se construyó una estrategia metodológica con base en el objetivo, el cual es: *Analizar la relación entre la Orientación Educativa*

en los procesos de enseñanza y aprendizaje, la educación emocional y el rendimiento académico en los estudiantes de nivel medio superior del sexto semestre. Asimismo, permitió analizar de forma teórica los temas principales que se relacionan con la problemática, también se utilizaron técnicas para la recolección de datos.

Como ya se ha explicado, la investigación como la problemática se situó en el Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios (CETIS) Profa. María Patiño Vda. de Olmedo número 49, ubicado de la alcaldía Xochimilco en la Ciudad de México en el turno vespertino.

Esta investigación se desarrolló con una perspectiva cuantitativa, de acuerdo con Hernández, Fernández y Bautista (2014) se recolectan datos e información que con base en la medición numérica y el análisis estadístico se pueden establecer pautas de comportamiento o explicar situaciones.

Algunas características que presenta la investigación con enfoque cuantitativo son que los análisis se interpretan a la luz de las predicciones iniciales y de estudios previos, para la interpretación constituye una explicación de cómo los resultados encajan en el conocimiento existente (Creswell, 2013, citado por Hernández, Fernández y Bautista, 2014).

De esta manera, con el enfoque cuantitativo se logró investigar los problemas planteados, así como los factores que intervienen en el rendimiento académico de los alumnos de sexto semestre. La investigación parte de un supuesto que se concretó en una pregunta de investigación, misma que ayudó al desarrollo de este trabajo.

Cabe aclarar que, aunque sea una investigación de tipo cuantitativa, para la selección de los informantes no se utilizó ningún estadístico de prueba, debido a que fueron seleccionados por conveniencia.

Tampoco se pretendió construir generalizaciones sobre la problemática, ya que solamente se construyó una postura clara frente a la misma para derivar en conclusiones.

De esta manera, de acuerdo con el enfoque elegido se construyó el cuestionario, mismo que no tuvo la finalidad de medir, sino describir las diferentes competencias emocionales, habilidades y actividades de estudio que están presentes en dichos estudiantes.

En relación con los niveles de análisis, se describió, explicó, comprendió y se relacionó la importancia de la Orientación Educativa en los procesos de enseñanza y aprendizaje para potenciar el rendimiento académico y su relación con la educación emocional en alumnos de sexto semestre del nivel medio superior, con el objetivo de potenciar dicho rendimiento.

El nivel descriptivo hace referencia a “especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis”. (Hernández, Fernández y Bautista, 2014, p. 92). En esta investigación se realizó una descripción y explicación de la etapa adolescente y los componentes que intervienen en el rendimiento académico de los estudiantes de nivel medio superior.

Para el nivel relacional se tiene que “asocia dos o más variables para un grupo o población” (Hernández, Fernández y Bautista, 2014, p. 93). En el caso de la presente investigación, se conoció si existe una relación en los alumnos que presentan desarrolladas las competencias emocionales con su rendimiento académico.

Debido al enfoque de investigación se propusieron las siguientes etapas para su desarrollo: 1) el planteamiento del problema, 2) el diseño de investigación, 3) el

muestreo, 4) la recolección de los datos, 5) los procedimientos de análisis y/o interpretación de los datos.

La primera etapa se refiere a la problemática que se trabajó, en este caso, la falta de educación emocional tiene como consecuencia que el rendimiento académico de los estudiantes se vea afectado.

La segunda etapa consistió en hacer una proyección que permitió diseñar la investigación, es decir plantear objetivos, preguntas de investigación y tópicos, cronograma y aquellos componentes que se enmarcaron en el proyecto de investigación, mismo que fue el punto de partida.

La tercera etapa consistió en los elaborar los criterios para la selección de los informantes.

La cuarta etapa se concretó con la elaboración de categorías y variables que fueron contenidas en un instrumento (que en un primer momento fue piloteado con 15 personas con la intención de validarlo y elaborar las correcciones pertinentes para la aplicación final) el cual ayudó en la recolección de la información.

En ese sentido, dicho instrumento ayudó a desarrollar el estudio de campo; el instrumento que fue aplicado se concretó en un cuestionario con categorías, variables e ítems para analizar la problemática en los alumnos del CETIS 49 de sexto semestre sobre la educación emocional y cómo ésta misma influye en su rendimiento académico.

En la quinta etapa se analizó e interpretó los datos obtenidos durante la recolección de datos con el cuestionario, para identificar aspectos que muestran la relación de la educación emocional y el rendimiento académico de los estudiantes de nivel medio superior.

A partir de estas etapas se abordó la problemática planteada y se elaboraron las conclusiones que destacaron la importancia de la educación emocional en el nivel medio superior y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes.

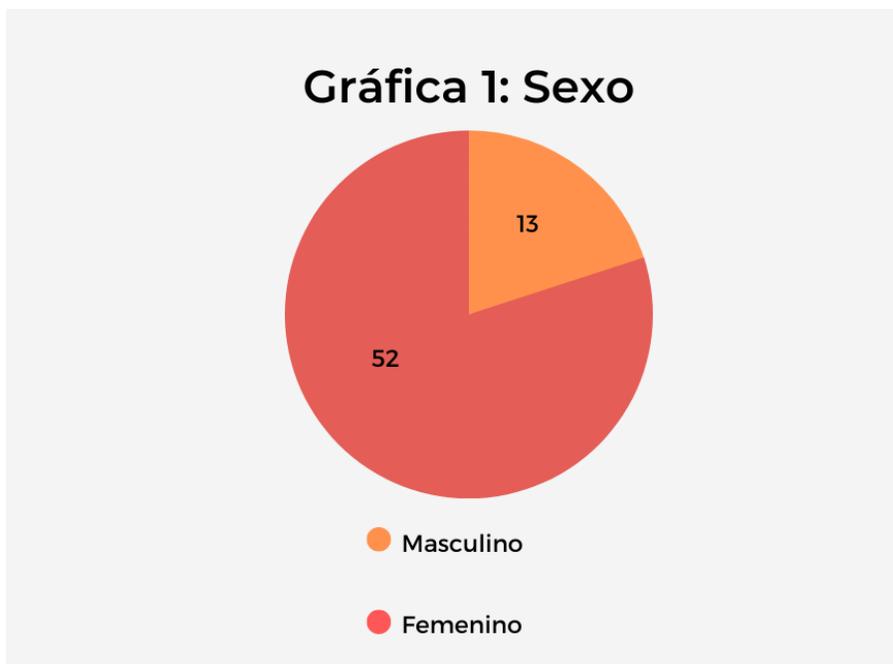
4.2.1 Selección y descripción de los informantes

Para la selección de los informantes y construir evidencia sobre la problemática en torno a la Orientación Educativa en los procesos de enseñanza y aprendizaje para potenciar el rendimiento académico con apoyo de la educación emocional, se consideraron los siguientes criterios:

- Ser alumno del CETIS 49
- Pertenecer al sexto semestre
- Asistir en el turno vespertino

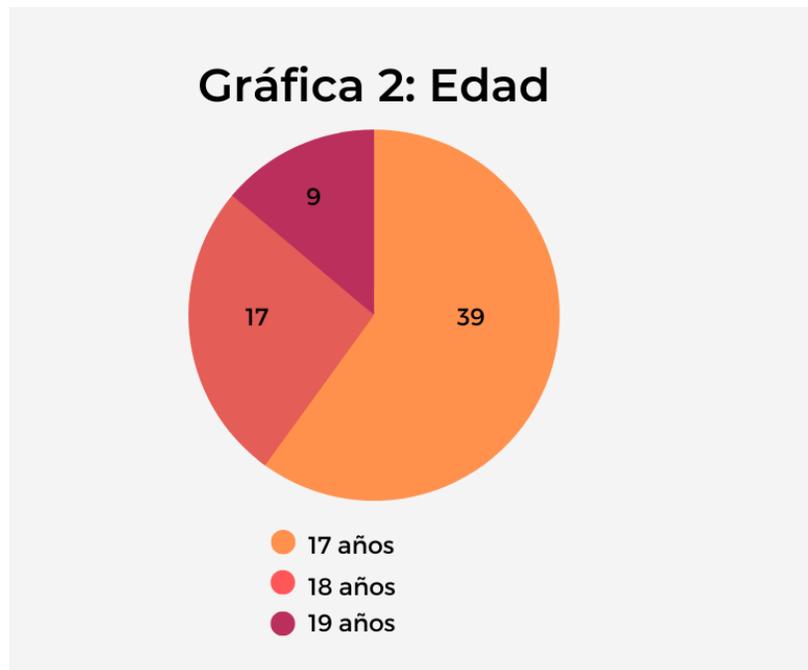
Cabe señalar que el instrumento se aplicó a estudiantes de sexto semestre del turno vespertino de los grupos 6°A y 6°C. Cabe resaltar que la investigación de campo se situó en este grado escolar debido a que es el que corresponde a la etapa de desarrollo humano que se explicó en el capítulo 2.

A continuación, se muestran las gráficas en relación con las características de los participantes de esta investigación.



Descripción: En la gráfica 1 se puede observar que más de la mitad de los alumnos de los grupos 6°A y 6°C pertenecen al sexo femenino, teniendo un total de 52 mujeres y 13 hombres.

Análisis: En relación con la gráfica 1 se concluye que el sexo femenino predominó a comparación del masculino, pero esta gran diferencia no presenta ningún inconveniente, ya que en la presente investigación no se hará un estudio de género, simplemente caracteriza al grupo de informantes.



Descripción: En la gráfica 2 se muestra que la mayoría de los estudiantes a los que se les aplicó el instrumento de investigación tienen 17 años, 17 estudiantes tienen 18 años y los 9 restantes tienen 19 años.

Análisis: De acuerdo con la gráfica 2 se puede observar que los estudiantes que atraviesan el sexto semestre se encuentran en la etapa de la adolescencia tardía, que abarca de los 17 a 19 años, como se ha mencionado anteriormente, esta etapa se caracteriza por presentar cambios en todos los aspectos de la vida del adolescente, lo que conlleva confusión, cambios de humor y crisis de identidad, en ese sentido se hace presente la necesidad de la orientación educativa.



Descripción: En la gráfica 3 se observa que los 65 alumnos que participaron en la investigación de campo pertenecen al sexto semestre del nivel medio superior.

Análisis: De acuerdo con la gráfica 3 se concluyó que los estudiantes de los grupos 6°A y 6°C que apoyaron a contestar el instrumento de investigación con el nombre “¿Qué onda con mi rendimiento académico y mis emociones?” de manera anónima, existe una relación con respecto a la gráfica 2, haciendo hincapié que los estudiantes van de acuerdo con el grado que cursan, así mismo se cumplió con el criterio de selección.

4.2.2 Descripción de los instrumentos y sus categorías

Para lograr los objetivos planteados en esta investigación fue necesario elaborar un cuestionario

Para llegar al objetivo de este trabajo de investigación se diseñó un cuestionario como el instrumento para la recolección de datos, García, T. (2013) lo define como:

un conjunto de preguntas, normalmente de varios tipos, preparado sistemática y cuidadosamente, sobre los hechos y aspectos que interesan en una investigación o evaluación, y que puede ser aplicado en formas variadas, entre las que destacan su administración a grupos o su envío por correo (p. 2).

Asimismo, el cuestionario permitió construir evidencia sobre los factores que intervienen en el rendimiento académico y las competencias emocionales de los estudiantes de sexto semestre, logrando un acercamiento eficaz a la problemática de esta investigación.

Para llegar a la versión final del cuestionario, se realizó un piloteo a 15 sujetos con las características semejantes a la población seleccionada en la investigación, con el fin de conocer si el cuestionario está estructurado de manera óptima, que las preguntas se pueden comprender con claridad y para tener certeza de que las respuestas hayan correspondido con lo que se preguntó, para posteriormente poder aplicarlo.

El cuestionario se estructuró con tres categorías de análisis y sus respectivos ítems que concretaron en 17 preguntas (Véase Anexo 1).

A continuación, se muestra la estructura del cuestionario que se utilizó para la recolección de datos con los alumnos de sexto semestre de nivel medio superior del Cetis 49.

Categoría	Ítems	Preguntas
Datos personales	<ul style="list-style-type: none"> • Sexo • Edad • Grado 	<p>Sexo</p> <p>Edad</p> <p>Grado</p>
Rendimiento académico	1. Promedio	1. ¿Cuál es tu promedio general hasta el momento?

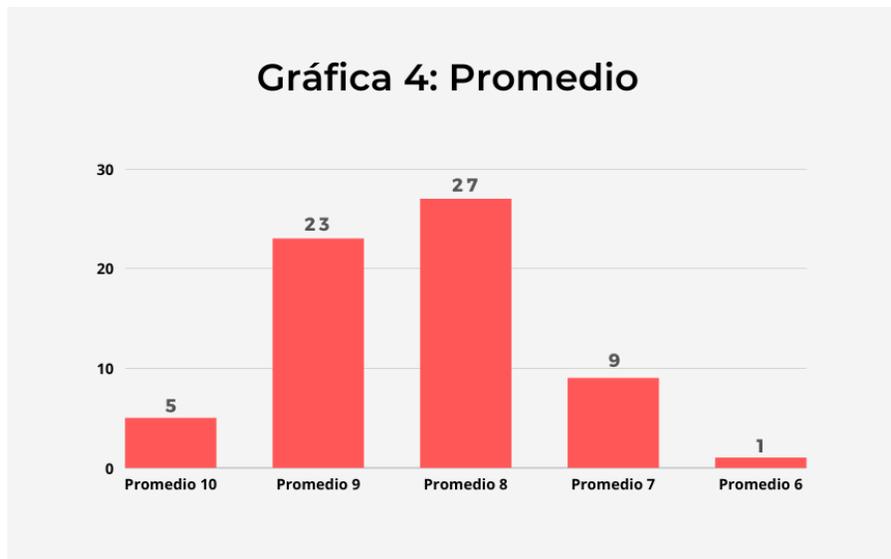
	<p>2. Aprendizaje significativo</p> <p>3. Utilización de recursos para el estudio.</p> <p>4. Habilidades de estudio.</p> <p>5. Influencia de los factores familiares.</p> <p>6. Factores sociodemográficos</p> <p>7. Influencia de la dimensión afectiva</p>	<p>2. ¿Relacionas los conocimientos que ya sabes con los nuevos temas para resolver un examen?</p> <p>3. Selecciona las técnicas que utilizas para elaborar apuntes de los temas que estudias.</p> <p>4. Selecciona las actividades que llevas a cabo para aprender un tema nuevo.</p> <p>5. ¿Logras concentrarte al momento de responder un examen si tienes algún problema familiar? ¿Por qué?</p> <p>6. ¿Actualmente te encuentras trabajando? En caso de que tu respuesta haya sido "SI", ¿lo haces por necesidad o por gusto?</p> <p>7. Cuando te sientes triste por alguna situación ¿te dan ganas de asistir a la escuela y estudiar? ¿Por qué?</p>
--	--	--

Educación emocional	8. Conciencia emocional	8. Cuando te preguntan cómo te sientes, ¿puedes identificar con facilidad las emociones que hay en ti?
	9. Conciencia emocional	9. ¿Puedes identificar tus estados de ánimo con facilidad?
	10.Regulación emocional.	10.Cuando sientes una emoción negativa ¿la expresas?
	11.Regulación emocional	11. Cuando te encuentras atravesando una situación de estrés ¿haces lo posible para calmarte?
	12.Autonomía emocional	12.Cuando se presenta un problema con tus compañeros al momento de elaborar un trabajo en equipo ¿tienes la disposición para solucionarlo?
	13.Autonomía emocional	13. Cuando te sientes enojado, ¿permaneces todo el día con esta emoción?
	14.Inteligencia interpersonal	14. ¿Escuchas y respetas las opiniones de tus compañeros,

		<p>aunque sean diferentes a las tuyas?</p>
	15. Inteligencia interpersonal	15. ¿Reconoces con facilidad cuando un compañero se encuentra enojado y no quiere interactuar con los demás?
	16. Habilidades de vida y de bienestar	16. Cuando te encuentras en un conflicto personal, ¿te bloqueas y ya no lo solucionas hasta que otros lo hacen por ti?
	17. Habilidades de vida y de bienestar	17. Cuando te encuentras con un obstáculo que te impide lograr la meta que te has planteado, ¿buscas la manera de superarlo para alcanzar tu meta?

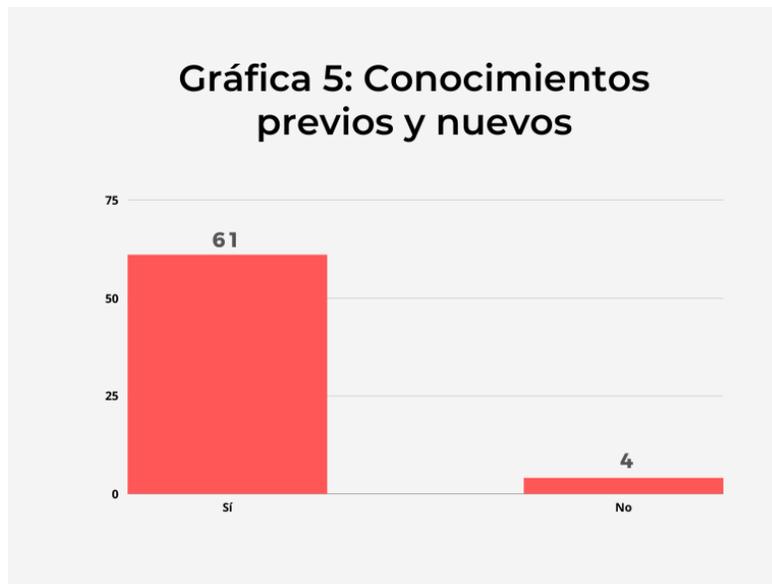
4.3 Presentación y análisis de la información

En seguida se presenta la información sistematizada en gráficas de la aplicación de cuestionarios “¿Qué onda con mi rendimiento académico y mis emociones?” a los alumnos de sexto semestre de los grupos 6°A y 6°C del Cetis 49.



Descripción: En la gráfica se observa que el promedio de 8 es el más frecuente en los alumnos de sexto semestre, le sigue el promedio de 9 con 23 alumnos, después el promedio de 7 con 9 alumnos, en seguida el promedio de 10 con 5 alumnos y por último el promedio de 6 con 1 alumno.

Análisis: En relación con la gráfica 4 puede decirse que los alumnos se encuentran relativamente en un promedio adecuado, sin embargo, los estudiantes que presentan un promedio de 7 y 6 deben estar atravesando por alguna situación que está afectando su rendimiento académico, por ejemplo, problemas familiares, sociodemográficos, económicos, emocionales, etcétera.

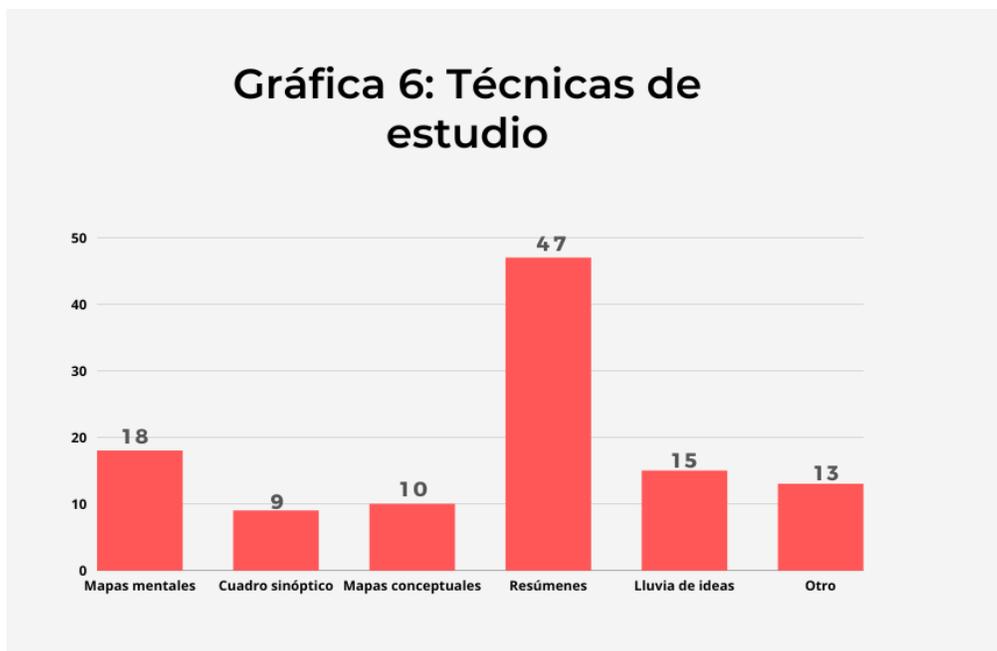


Descripción: En la gráfica 5 se observa que al preguntarle a los alumnos si relacionan sus conocimientos que ya saben con los nuevos temas al momento de resolver un examen, más de la mitad respondió que sí lo hace y solamente 4 estudiantes no hacen esa relación de conocimientos.

Análisis: Con base en la gráfica 5 se deduce que los 61 alumnos que respondieron que sí, asocian los conocimientos que ya poseen con la información nueva para así reajustar ambas informaciones, a este proceso David Ausubel (1963) lo denominó “Aprendizaje significativo”. En ese sentido, la mayoría de ellos aprende significativamente.

Por otro lado, los 4 alumnos que respondieron “no”, no llevan a cabo este proceso de construcción del aprendizaje, por lo que es posible que a partir de no atribuir sentido y significado a los contenidos que estudia, se vea afectado su rendimiento académico.

Gráfica 6: Técnicas de estudio



Descripción: En la gráfica 6 se observa que los alumnos respondieron a la pregunta sobre qué técnicas de estudio utilizan para realizar sus apuntes en la escuela, siendo la respuesta más predominante los resúmenes con 47 alumnos que utilizan esa técnica, 18 los mapas mentales, 15 la lluvia de ideas, 10 los mapas conceptuales, 9 cuadro sinóptico y 13 alumnos tienen otra técnica que les funciona mejor. Cabe resaltar que no especificaron qué técnica de estudio ocupan.

Análisis: De acuerdo con la gráfica 6, más de la mitad de los alumnos utilizan la técnica del resumen para tomar sus apuntes, esto puede ser porque es un recurso básico y general que se ha enseñado desde primaria hasta nivel medio superior, además que no requiere mayor complejidad y es fácil de elaborar.

En segundo lugar, los mapas mentales son otra técnica que más se utiliza por los alumnos, se apoya de imágenes y texto, lo que hace involucrar la imaginación y creatividad de los alumnos al momento de realizarlo.

Por otra parte, la lluvia de ideas, mapas conceptuales y cuadros sinópticos son las técnicas menos utilizadas por los estudiantes, esto puede ser porque su elaboración es más laboriosa.



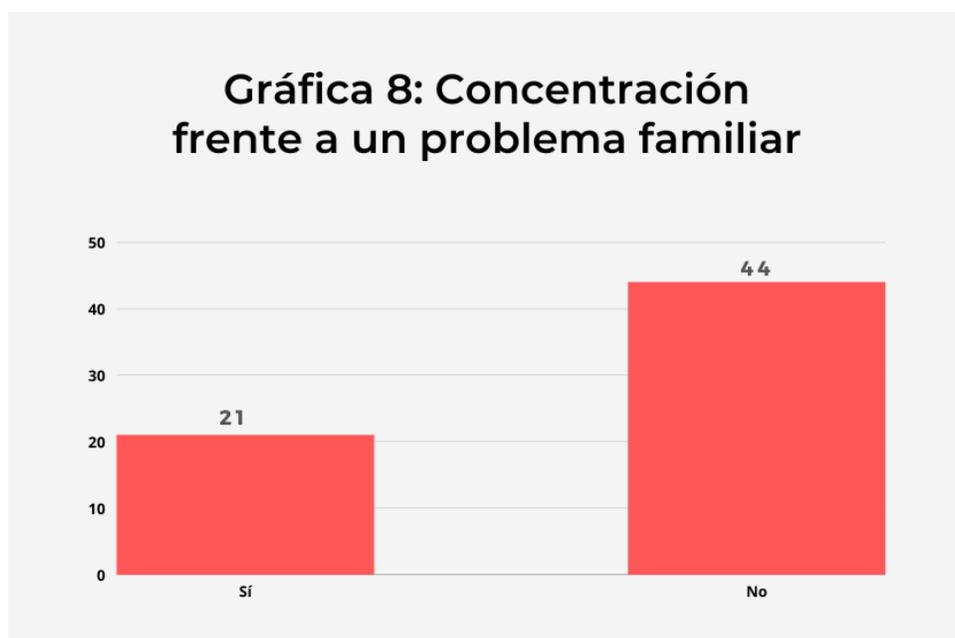
Descripción: En la gráfica 7 se observa, que al preguntarle a los estudiantes por las actividades que llevan a cabo para aprender un nuevo tema, al igual que la pregunta anterior, los estudiantes podían escoger más de una respuesta. 32 adolescentes utilizan los resúmenes, 26 memorizan el tema, 18 analizan el tema y lo descomponen en diferentes partes, 17 reflexionan sobre el tema y 5 prefieren utilizar otra actividad. Cabe aclarar que no especificaron que actividades utilizan para aprender un nuevo tema.

Análisis: De acuerdo con la gráfica 7, la actividad para aprender un tema nuevo que más utilizan los estudiantes es resumir el tema, como en la pregunta anterior, un resumen es una herramienta indispensable y general que rescata las ideas principales de un tema, sin necesidad de agregar toda la información.

La segunda actividad que más se eligió fue la memorización, los estudiantes que cuentan con esta habilidad son capaces de memorizar un tema con el simple hecho de usar el oído y la vista, de igual manera el docente puede utilizar estrategias que favorezcan la memorización y ayude a desarrollarla en alumnos que no la tengan presente, sin embargo, es posible que no le atribuyan significado a lo que aprenden debido a que lo memorizan.

La tercera actividad que se seleccionó fue analizar el tema y descomponerlo en diferentes partes, aunque puede ser un poco más laborioso que un resumen, la persona que lo realicé tiene una mejor claridad del tema y aprender significativamente.

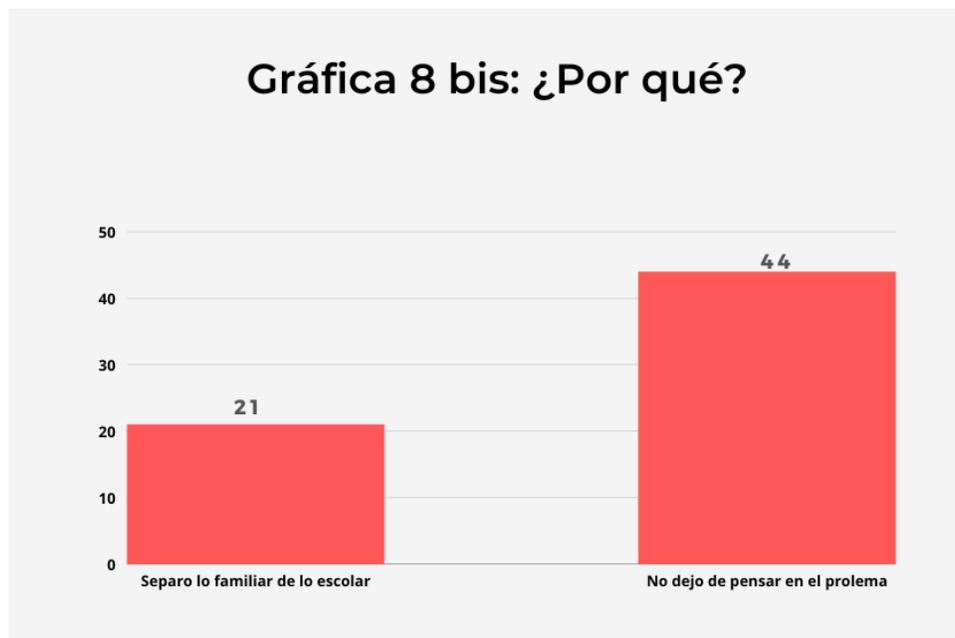
Por último, la reflexión es una actividad mental que se utiliza para analizar profundamente un tema, empleando argumentos, puntos de vista y opiniones, lo cual puede ser un indicador de que los estudiantes aprendan significativamente.



Descripción: La gráfica 8 hace hincapié en la pregunta sobre si el estudiante logra concentrarse al momento de responder un examen si tiene algún problema familiar, 44 alumnos respondieron que no se logran concentrar y 21 que sí lo hacen.

Análisis: En relación con la gráfica 8 puede decirse que la mayoría de los alumnos no logra concentrarse durante un examen porque tuvo un problema familiar que le impide poner atención a lo que se le pregunta en un examen, afectando de forma paralela su rendimiento académico, por lo tanto el contexto familiar puede ser un factor que afecte su rendimiento académico.

Sin embargo 21 estudiantes si logran concentrarse a pesar de las situaciones negativas que este afrontando en su vida, en ese sentido el contexto familiar puede que les afecte poco o nada en su rendimiento académico.

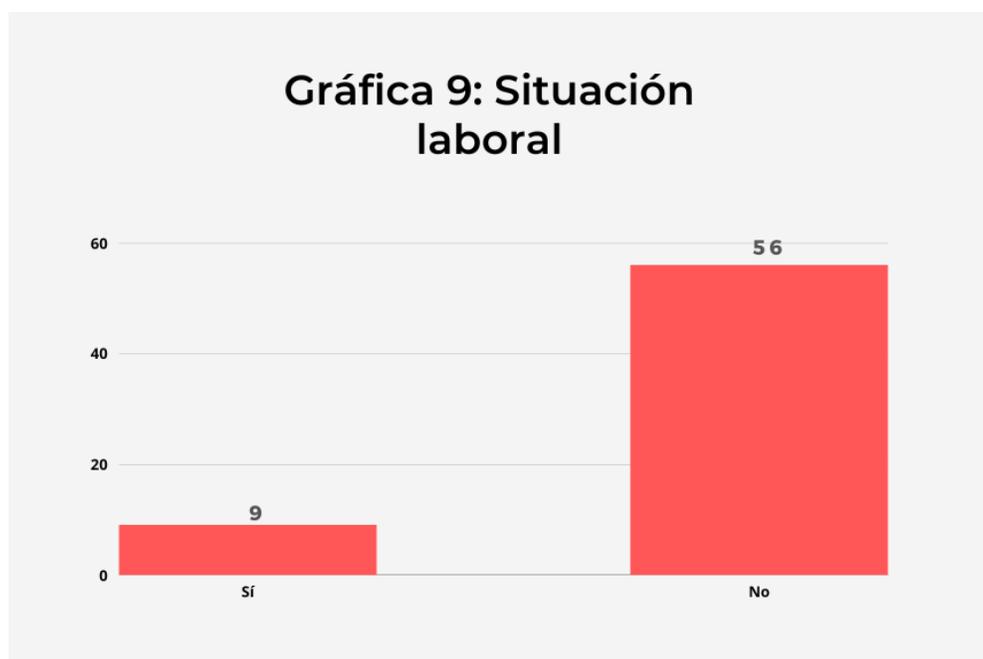


Descripción: En la gráfica 8 bis se puede observar que al preguntarle a los estudiantes el por qué se concentran o el por qué no se pueden concentrar al momento de responder un examen si tuvieron algún problema familiar, 44 alumnos

mencionaron que no pueden dejar de pensar en el problema, mientras que los otros 21 tienen estrictamente separado lo familiar de lo escolar.

Análisis: Como resultado en la gráfica 8 se presentan dos respuestas, la primera en donde los alumnos dicen no poder concentrarse por estar pensando en el problema. Se puede decir que los factores familiares influyen directamente en el rendimiento académico de los estudiantes, como ya se había mencionado en el capítulo 3, una persona que tiene problemas familiares se verá afectada en su desempeño escolar, siendo este una barrera para su aprendizaje.

En el otro lado están 21 estudiantes que respondieron que si se concentran, esto no quiere decir que no les afecten los problemas que ocurran en su casa, más bien que le dan prioridad a lo que están haciendo en ese momento, esto tiene que ver con estudiantes que presentan habilidades emocionales, más adelante se tocará sobre el tema.



Descripción: En la gráfica 9 se les preguntó a los alumnos si actualmente se encontraban trabajando, 56 respondieron que no y solo 9 dijeron que sí, puede verse que es minoría la que está trabajando.

Análisis: De acuerdo con la gráfica 9, un factor sociodemográfico que influye en el rendimiento académico de los estudiantes es su situación laboral, ya que al estar dentro de un ambiente de trabajo puede traer consecuencias como un bajo rendimiento por las horas que se invierten trabajando, cansancio físico y mental, etcétera. Se observa que la gran mayoría de estudiantes no se encuentran trabajando, lo que significa que en esos adolescentes la situación laboral no influye directamente en su rendimiento académico.

Sin embargo, existen 9 alumnos que si trabajan, en la siguiente gráfica se analizará el motivo por el cual están trabajando.



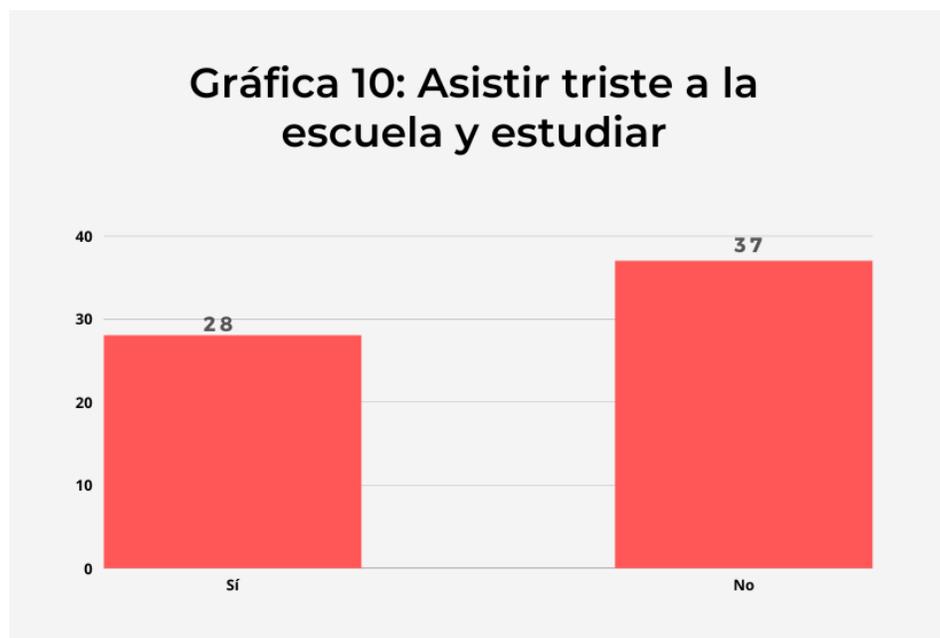
Descripción: En la gráfica 9 bis se les preguntó a los estudiantes que respondieron “sí” a la pregunta anterior si trabajan por gusto o lo hacen por necesidad, de los 9

alumnos que si trabajan se observa que 7 lo hacen por necesidad y los otros 2 lo hacen por gusto.

Análisis: Con base en la gráfica 9, los alumnos que respondieron que trabajan por necesidad puede ser que este sea un factor que afecte su rendimiento académico, debido a la gran presión por la responsabilidad económica y escolar que tienen, evitando dar su 100% en la escuela y estar pensando en llegar a casa a descansar o hacer sus quehaceres.

Por otro lado, los 2 estudiantes que respondieron trabajar por gusto llevan una vida más relajada, nadie los presiona económicamente, al contrario, trabajan porque les gusta ganar su propio dinero y así poderse comprar sus propias cosas sin necesidad de esperar a que sus papás le den dinero.

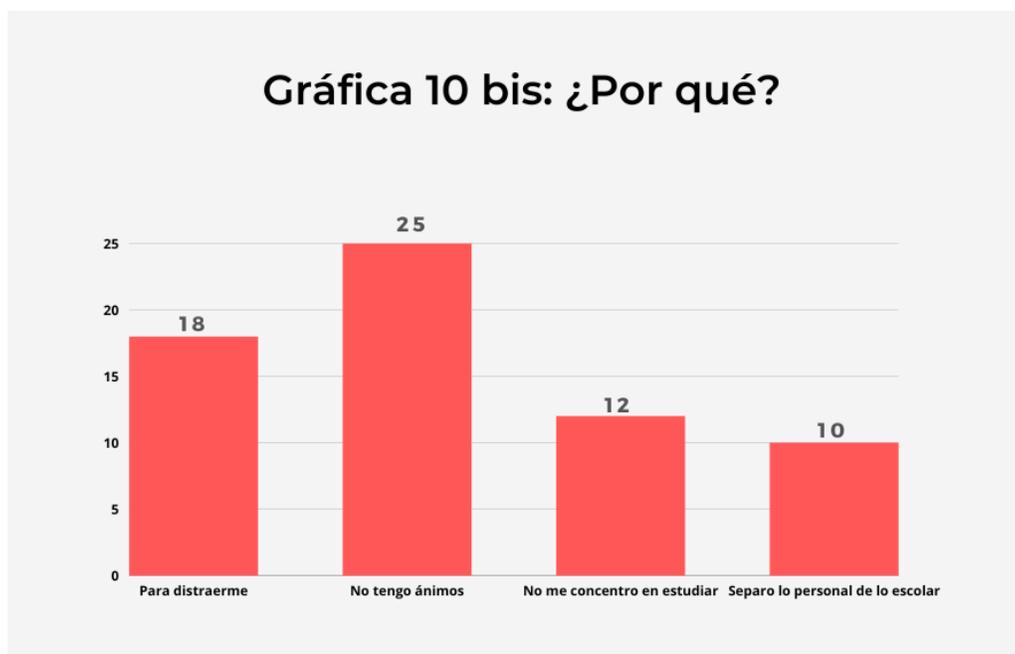
Los estudiantes que trabajan por gusto no deben hacer a un lado la escuela, tampoco romantizar el dinero y mucho menos conformarse, es gratificante aprender a trabajar y ser responsables, pero no se deben olvidar que siguen estudiando.



Descripción: En la gráfica 10 se les pregunto a los estudiantes si cuando se sienten tristes por alguna situación les dan ganas de asistir a la escuela y estudiar, a lo que 37 personas respondieron que no les dan ganas de ir y los 28 restantes respondieron que sí prefieren asistir a clases.

Análisis: Respecto con la gráfica 10 se puede analizar que la influencia de la dimensión afectiva es un factor que influye en el rendimiento académico, los estudiantes que prefieren no asistir a clases por sentirse tristes tienen una mayor probabilidad de perderse un tema nuevo en la escuela lo que hará que su aprendizaje se vea afectado, de igual manera las inasistencias pueden provocar problemas para acreditar una materia.

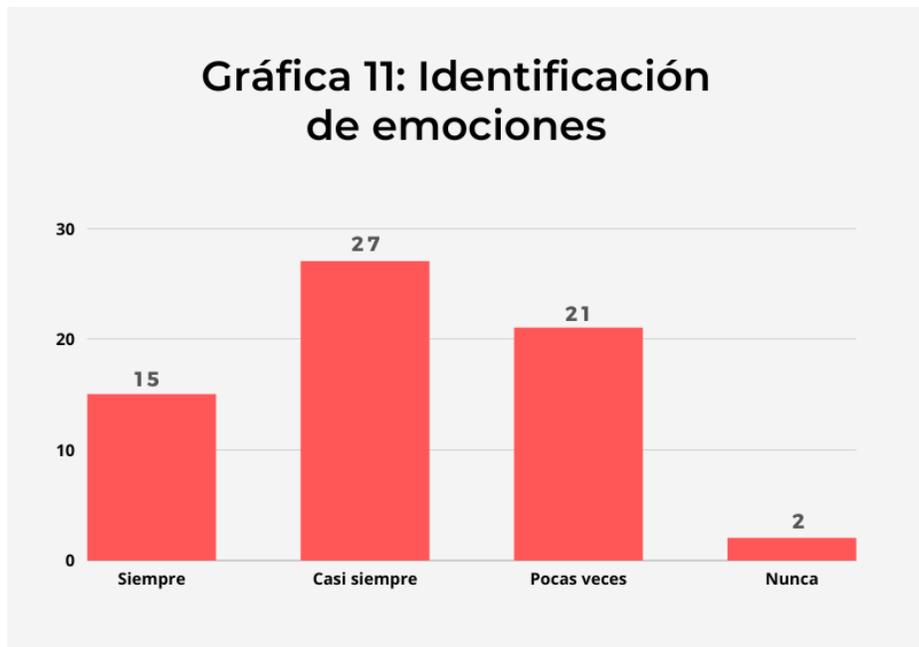
Los 28 alumnos que si prefieren asistir a la escuela puede que tengan una mayor regulación de sus emociones. Por lo que les dan prioridad a sus estudios, se concentran en lo que aprenderán ese nuevo día y la tristeza no afecta su rendimiento académico.



Descripción: En la gráfica 10 bis, al preguntarle a los estudiantes el por qué tienen o no tienen ganas de asistir a clases cuando se sienten tristes 25 respondieron que no tienen ánimos, 18 asisten para distraerse, 12 no asisten porque no se concentran al momento de estudiar y 10 asisten porque separan los problemas personales con la escuela.

Análisis: De esta manera, al observar los resultados obtenidos en la gráfica 10 se puede analizar que de los 37 alumnos que no les gusta presentarse a clases cuando están tristes se reitera la influencia de la dimensión afectiva en el rendimiento académico, como se abordó en el capítulo 3 el impacto negativo de las emociones en dicho rendimiento, por lo que se puede concretar en bloqueos durante la clase, ausentismo, poca colaboración en el aula, desconexión etcétera, por lo que estos alumnos prefieren no asistir.

Por el contrario, los 28 alumnos que asisten, aunque estén tristes se sienten comprometidos por la escuela y su responsabilidad de asistir, además de que la escuela es un lugar en donde se sienten despejados y tranquilos sin estar pensando en la situación que les provocó tristeza. El relacionarse con sus amistades, compañeros y maestros hace que los estudiantes se distraigan y reconfiguren la tristeza por emociones de bienestar.



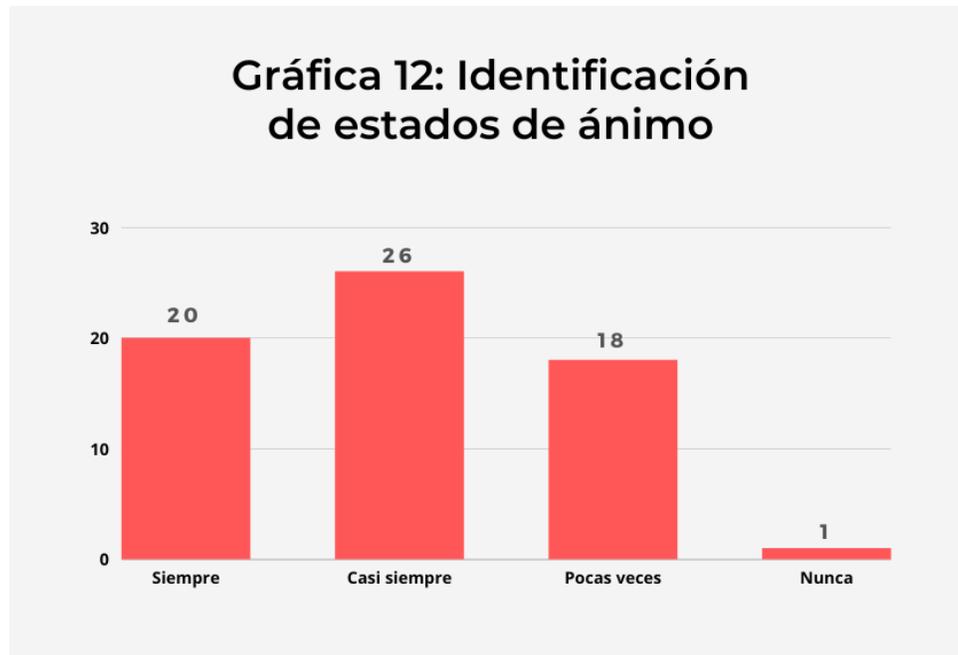
Descripción: En la gráfica 11 se les preguntó a los estudiantes que cuando alguien les pregunta cómo se sienten, ¿logran identificar las emociones que hay en ellos?, a lo que 27 respondieron casi siempre, 21 pocas veces, 15 siempre y 2 nunca.

Análisis: De acuerdo con la gráfica 11, los estudiantes que distinguen siempre y casi siempre sus emociones tienen su conciencia emocional desarrollada, es decir reconocen sus propias emociones, llevan a cabo un proceso hasta llegar a reconocerlas es decir primero perciben sus emociones y sentimientos, después nombran a las emociones y por último comprenden las emociones de los demás.

Los 21 estudiantes que identifican pocas veces sus emociones deben buscar estrategias que ayuden en el desarrollo de la conciencia emocional, de esta manera se hace presente la necesidad de la educación emocional.

Los 2 estudiantes que nunca pueden distinguir sus emociones, con apoyo de la orientación educativa, la educación emocional, maestros y familia se debe guiar a los sujetos hasta lograr que reconozcan sus emociones y las de los demás y consiga

vivir de forma integral para tener relaciones interpersonales duraderas y que abonen a s su bienestar.



Descripción: En la gráfica 12 se respondió a la pregunta sobre si los estudiantes pueden identificar sus estados de ánimo con facilidad, 26 contestaron casi siempre, 20 dicen hacerlo siempre, 18 pocas veces y solo 1 estudiante nunca los distingue.

Análisis: Con base en la gráfica 12 se puede decir que los alumnos que respondieron siempre y casi siempre, tienen conciencia de sus propias emociones, no tienen mayor dificultad para identificarlas, reconocen con facilidad su estado de ánimo por el que están atravesando.

Por su parte, los que respondieron que pocas veces identifican sus estados de ánimo tienen que trabajar primero en el autoconocimiento para conocerse a profundidad, posteriormente distinguir sus estados de ánimo y desarrollar la habilidad para el vocabulario emocional.

El estudiante que nunca identifica sus estados de ánimo además que carece de vocabulario emocional, conciencia de sus propias emociones y autoconocimiento, no presenta habilidades indispensables para formarse integralmente. Sin embargo, no es algo que no se pueda cambiar, al trabajar con estrategias y actividades de educación emocional que favorezcan la conciencia emocional, se puede lograr que el sujeto identifique de forma factible sus estados de ánimo, lo cual le brinde la posibilidad de que no les afecte de manera negativa.



Descripción: La gráfica 13 presenta los resultados a la pregunta de si los estudiantes expresan cuando sienten una emoción negativa, 34 respondieron pocas veces, 11 siempre la expresan, 10 casi siempre lo hacen y 10 estudiantes nunca la expresan.

Análisis: Con relación a la gráfica 13 puede decirse que los alumnos que respondieron hacerlo siempre y casi siempre, tienen la habilidad de la conciencia emocional porque reconocen e identifican estar atravesando una emoción negativa. Sin embargo, se desconoce exactamente el comportamiento que tiene cada uno de

esos estudiantes ante esa emoción, ya que algunos pueden ser capaces de regularse emocionalmente y otros no toman el control de su emoción.

Los 34 alumnos que respondieron hacerlo pocas veces se puede decir que presentan una regulación emocional intermedia, no es prudente guardarse las emociones negativas, siempre debe haber alguna forma de expresarlas, esto no quiere decir que cuando una persona esta enojada se desquite con cualquier individuo que se le atraviese, debe existir una regulación emocional que permita tomar conciencia de la interacción entre cognición, emoción y el comportamiento.

Como se mencionó en el capítulo 3, dentro de la regulación emocional se encuentra la expresión emocional que se refiere a expresar de manera apropiada las emociones.

Los 10 estudiantes que nunca expresan sus emociones negativas deben desarrollar la capacidad para la regulación emocional y tener un control con la impulsividad de la ira, la violencia o comportamientos que pongan en riesgo al sujeto y a los demás para así evitar estados emocionales negativos.

Además de desarrollar la competencia para autogenerar emociones positivas y les posibilite su propio bienestar para una mejor calidad de vida.

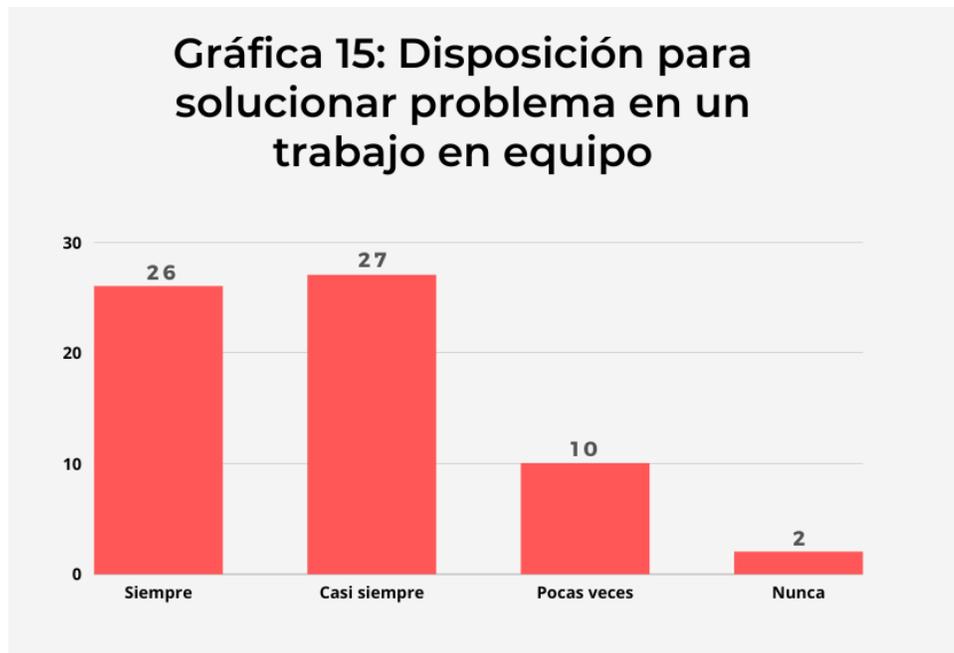
Gráfica 14: Calma ante situación de estrés



Descripción: En la gráfica 14 los estudiantes respondieron a la pregunta si hacían lo posible por calmarse cuando están atravesando una situación de estrés, por lo que 27 dicen hacerlo casi siempre, 18 siempre, 15 estudiantes pocas veces se calman y 5 nunca se logran calmar.

Análisis: De acuerdo con la gráfica 14 se puede explicar que los alumnos que respondieron con siempre y casi siempre poseen la habilidad de regulación emocional ante una situación de estrés, además de que toman conciencia de su estado emocional y controlan su impulsividad. También tienen habilidades de afrontamiento que les permiten enfrentar emociones negativas, lo correcto es aplicar estrategias de autorregulación para disminuir el estrés.

Por el contrario, los estudiantes que respondieron pocas veces y nunca calman su estrés, tienen que poner en práctica la regulación emocional y las estrategias de autorregulación para que dicho estado emocional dure menos y en caso de que se vuelva a presentar una situación similar, el estudiante aplique las estrategias que mejor se adecuen a su persona y en consecuencia no se afecte su rendimiento.

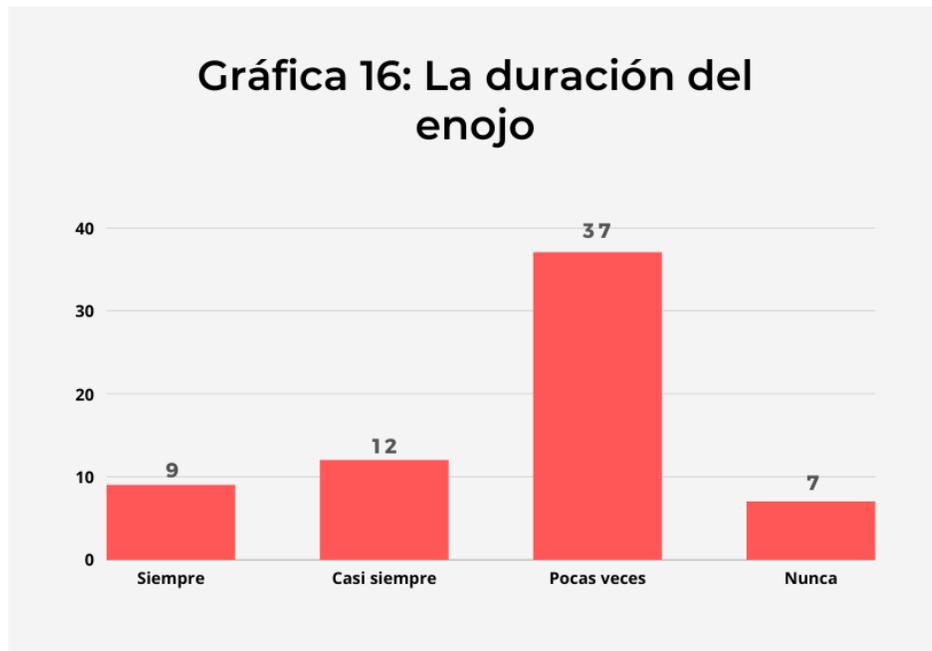


Descripción: En la gráfica 15 se respondió a la pregunta si los estudiantes tienen la disposición de solucionar un problema durante un trabajo en equipo, 26 contestaron casi siempre, 20 dicen hacerlo siempre, 18 pocas veces y solo 1 estudiante nunca tiene la disposición para solucionarlo.

Análisis: Con base en la gráfica 15 se puede observar que los alumnos que respondieron siempre y casi siempre tienen la disponibilidad, es decir, la propia persona se alienta a lograr objetivos que se propone, en este caso tiene la disposición para solucionar el problema. También mantienen una actitud positiva que les permite afrontar los momentos de tensión y frustración con una visión positiva.

Por su parte, los alumnos que pocas veces y nunca tienen disposición para solucionar un problema en equipo requieren de responsabilidad para una toma de decisiones positiva. El trabajo en equipo requiere aportaciones de cada uno de los integrantes, en varias ocasiones los que no aportan en el trabajo son personas que pueden ser porque no se sienten seguros de sus opiniones o les preocupa el “¿qué dirán los demás?”, en consecuencia, se afecta su rendimiento académico.

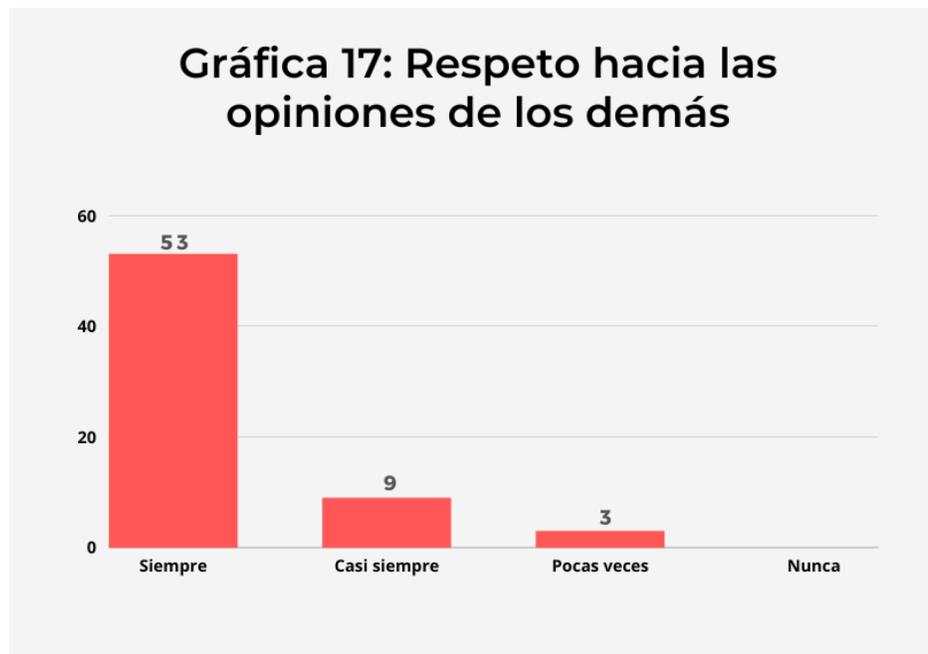
Asimismo, estos estudiantes no implican la iniciativa para buscar ayuda y recursos que permitan dar solución al problema suscitado. Es por eso que se recomienda trabajar primero con la autoestima y la automotivación que son la base primordial de la autogestión personal.



Descripción: En la gráfica 16 se observa que los estudiantes al responder si permanecen todo el día con la emoción del enojo 37 dijeron que pocas veces, 12 casi siempre están enojados todo el día, 9 siempre y 7 nunca se mantienen enojados.

Análisis: Con base en la gráfica 16 se puede decir que los estudiantes que siempre y casi siempre permanecen todo el día enojados carecen de automotivación y actitud positiva, además que el enojarse por un día puede traer problemas de salud, dificultades en las relaciones interpersonales, etcétera. Al poner en práctica la actitud positiva se enfrentan momentos de frustración y se solucionan de forma positiva, lo cual hace que tengan más disposición para aprender y en consecuencia mejoren su rendimiento académico.

Mientras que los alumnos que respondieron pocas veces y nunca se mantienen enojados durante el día tienen responsabilidad en que sus comportamientos sean seguros, saludables y éticos. Se debe tener en cuenta que el enojo es una emoción y como cualquier otra se siente, tiene sus características que la distinguen de las demás, es inevitable que una persona nunca se enoje en su vida, sin embargo, se debe tener la capacidad para regularla y una actitud positiva.



Descripción: En la gráfica 17 se les preguntó a los alumnos si respetaban y escuchaban las opiniones de sus compañeros, aunque fueran diferentes a las suyas, a lo que 53 respondieron siempre hacerlo, 9 casi siempre y 3 pocas veces lo hacen.

Análisis: Respecto a la gráfica 17, la mayoría de los estudiantes que siempre respetan las opiniones de los demás tienen presente la inteligencia interpersonal, como se abordó en el capítulo 3 una de las características de esta misma es el respeto hacia los demás y dominar las habilidades básicas como la escucha en este caso. Los estudiantes al comprender que cada persona es un mundo y la forma de

pensar de cada uno es diferente pueden sostener con simpleza relaciones con los demás.

Los alumnos que respondieron casi siempre y pocas veces requieren aprender a dominar las habilidades básicas, el respeto hacia los demás para aceptar y valorar cualquier diferencia individual o grupal que aparezca. Del mismo modo, mantener un comportamiento prosocial y cooperación para que les permita sostener actitudes amables y de respeto a los demás.

Lo anterior se debe poner en práctica al momento de socializar (en el salón de clases, con los amigos, la familia y cualquier persona con la que se interactúe) hasta lograr entender que no todos piensan igual y se debe respetar.



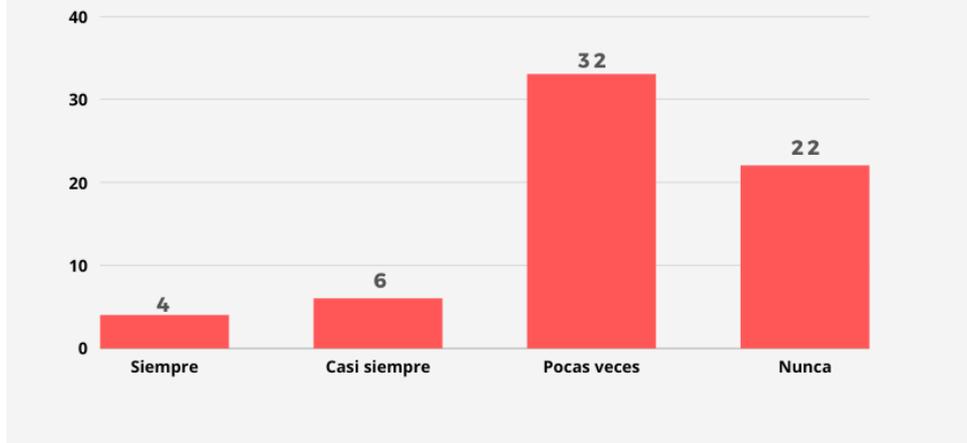
Descripción: En la gráfica 18 se les preguntó a los estudiantes si reconocen cuando un compañero se encuentra enojado y no quiere interactuar con los demás, a lo que 37 respondieron casi siempre reconocerlo, 17 siempre y 11 pocas veces.

Análisis: De acuerdo con la gráfica 18 se puede decir que los que respondieron reconocer el enojo de sus compañeros siempre y casi siempre dominan la comunicación receptiva, como se abordó en el capítulo 3 es un componente de la inteligencia interpersonal, el comprender el lenguaje verbal y no verbal en las demás personas. Es por eso que los estudiantes captan con simplicidad el enojo de alguno de sus compañeros.

Además, estos estudiantes suelen compartir sus emociones, es decir, poseen la conciencia que les permite reconocer las emociones de manera sincera. El hecho de comprender e identificar el enojo de otro genera empatía y el ambiente emocional se vuelve equilibrado, porque si ambos sujetos se frustran el contexto se convierte tenso y arduo de resolver.

Por otra parte, los alumnos que pocas veces reconocen cuando un compañero está enojado su comunicación receptiva y expresiva son deficientes, les cuesta trabajo iniciar y mantener una conversación, expresar precisamente sus sentimientos y emociones por lo que se les dificulta identificar los de los demás. El que un estudiante no comparta sus emociones no le permitirá sencillamente reconocer las emociones de sus compañeros.

Gráfica 19: Bloqueo frente a un conflicto personal



Descripción: En la gráfica 19 los estudiantes respondieron a la pregunta si se bloquean cuando se encuentran en un conflicto personal y ya no lo solucionan hasta que otros lo hacen por ellos, 32 dijeron que pocas veces se bloquean, 22 nunca, 6 casi siempre y 4 siempre se bloquean y ya no lo solucionan.

Análisis: Con base en la gráfica 19 los estudiantes que pocas veces y nunca se bloquean ante un conflicto personal y no dejan que otros lo solucionen por ellos disponen de las habilidades de vida y de bienestar que se refieren a los comportamientos adecuados y responsables para la solución de problemas personales y potencian el bienestar social y personal.

Específicamente en este caso, los estudiantes identifican el problema que requiere de una solución positiva e informada y una toma de decisiones. Finalmente se goza conscientemente de bienestar subjetivo y se transmite a los demás.

Sin embargo, los estudiantes que siempre y casi siempre se bloquean ante un problema requieren reforzar la capacidad de identificar situaciones conflictivas, buscar soluciones, evaluar los riesgos, barreras y recursos. Poner en práctica estas

habilidades siempre que se presente un problema favorecerá el bienestar personal de los alumnos.



Descripción: En la gráfica 20 se les preguntó a los estudiantes si buscan la manera de superar un obstáculo que les impide lograr una meta que se han planteado, a lo que 34 respondieron siempre buscar la forma de superarlo, 26 casi siempre y 5 pocas veces lo hacen.

Análisis: De acuerdo con la gráfica 20 los estudiantes que siempre y casi siempre buscan la forma de superar un obstáculo que les impide lograr una meta que se han planteado, además de tener la capacidad de identificar el problema, fijan objetivos adaptativos que como se explicó en el capítulo 3 son objetivos positivos y realistas que se aplican en los diferentes contextos de la vida de los individuos, para así considerar las opciones con las que se posee para lograr dicha meta.

En relación con los estudiantes que pocas veces buscan superar un obstáculo, requieren tener la iniciativa y capacidad de solucionar conflictos sociales e interpersonales en vez de sentirse frustrados por no saber qué hacer.

Así, las habilidades de la vida y el bienestar harán que las personas alcancen un equilibrio en su vida y enfrentar los desafíos que se lleguen a presentar y, en caso de que se suscite un obstáculo, se cuenten con las herramientas necesarias para resolverlo.

En conclusión, dentro de este capítulo se expuso todo lo relacionado con la investigación de campo precisa para sustentar la presente investigación, utilizando un instrumento para la recolección de datos y dar veracidad a la información recolectada.

Asimismo, el cuestionario “*¿Qué onda con mi rendimiento académico y mis emociones?*” aplicado a los estudiantes de sexto semestre del CETIS 49 turno vespertino expone los diversos factores que intervienen en la configuración del rendimiento académico.

A partir de los resultados de esta investigación se puede decir que las competencias emocionales en los adolescentes se deben trabajar de forma óptima dentro de las instituciones educativas de nivel medio superior, con apoyo de un programa educativo de educación emocional estructurado acorde a la edad en que se encuentran los estudiantes.

Aunado a lo anterior, dichas habilidades son innatas, no se nacen con ellas, al contrario, se van aprendiendo y perfeccionando a lo largo de la vida y si alguien no las aprende, en cualquier momento la persona puede tomar la decisión de adquirirlas y empezarlas a utilizar día a día.

Cabe resaltar la importancia de la Orientación Educativa al complementarla con la educación emocional ayudará a los estudiantes a conocerse a sí mismos, desarrollar sus competencias emocionales y al mismo tiempo potenciar su rendimiento académico.

Hasta aquí se ha presentado el análisis de la información obtenida en el instrumento “*¿Qué onda con mi rendimiento académico y mis emociones?*”, de acuerdo con los resultados se elaboró un taller que está estructurado con una serie de actividades dirigidos a los alumnos de la institución referida, con el fin de fomentar el autoconocimiento, el desarrollo de competencias emocionales y estrategias para mejorar su rendimiento académico, dicho taller se presenta en el siguiente capítulo.

CAPÍTULO V

ESTRATEGIA DE INTERVENCIÓN PEDAGÓGICA ¿QUÉ ONDA CON MIS EMOCIONES?

En este capítulo se presenta la estrategia de intervención pedagógica que se diseñó con base en la información analizada de la investigación de campo situada en el nivel medio superior. A continuación, se presenta la misma.

5.1 Generalidades del taller y perfil de los participantes

Curso Taller: ¿Qué onda con mis emociones?

Número de horas: 20 horas

Número de sesiones: 10 sesiones de 2 horas

Ubicación teórica: El presente taller no se encuentra dentro del mapa curricular del plantel.

Ubicación práctica: Para llevar a cabo el taller se admitirá un máximo de 25 alumnos de sexto semestre. El horario será de 14:00 a 16:00 horas y tendrá una duración de dos semanas. El taller se impartirá dentro de las instalaciones del CETIS 49, en un aula que cuente con proyector o pantalla y espacio amplio para trabajar.

Perfil del participante

Está dirigido a estudiantes que cursan el sexto semestre de nivel medio superior en el CETIS 49, ubicado en la alcaldía Xochimilco, Ciudad de México. Los sujetos

participantes se encuentran atravesando la etapa de la adolescencia tardía que abarca de los 17 a los 19 años.

5.2 Programa del taller

A continuación, se presentan los componentes de la estrategia de intervención pedagógica que se concretó en un taller

5.2.1 Objetivo

El objetivo que se planea para este taller es el siguiente:

Objetivo general:

Al término de este taller, el estudiante del CETIS 49 de sexto semestre pondrá en práctica estrategias para mejorar su rendimiento académico con ayuda de sus competencias emocionales.

5.2.2 Estructura del taller

UNIDAD 1 La adolescencia

Objetivos:

- El adolescente identificará la etapa en la que se encuentra y sus características.

Contenido:

1.1 Definición y características de la adolescencia

1.2 Cambios físicos y emocionales

1.3 Crisis de identidad

UNIDAD 2 El autoconocimiento

Objetivos:

- El adolescente reconocerá sus habilidades, fortalezas y debilidades con ayuda del autoconocimiento.
- El adolescente tomará decisiones de acuerdo con las situaciones que se le presenten en su vida cotidiana.

Contenido:

2.1 Definición de autoconocimiento

2.2 ¿Quién soy yo?

2.3 Mis habilidades y fortalezas

2.4 Mis metas en la vida

2.5 Toma de decisiones

UNIDAD 3 Las emociones

Objetivos:

- Identificar las emociones que se experimentan diariamente y ser consciente de ellas.
- Responder correctamente a una emoción.

Contenido:

3.1 Diferencia entre emoción y sentimiento

3.2 Competencias emocionales

3.3 Identificación de emociones

3.4 Regulación emocional

3.5 Estrategias de regulación emocional

UNIDAD 4 Rendimiento académico

Objetivos:

- Comprender el concepto de rendimiento académico
- Aprender técnicas de estudio y regulación emocional

Contenido:

4.1 Definición del rendimiento académico

4.2 Técnicas para potenciar el rendimiento académico y regular las emociones

4.2.1 Organizando mi tiempo de estudio

4.2.2 Horario de estudio

4.2.3 Calendario escolar (entrega de trabajos, exámenes, evaluaciones)

4.2.4 Relajándome para estudiar mejor

4.2.5 Ambiente de estudio

4.2.6 Técnicas de estudio

4.2.7 Participación en clase

5.2.3 Método

Este curso se llevará a cabo en la modalidad de taller. De acuerdo con Ander- Egg (2005, citado en Aponte, 2015):

El taller se puede adaptar a las necesidades específicas de un contexto educativo determinado, viéndolo como estrategia metodológica que propicia el aprendizaje colectivo en la construcción de conceptos a través del proceso investigativo, en el cual la participación activa de los alumnos sea el fundamento de los talleres, y donde el docente tenga el rol de facilitador promoviendo y

dinamizando el trabajo colectivo, realizando los correctivos y ajustes en el momento necesario (p. 51).

Aunado a lo anterior, un taller pretende enseñar a los estudiantes habilidades en específico, el taller *¿Qué onda con mis emociones?* está compuesto por cuatro unidades y cada una presenta objetivos esperados.

Las unidades serán trabajadas desde una perspectiva teórico-práctica, debido a que los participantes aprenderán conceptos y estos los llevarán a la práctica en contextos reales de su vida cotidiana.

5.2.4 Criterios de acreditación y evaluación

En el taller se ubican dos componentes fundamentales: de acreditación y evaluación.

Criterios de acreditación:

Para que el estudiante que haya participado en el taller *¿Qué onda con mis emociones?* pueda ser acreedor a una constancia de participación, el estudiante deberá tener:

- El 80% de asistencia
- Presentar un ensayo sobre lo aprendido en el taller
- Participación en cada sesión
- Tareas
- Actividades durante las sesiones

Para la evaluación se plantean los siguientes criterios a manera de rúbrica:

Criterios de evaluación:

Se realizará una rúbrica de autoevaluación.

Criterios	Deficiente	Regular	Bien	Excelente
1. Participación en las sesiones				
2. Comunicación y escucha				
3. Obtención de los objetivos esperados				
4. Comprensión de los temas				
5. Conocimiento de sí mismo				

5.2 Bibliografía básica

Material impreso

Aponte, R. (2015). *El taller como estrategia metodológica para estimular la investigación en el proceso de enseñanza-aprendizaje en la educación superior*. Boletín virtual. Vol. 4. http://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/2536/1/CentroEstudiosOpinion_conceptostallerparticipativo.pdf

Bucay, J. *El elefante encadenado*.
<http://www.miriamortiz.es/TEXTOS/VElefanteEncadenado.pdf>

Canales, R., et al. (2010). *Cómo convertirte en el detective de tus propias emociones*.
Ángeles.
https://www.uaeh.edu.mx/investigacion/icshu/LI_PolitEdu/Emma_Canales/detective.pdf

Gómez, M. *Técnicas de estudio y estrategias de aprendizaje*.
<https://www.edu.xunta.gal/centros/iesfelixmuriel/system/files/metodo+estudio.pdf>

Marchena, F., et al. *Organiza tu tiempo de forma eficaz*. Universidad de Cádiz.
<https://sap.uca.es/wp-content/uploads/2017/03/Gu%C3%ADa-de-organizaci%C3%B3n-del-tiempo.pdf?u>

Zabo. *Yo adolescente*. Planeta

Material audiovisual

DesdeVigoConAmor. (2019). *Guía rápida para sobrevivir con arte* [Vídeo]. YouTube.
<https://youtu.be/J1mfBVQ3zjU>

EducarConRazón. (2016). *Inteligencia emocional-empatía* [Vídeo]. YouTube.
<https://youtu.be/GJ89dk9chnk>

Monoedúcate. (2020). *La isla de las emociones* [Vídeo]. YouTube.
<https://youtu.be/Dris-x7vNsg>

Gómez, N. (2014). *Miedo a hablar en público: cómo perderlo en 4 sencillos pasos* [Vídeo]. YouTube. <https://youtu.be/SuMfWXrXhpl>

PsicologíaEn5Minutos. (2020). *¿Cómo controlar las emociones? – 8 técnicas de autocontrol* [Vídeo]. YouTube. <https://youtu.be/TlhGY24OSkQ>

5.3 Planeación didáctica

N° SESIÓN: 1		UNIDAD 1	TIEMPO: 120 MINUTOS
CONTENIDO	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	RECURSOS DIDÁCTICOS	
<p>Bienvenida al taller y presentación de los contenidos.</p>	<p><i>INICIO</i></p> <p>El tallerista se presentará con los participantes y expondrá en una presentación los contenidos y aprendizajes esperados, de igual manera que los criterios para ser evaluados en el taller.</p> <p><i>DESARROLLO</i></p> <p>Posteriormente, el tallerista explicará las indicaciones para realizar una actividad de integración grupal “La pelota más preguntona”.</p> <p>Dicha actividad consiste en formar un círculo, y al poner música, la pelota irá pasando de unos a otros, cuando la música se detenga, la persona que se quedó con la pelota debe decir su nombre y lo que más le gusta hacer.</p> <p>El juego durará hasta que todos los participantes se hayan presentado.</p> <p><i>CIERRE</i></p> <p>Para cerrar la sesión, se preguntará ¿qué se espera de este taller?</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Presentación con imágenes - Computadora - Proyector - Música - Pelota 	

N° SESIÓN: 2		UNIDAD 1	TIEMPO: 120 MINUTOS
CONTENIDO	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE		RECURSOS DIDÁCTICOS
<p>Definición y características de la adolescencia</p> <p>Cambios físicos y emocionales.</p>	<p><i>INICIO</i></p> <p>Se realizará en el pizarrón una lluvia de ideas con lo que los participantes digan sobre las características, cambios físicos y emocionales que surgen en la adolescencia.</p> <p><i>DESARROLLO</i></p> <p>Después, el tallerista dará la explicación, las características, los cambios físicos y emocionales de los adolescentes.</p> <p>Se proyectará un material de apoyo audiovisual para comprender mejor la etapa, el cortometraje se llama “la otra cara”.</p> <p>https://youtu.be/OY62JFt88iU</p> <p>Se les preguntará a los estudiantes ¿cómo consideran que están viviendo su adolescencia? ¿Se sienten apoyados y comprendidos?</p> <p><i>CIERRE</i></p> <p>Para cerrar la sesión se dejará la tarea de investigar sobre la crisis de identidad y traer un ejemplo que hayan experimentado escrito en una hoja blanca.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Pizarrón - Plumones - Computadora - Proyector

N° SESIÓN: 3		UNIDAD 1 Y 2	TIEMPO: 120 MINUTOS
CONTENIDO	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE		RECURSOS DIDÁCTICOS
<p>Crisis de identidad.</p> <p>Definición de autoconocimiento.</p> <p>¿Quién soy yo?</p>	<p><i>INICIO</i></p> <p>Se iniciará con algunas participaciones sobre la tarea de crisis de identidad.</p> <p><i>DESARROLLO</i></p> <p>El tallerista explicará con apoyo de una presentación el tema de crisis de identidad.</p> <p>A continuación, se realizará una actividad “Cómo nos ven” que tiene la finalidad de conocer la visión que tienen los demás de cada uno y valorar si coincide con la visión que se tiene de sí mismo.</p> <p>El tallerista dará la indicación de colocarse en círculo. Se entregará la hoja “Cómo nos ven” (Anexo 1) a cada participante y escribirán su nombre en ella.</p> <p>Se pasará la hoja al compañero de la derecha, quien deberá escribir en las columnas pensando en el compañero cuyo nombre encabeza la hoja. Cuando termine, pasará la hoja al compañero de su derecha.</p> <p>El proceso se repite hasta que la hoja ha dado la vuelta completa al círculo y ha llegado al participante que tiene el nombre de esta.</p> <p><i>CIERRE</i></p> <p>Para finalizar, cada uno leerá lo que le escribieron y dirá si coincide o no con la visión que él tiene de sí mismo.</p> <p>El tallerista dará una explicación breve acerca de la importancia del autoconocimiento.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Presentación - Computadora - Proyector - Hojas blancas - Bolígrafo

N° SESIÓN: 4		UNIDAD 2	TIEMPO: 120 minutos
CONTENIDO	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE		RECURSOS DIDÁCTICOS
<p>Mis habilidades y fortalezas</p> <p>Mis metas en la vida</p>	<p><i>INICIO</i></p> <p>Se iniciará la sesión preguntando a los participantes:</p> <p>¿Saben quiénes son?</p> <p>¿Cómo lo saben?</p> <p>¿Se conocen a sí mismos?</p> <p><i>DESARROLLO</i></p> <p>A continuación, se llevará a cabo la actividad “las 3 urnas”. Se utilizarán tres cajas para simular las urnas en donde cada una tendrá etiquetas “Me gustaría superar... Mis metas a corto, mediano y largo plazo son... Mis habilidades son”</p> <p>Los alumnos deberán completar las frases en tres diferentes hojas, no es necesario que escriban su nombre. Después, las van a depositar en la urna correspondiente.</p> <p><i>CIERRE</i></p> <p>El tallerista leerá las papeletas y se comentarán con el grupo, entre todos se aportarán soluciones y consejos.</p>		<p>- Tres cajas de cartón</p> <p>- Hojas blancas</p> <p>- Bolígrafos</p>

N° SESIÓN: 5		UNIDAD 2	TIEMPO: 120 MINUTOS
CONTENIDO	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE		RECURSOS DIDÁCTICOS
Toma de decisiones	<p><i>INICIO</i></p> <p>El tallerista explicará con una infografía la importancia y los pasos para la toma de decisiones.</p> <p><i>DESARROLLO</i></p> <p>Se realizará la actividad “El juego de las bolsas (elegimos regalos)”. Se colocarán en una mesa las bolsas cerradas con un regalo diferente. Cada participante debe elegir un regalo siguiendo los siguientes pasos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elegir una bolsa sin tocarla y decir por qué la hemos elegido. - Levantar la bolsa para calcular su peso y decidir si seguimos eligiéndola o queremos cambiarla con otra de las que han o no han elegido los compañeros. - Tocar el regalo a través de la bolsa y optar de nuevo por decidir si se cambia o no de bolsa, diciendo el porqué de esa decisión. - Abrimos la bolsa, miramos dentro y expresamos nuestra satisfacción o no con la elección. <p><i>CIERRE</i></p> <p>Se contestarán y reflexionarán las siguientes preguntas en una hoja:</p> <p>¿Es difícil tomar decisiones si no se tiene toda la información?</p> <p>¿Tomamos algunas veces decisiones sin detenernos a pensar si tenemos toda la información que necesitamos?</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Infografía - computadora - Proyector - Bolsas negras de basura medianas - Lazos para amarrar las bolsas - Distintos regalos, diferentes formas y peso para cada bolsa - Hojas blancas - Bolígrafos

	<p>¿En qué situaciones elegimos sin pensar en las consecuencias de las distintas opciones?</p> <p>¿Cuántas decisiones tomamos por intuición?</p> <p>¿Influyen nuestros valores en la toma de decisiones?</p>	
--	--	--

N° SESIÓN: 6	UNIDAD 3	TIEMPO: 120 MINUTOS
CONTENIDO	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	RECURSOS DIDÁCTICOS
<p>Diferencia entre emoción y sentimiento.</p> <p>Competencias emocionales</p> <p>Identificación de emociones</p>	<p><i>INICIO</i></p> <p>La sesión iniciará preguntando a los estudiantes:</p> <p>¿Qué es una emoción?</p> <p>¿Qué es un sentimiento?</p> <p>Y mencionando alguna situación donde hayan experimentado alguno.</p> <p><i>DESARROLLO</i></p> <p>El tallerista presentará diapositivas con imágenes sobre las emociones básicas (miedo, tristeza, ira, felicidad, sorpresa, aversión), qué se siente cuando se experimentan, cómo se expresan y qué se piensa.</p> <p>Se proyectará el vídeo “La isla de las emociones” https://youtu.be/Dris-x7vNsg</p> <p>Después, los estudiantes deberán responder las preguntas de acuerdo con las 6 emociones básicas en una hoja de color:</p> <p>¿Cómo me siento cuando...?</p> <p>¿Cómo lo expresé, ¿qué pasa con mi comportamiento?</p> <p>¿Qué pienso?</p> <p>¿Con quién lo comparto?</p> <p><i>CIERRE:</i></p> <p>Para cerrar la sesión se dejará la tarea “gráfico emocional”, en una hoja se hará un gráfico cuyo eje Y va a ser la intensidad de nuestras emociones (de 1 a 10) y el eje X va a representar el paso del tiempo (de</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Diapositivas - Proyector - Computadora - Hojas de colores - Bolígrafos - Gráfico emocional

	<p>hoy hasta el último día del taller).</p> <p>La idea es representar cada emoción con un color y dibujarla en el gráfico según la intensidad percibida a lo largo del tiempo, ya sea un mismo día como a lo largo de la semana, y en qué momentos nos sentimos mejor y en cuáles peor.</p>	
--	---	--

N° SESIÓN: 7		UNIDAD 3	TIEMPO: 120 minutos
CONTENIDO	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE		RECURSOS DIDÁCTICOS
Regulación emocional Estrategias de regulación emocional	<p><i>INICIO</i></p> <p>Al iniciar la sesión el tallerista les preguntará a los estudiantes:</p> <p>¿Cómo se sintieron con el gráfico emocional?</p> <p>¿Cuál es su estado de ánimo el día de hoy?</p> <p>¿Cómo iniciaron su día?</p> <p><i>DESARROLLO</i></p> <p>El tallerista dará una breve explicación sobre la regulación emocional.</p> <p>Antes de comenzar con la actividad principal, se harán unas técnicas de respiración para tranquilizarnos y mejorar la concentración.</p> <p>Se realizará una técnica de regulación emocional “Guía rápida para sobrevivir con arte”. Se proyectará el vídeo para irse guiando, pintarán en hojas blancas según se sienta y se identifiquen. https://youtu.be/J1mfBVQ3zjU</p> <p><i>CIERRE</i></p> <p>Hay que comentar que esta técnica sirve para cuando estemos pasando por una emoción negativa o simplemente se quieran relajar.</p> <p>Recomendar usarla siempre que se necesite.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Computadora - Proyector - Bocinas - Hojas - Colores - Plumones

N° SESIÓN: 8	UNIDAD 4	TIEMPO: 120 MINUTOS
CONTENIDO	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	RECURSOS DIDÁCTICOS
Definición del rendimiento académico	<i>INICIO</i>	- Pizarrón
Técnicas para potenciar el rendimiento académico y regular las emociones:	El tallerista dará la indicación de formar equipos. Los equipos deben elaborar una exposición breve sobre lo que saben o creen saber del concepto “rendimiento académico” Pasará un integrante por equipo a exponer frente al grupo sus ideas y anotarlas en el pizarrón.	- Plumones - Copias de Anexo 3 - Copias de Anexo 4
Organizando mi tiempo de estudio	<i>DESARROLLO</i>	
Horario de estudio.	El tallerista formará una definición del rendimiento académico con todas las ideas que se dieron en las exposiciones. El tallerista explicará que existen diferentes técnicas para potenciar el rendimiento académico. Se le dará a cada participante las actividades “¿Cómo organizo mi tiempo?” (Anexo 2)	
Calendario escolar	<i>CIERRE</i>	
	Se hará una reflexión sobre la importancia de organizar los tiempos de estudio y las actividades personales. El tallerista dejará las tareas “Plan cuatrimestral: horario personal” (Anexo 3) y “Acontecimientos y fechas límites” (Anexo 4). La primera tarea, se basa en planear el futuro de los participantes de acuerdo con sus objetivos personales.	

N° SESIÓN: 9		UNIDAD 4	TIEMPO: 120 MINUTOS
CONTENIDO	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	RECURSOS DIDÁCTICOS	
<p>Relajándome para estudiar mejor</p> <p>Ambiente de estudio</p>	<p><i>INICIO</i></p> <p>Para iniciar la sesión el tallerista preguntará a los estudiantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cómo es el ambiente dónde estudian? - ¿Tienen un lugar específico para estudiar? - ¿Realizan alguna estrategia para poder concentrarse antes de estudiar? <p><i>DESARROLLO</i></p> <p>El tallerista presentará unas diapositivas sobre la importancia de tener un lugar de estudio y las características que debe tener.</p> <p>De igual manera, dará técnicas y tips para relajarse antes de estudiar.</p> <p>Se les pedirá a los estudiantes que realicen una planeación de su hora de estudio, en donde incluyan las características de su lugar de estudio y las técnicas que usarían para relajarse.</p> <p><i>CIERRE</i></p> <p>Los estudiantes de manera voluntaria van a platicar frente al grupo su planeación.</p> <p>El tallerista les hará la recomendación de llevar a la práctica su planeación al momento que vayan a estudiar, porque sus resultados se verán reflejados en su rendimiento académico.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Presentación - Computadora - Proyector 	

N° SESIÓN: 10	UNIDAD 4	TIEMPO: 120 MINUTOS
CONTENIDO	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	RECURSOS DIDÁCTICOS
<p>Técnicas de estudio.</p> <p>Participación en clase</p>	<p><i>INICIO</i></p> <p>El tallerista les preguntará a los estudiantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Tienen alguna técnica de estudio? - ¿Sabían que tener técnicas de estudio, organización de su tiempo de estudio les ayuda a tener un mayor rendimiento académico? <p><i>DESARROLLO</i></p> <p>Después de haber preguntado sobre la técnica de estudio que utilizan los estudiantes, se formarán equipos de los que ocupan la misma técnica, de tal forma que queden, por ejemplo, todos los que utilizan mapas mentales, todos los que realizan resúmenes, etc.</p> <p>El tallerista dará las instrucciones para que se elaboren exposiciones sobre cada técnica, dando las principales características y las razones del por qué se prefiere esa técnica.</p> <p>Se hará una retroalimentación de las técnicas.</p> <p><i>CIERRE</i></p> <p>Para cerrar la última sesión, cada participante dirá la perspectiva que tuvo del taller y se les dará la hoja de "Autoevaluación" para que la respondan.</p> <p>Recomendación de aplicar todo lo aprendido en su vida cotidiana.</p> <p>Se les agradecerá por haber tomado y participado en el taller.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Plumones - Copias de la hoja de Autoevaluación - Reconocimientos.

	Se le entregará un reconocimiento a cada participante.	
--	--	--

5.4 Anexos del taller

Anexo 1

“Cómo nos ven”

Nombre:

Le gusta...	No le gusta...	Cualidades

Anexo 2

“¿Cómo organizo mi tiempo?”

A continuación, se presentan una serie de preguntas relacionadas con tu organización del tiempo. Responde la opción que más identifique tu forma de actuar en estos momentos, teniendo en cuenta las siguientes indicaciones:

0 No me ocurre **1** A veces me ocurre **2** Habitualmente me ocurre **3** Sí me ocurre

		NO	AV	H	SI
1	Soy plenamente consciente de a qué dedico mi tiempo diariamente	0	1	2	3
2	Registro por escrito mis metas y objetivos personales y académicos	0	1	2	3
3	Dedico periódicamente algún tiempo a reflexionar sobre el futuro.	0	1	2	3
4	Suelo anticipar y realizar previsiones.	0	1	2	3
5	Planifico y programo mi trabajo por escrito.	0	1	2	3
6	Llevo siempre la agenda conmigo y la consulto habitualmente.	0	1	2	3
7	Reviso a diario la programación de mi tiempo y mis actividades.	0	1	2	3
8	Me marco plazos para realizar las tareas y posteriormente los cumpla.	0	1	2	3
9	Tengo claramente establecidas mis prioridades	0	1	2	3
10	Sé identificar las actividades críticas que determinan los resultados	0	1	2	3
11	Voy abordando las tareas por orden, según su importancia	0	1	2	3
12	Me concentro con facilidad	0	1	2	3
13	Evito las interrupciones, o acorto en lo posible su duración	0	1	2	3
14	Reservo un tiempo diario para trabajar sin ser interrumpido	0	1	2	3

15	Durante mi tiempo libre me relajo, aparco los problemas y las preocupaciones.	0	1	2	3
16	Aprovecho las horas de sueño para descansar lo suficiente	0	1	2	3
17	Intento respetar escrupulosamente el tiempo de los demás	0	1	2	3
18	Casi siempre llego con puntualidad a las citas.	0	1	2	3
19	Aprovecho los tiempos de espera, los viajes y los desplazamientos	0	1	2	3
20	Tomo decisiones con facilidad	0	1	2	3
21	Paso a la acción.	0	1	2	3
22	Resuelvo los asuntos en el momento, evitando aplazarlos.	0	1	2	3
23	Término las tareas; procuro evitar dejarlas a medias	0	1	2	3
24	Realizo un trabajo de calidad sin llegar a caer en el perfeccionismo.	0	1	2	3
25	No tengo dificultad para decir "no" cuando es necesario.	0	1	2	3
26	Delegó algunas actividades en otras personas.	0	1	2	3
27	Organizó y coloco cada cosa en su lugar, y las encuentro con facilidad.	0	1	2	3
28	Dispongo de un sistema de archivo y localizo rápidamente los documentos	0	1	2	3
29	Tengo organizado mi material de trabajo y mi mesa de estudio.	0	1	2	3
30	Dispongo de suficiente tiempo para dedicarlo a mi familia, amistades, ocio	0	1	2	3
A	PUNTUACIÓN TOTAL ACTUAL. Fecha:				
B	PUNTUACIÓN TOTAL POSTERIOR. Fecha:				

A: Puntuación total actual, previa a poner en marcha este programa de gestión eficaz de tu tiempo.

B: Puntuación total posterior a la realización del programa de planificación durante al menos 2/3 meses.

Anexo 3

“Plan cuatrimestral: horario personal”

Planificar el futuro puede ayudarte a cumplir las metas propuestas en tus objetivos.

Antes de comenzar a estudiar, pregúntate a ti mismo:

- ¿Cuándo estudio mejor? ¿En qué momento del día?
- ¿Dónde estudio mejor?
- ¿Necesitas un día o semana sin estudiar?
- ¿Puedo programar tiempo de estudio entre las 9 de la mañana y las 6 de la tarde?
- ¿Cuánto tiempo dedico al estudio?

Qué hacer cuando has definido tus tareas de estudio.

Probablemente has programado periodos de estudio de diferente duración. Seguro que estás más concentrado y rindes mejor si te has aclarado acerca de lo que estás intentando hacer, y si eres realista encontrarás el tiempo necesario. Muchas de las tareas se pueden definir por sí mismas, como, por ejemplo: “Leer un capítulo de un libro para la clase de mañana”. Otras pueden implicar una estructura mucho más larga a nivel temporal, como por ejemplo un cuatrimestre o año académico.

Planea lo siguiente:

- Plan cuatrimestral.
- Fechas límites para la entrega de trabajos, exámenes, etc.
- Proponte tus propias fechas límites.
- Listado diario de cosas por hacer, identificando prioridades.

Escribe en los espacios reservados para ello en las siguientes tablas tus horas de ESTUDIO POR ASIGNATURA, respetando los horarios de clase, tutorías, seminarios, cursos, prácticas, tiempo para ti, ocio, tiempo de sueño, etc...

MANTENLO A LA VISTA. La mejor manera de seguir tu horario personal, y que los demás lo conozcan y respeten, es disponerlo bien a la vista.

HORARIO PERSONAL								
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	
01:00								01:00
02:00								02:00
03:00								03:00
04:00								04:00
05:00								05:00
06:00								06:00
07:00								07:00
08:00								08:00
09:00								09:00
10:00								10:00
11:00								11:00
12:00								12:00
13:00								13:00
14:00								14:00
15:00								15:00
16:00								16:00
17:00								17:00
18:00								18:00
19:00								19:00
20:00								20:00
21:00								21:00
22:00								22:00
23:00								23:00
24:00								24:00

Anexo 4

“Acontecimientos y fechas importantes”

Las siguientes tablas te ayudarán a gestionar tu tiempo de cara a los trabajos, ejercicios o prácticas que te manda el profesor de cada asignatura. Puedes hacer un registro general, o bien realizar fichas específicas de cada asignatura, en función de la cantidad de trabajos que tengas que realizar.

Asignatura	Título de Actividad	Fecha Limite de entrega del trabajo	Mi propia fecha límite	Fecha del Examen	Seminario	Otros eventos

CONCLUSIONES

A lo largo de este trabajo de investigación se resaltó a la Orientación Educativa en el área de procesos de enseñanza y aprendizaje con apoyo de la Educación Emocional como un sustento primordial en el desarrollo del ser humano y disminuyendo el bajo rendimiento académico de los estudiantes de sexto semestre de nivel medio superior.

La adolescencia tardía es la etapa de desarrollo en la que se encuentran los estudiantes de sexto semestre con una edad que va de los 17 a los 19 años, al igual que todas las etapas, esta tiene características que la identifican de las demás, principalmente que se está llegando al final de la adolescencia y comienza el inicio de la adultez joven, por lo que estos adolescentes ya no presentan tantos cambios de humor a comparación de un adolescente de 13 años, las decisiones que toma las hace más acorde a sus necesidades.

Dentro del contexto escolar, la educación emocional a la par con sus competencias emocionales constituye un aspecto fundamental para el desarrollo integral de los alumnos y que determinan positivamente al rendimiento académico de cada sujeto. Dentro de esta investigación se le tomó mayor relevancia al tema de la potenciación del rendimiento académico por medio de la educación emocional en el nivel medio superior.

De acuerdo con lo anterior, a pesar de las modificaciones que se han hecho en la educación a través de los diferentes modelos educativos, aún persiste la educación tradicional, por lo tanto, es necesario que se desarrollen nuevas estrategias de intervención que permitan modificar la manera en cómo se desarrollan los procesos de enseñanza y tener un aprendizaje óptimo potenciando tanto la dimensión cognitiva así como la afectiva.

Asimismo, al considerar a las emociones en la educación, se plantea desde una perspectiva pedagógica y aparece lo que se conoce como educación emocional, la cual implica que se desarrolle de manera intencionada a través de un programa de estudios que se conforma por herramientas y actividades para desarrollar las competencias emocionales.

Los adolescentes, aunque ya no presentan tantos cambios repentinos de humor, se encuentran diariamente con situaciones que les provocan emociones y sentimientos que les causan malestar, un ejemplo, una ruptura amorosa les causa tristeza, nostalgia y en algunos casos se concreta en poca motivación, afectando al mismo tiempo el rendimiento académico de los estudiantes.

En ese sentido, la educación emocional es el camino para guiar y apoyar a los estudiantes a resolver circunstancias con las que se lleguen a enfrentar en su vida personal, social y escolar, por medio del desarrollo de las competencias emocionales que se explicaron en este trabajo de investigación.

A continuación, se presentan los hallazgos que se derivan en las siguientes conclusiones:

Respecto a la categoría Rendimiento Académico, se encontró que la calificación promedio de los alumnos de sexto semestre es 8 (*gráfica 4*), es importante que los docentes tengan en cuenta las actitudes que presentan los estudiantes dentro del aula y ser empáticos con ellos para fortalecer los procesos entre los conocimientos previos y los nuevos, como se pudo observar en la *gráfica 5*, la mayoría si hace esa relación, pero existen 4 alumnos que no la hacen, no producen dichos aprendizajes significativos.

Durante el proceso de enseñanza y aprendizaje se obtuvo que el resumen es utilizado por los estudiantes como técnica de estudio y como habilidad para aprender un nuevo tema (*gráficas 6 y 7*), sin embargo, en la actualidad la tecnología

se sigue innovando, aparecen nuevas plataformas digitales que permiten a los estudiantes ampliar sus técnicas y habilidades de estudio, no necesariamente se deben quedar con el tradicional resumen.

Tener un rendimiento académico alto no siempre es sinónimo de una persona inteligente, tampoco un estudiante con rendimiento académico bajo quiere decir que no es capaz de sacar buenas calificaciones, como ya se había mencionado dentro del rendimiento académico existen factores que intervienen en la configuración de este, se puede afirmar que los estudiantes son influenciados por los siguientes:

- Factores familiares: La mayoría de los estudiantes tiene dificultades para concentrarse en un examen después de haber tenido un problema familiar (*gráfica 8*).
- Factores sociodemográficos: Los estudiantes que trabajan mientras estudian y lo hacen por necesidad (*gráfica 9*), quizá pueda verse afectado su rendimiento académico por cansancio y/o estrés debido a la responsabilidad de cumplir con sus deberes en la casa y la escuela.
- Factores emocionales o dimensión afectiva: La mayoría de los estudiantes prefieren no asistir a la escuela cuando se sienten tristes (*gráfica 10*).

Ahora bien, respecto a las competencias emocionales que los alumnos poseen se encontró lo siguiente:

La conciencia emocional de los estudiantes de sexto semestre está desarrollada moderadamente, aún les cuesta un poco de trabajo identificar sus emociones y estados de ánimo al instante (*gráficas 11 y 12*). Es conveniente resaltar la importancia de la Educación emocional en el área de prevención y desarrollo de la Orientación Educativa para mejorar la calidad de la enseñanza dentro de las aulas

y prevenir a toda costa cualquier situación que se pueda dar por una inadecuada identificación emocional.

La regulación emocional de los estudiantes tuvo como resultado insuficiencia al momento de ser utilizada de forma apropiada, es decir, no todos cuentan con la habilidad de expresar, regular y externar sus emociones ante situaciones negativas (*gráficas 13 y 14*).

Aunado a lo anterior, resulta necesario la intervención de la Orientación educativa como apoyo para que el sujeto resuelva conflictos en los que se vea involucrado su bienestar personal, pueda guiarlos en la toma de decisiones escolares y sociales, en compañía de las técnicas de regulación emocional y al mismo modo el sujeto se desarrolle plenamente.

En cuanto a la autonomía emocional se tuvo como resultado un manejo regular de la misma, existe esa disposición por la mayoría de los estudiantes en solucionar y mejorar los problemas con los demás y con ellos mismos (*gráficas 15 y 16*). Esta competencia en educación emocional es vital porque posibilita a los sujetos estar con una actitud positiva ante cualquier adversidad.

En la competencia de la inteligencia interpersonal se observó que el respeto hacia los demás es competente la gran mayoría de los estudiantes muestran respeto a los ideales, pensamientos y opiniones de los demás, lo que permite relacionarse adecuadamente con otros (*gráfica 17*).

Sin embargo, la empatía y comprensión hacia las emociones de los demás es deficiente, no todos los estudiantes son capaces de reconocer fácilmente las emociones de sus compañeros, esto puede llegar a provocar en el aula confusiones y poca claridad del contexto emocional (*gráfica 18*).

Por último, en las habilidades de vida y de bienestar se obtuvo que la mayoría de los alumnos tienen la competencia de resolver conflictos y obstáculos por sí mismos para alcanzar objetivos que se han planteado (*gráficas 19 y 20*).

Dentro de las competencias emocionales se pudo observar que los alumnos de sexto semestre del CETIS 49 no las tienen desarrolladas en de manera adecuada, sin embargo, se pueden fortalecer mediante la práctica en su vida cotidiana en los diferentes contextos en los que se desenvuelve el sujeto y utilizar de apoyo el *Taller ¿Qué onda con mis emociones?* presentado en el capítulo 5.

Así mismo, nuevamente se resalta la importancia de considerar la dimensión afectiva dentro de los procesos de enseñanza ya aprendizaje, con la intención de educar a los estudiantes de una manera más integral, es decir que al mismo tiempo que desarrollan y hacen más complejo su pensamiento, también lo hagan con la su estructura afectiva, en ese sentido tendrán la posibilidad de tomar mejores decisiones en cuanto a su vida escolar, familiar y social. Estas últimas influyen en la configuración del rendimiento académico.

Para finalizar, las líneas de conocimiento que se derivan del presente trabajo de investigación son diversas ya que es un tema amplio y día con día toma mayor importancia lo emocional en la educación. Las líneas de conocimiento son las siguientes:

¿Cómo influyen las emociones de los docentes en los alumnos?, ¿La motivación del docente influye en el rendimiento académico de los estudiantes?, ¿Cuál es la función del profesor para construir ambientes de aprendizaje?, La formación de la educación emocional en los docentes de nivel medio superior, otra línea puede ser desde el contexto familiar, ya que es el primer vínculo que tienen los seres humanos y es en donde se enseñan los valores; ¿cómo pueden afectar los padres de familia en la educación y competencias emocionales de sus hijos?, La respuesta a estas preguntas invitan a los estudiantes de pedagogía, docentes y directivos en

educación a profundizar en el tema de la educación emocional y el rendimiento académico en el nivel medio superior para comprender con mayor profundidad el tema.

BIBLIOGRAFÍA

- Acosta, M. (1998). *Creatividad, Motivación y Rendimiento Académico*. Málaga: ALJIBC
- Adell, M. (2002). *Estrategias para mejorar el rendimiento académico de los Adolescentes*. México: Pirámide.
- Arranz, E. (2004). *Familia y desarrollo psicológico*. España: Pearson Educación.
https://psicologiasantacruz.com/wpcontent/uploads/2019/07/familia_y_desarrollo_psicologico_rinconmedico.net_.pdf
- Berrocal, P. y Ruiz, D. (2008). *La inteligencia emocional en la educación*. *Revista electrónica de Investigación psicoeducativa*. Vol. 6, N° 15. Universidad de Málaga.
http://emotional.intelligence.uma.es/documentos/pdf66school_context.pdf
- Bisquerra, R. (1998). *Modelos de orientación e intervención psicopedagógica*. Barcelona: ciss-praxis (última ed. 2003)
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2003). *Educación emocional y competencias básicas para la vida*. *Revista de Investigación Educativa*. Vol. 21 N° 1, pp. 7-43.
<https://revistas.um.es/rie/article/view/99071/94661>
- Bisquerra, R. (2012). *Orientación, tutoría y educación emocional*. SINTESIS.
[/Orientaci%C3%B3n,%20tutor%C3%ADa%20y%20educaci%C3%B3n%20emocional%20\(Spanish%20Edition\)%20by%20Rafael%20Bisquerra%20Alzina%20\(z-lib.org\).pdf](https://orientacion.tutoria.yeducacionemocional(SpanishEdition)byRafaelBisquerraAlzina(z-lib.org).pdf)
- Bloss, P. (1971). *Psicoanálisis de la adolescencia*. Editorial: JOAQUIN MORTIZ. México.
- Bravo, L. (2015). *El estado emocional y el bajo rendimiento académico en niños y niñas de Colombia*. *Av. Psic. Col.* 23 (1).

<https://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/175/166>

- Broc, M. (2000). *Autoconcepto, autoestima y rendimiento académico en los alumnos de 4° de Educación secundaria Obligatoria. Implicaciones psicopedagógicas en la orientación y en la tutoría*. Revista de Investigación Educativa. Vol. 18 N° 1.
- Cappi, G., Christello, M. y Marino, M. (2009). *Educación emocional: programa de actividades para nivel inicial y primario*. Buenos Aires: Bonum.
- Caso, J., & Hernández, L. (2007). *Variables que inciden en el rendimiento académico de los adolescentes mexicanos*. Revista Latinoamericana de Psicología, 39 (3),487-501. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80539304>
- Castillo, G. (2007). *Los adolescentes y sus problemas*. Minos Tercer Milenio. Cohen, J. (2003). *La inteligencia emocional en el aula. Proyectos, estrategias e ideas*. Troquel. Buenos Aires, Argentina.
- Chabot, D. (2009). *Pedagogía emocional sentir para aprender-integración de la inteligencia emocional en el aprendizaje*. España: Alfaomega.
- Chadwick, C. (1979). *Teorías del aprendizaje*. Santiago: Tecla.
- Delors, J. (1996). *La educación encierra un tesoro*. Madrid: Santillana- UNESCO
- Deval, J. (1994). *El desarrollo humano*. México: Siglo XXI.
- Eddy, L. (2014). *La identidad del adolescente. Como se construye*. Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia. Vol. 2 (2). <https://www.adolescenciasema.org/usuario/documentos/0201%20Mesa%20debate%20-%20Eddy.pdf>
- Edel, R. (2003). *El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo*. Revista Electrónica Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación (REICE). <https://www.redalyc.org/pdf/551/55110208.pdf>

- Elias, M., Hunter, L. & Kress, J. (2001). *Emotional Intelligence and Educatin*. En Ciarrochi, J., Forgas, J. y Mayer, J. (2001). *Emotional Intelligence in Everyday Life: A Scientific Inquiry*. (pp. 133-149). Philadelphia: Psychology Press.
- Extremera, P. y Fernández, P. (2004). *El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas*. Revista electrónica de investigación educativa, 6(2), pp. 1-17.
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-40412004000200005&lng=es&tlng=es
- Flores, S. y Machuca, M. (2013). *La inteligencia emocional en la Educación*. Education & Psychology.
orientacion.educa.aragon.es/admin/admin_1/file/.../A_contador.pdf
- García, T. (2013). Etapas del proceso investigador: INSTRUMENTACIÓN.
http://www.univsantana.com/sociologia/EI_Cuestionario.pdf
- Gardner, H. (1993). *Multiple Intelligences: The Theory and Practice*. New York: Basic Books.
- Goleman, D. (1995). *La inteligencia emocional*. Penguin Random House Grupo Editorial.
- Grañeras, M. (Coord.). (2008). *Orientación educativa: fundamentos teóricos, modelos institucionales y nuevas perspectivas*. Centro de Investigación y Documentación Educativa.
<https://sede.educacion.gob.es/publiventa/PdfServlet?pdf=VP15395.pdf&are a=E>
- Greenberg, L. (2000). *Emociones: una guía interna*. Bilbao: Desclée De Brouwer.
- Hernández, R., Fernández, C. y Bautista, P. (2014). Metodología de la investigación (6ªed.). McGraw-Hill.
- Hervás, A. (2006). *Orientación e intervención psicopedagógica y procesos de cambio*. Granada: Grupo Editorial Universitario.

- Inhelder, B., y Piaget, J. (1985). *De la lógica del niño a la lógica del adolescente*. Barcelona. Paidós (original publicado en 1955).
- Jeanne, O. (2005). *Aprendizaje humano*. 4° edición. Pearson educación, S. A.; Madrid.
- Jeffrey, A. (2008). *ADOLESCENCIA y adultez emergente: un enfoque cultural*. Tercera edición. Pearson Educación, México.
- Martínez, P. (2002). *La orientación psicopedagógica: Modelos y estrategias de intervención*. Madrid: EOS.
- Mora, R. (2015). *Factores que intervienen en el rendimiento académico universitario: Un estudio de caso*. Opción, 31 (6),1041-1063. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=31045571059>
- Moreno, A. (2007). *La adolescencia*. UOC. <http://openaccess.uoc.edu/webapps/o2/bitstream/10609/110987/7/La%20adolescencia%20CAST.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2015) <https://www.gob.mx/salud/articulos/que-es-la-adolescencia#:~:text=La%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de%20a,de%2015%20a%2019%20a%C3%B1os>.
- Ortony, A. (1996). *La estructura cognitiva de las emociones*. España: Siglo XXI.
- Papalia, D. (2009). *PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO. De la infancia a la adolescencia*. McGRAW-HIL. <https://www.mendoza.gov.ar/salud/wp-content/uploads/sites/16/2017/03/Psicologia-del-Desarrollo-PAPALIA-2009.pdf>
- Pérez, N., y Castrejón, J. (2007). *La inteligencia emocional como predictor del rendimiento académico en estudiantes universitarios*. Ansiedad y Estrés, pp. 121-131.

- Philip, R. (1997). *Desarrollo humano, Estudio del ciclo vital*. México: Pearson Prentice Hall.
- Piaget, J. (1967). *Seis estudios de psicología*. Barcelona, Editorial Seix Barral.
- Rodríguez, S. (1982). *Factores del rendimiento escolar*. España: Oikos-Taus.
- Sanchiz, M. (2008/2009). *Modelos de orientación e intervención psicopedagógica*. Universitat Jaume I. <http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/23882/s4.pdf?sequence=6;Psicologia>
- Secretaría de Educación Pública. (2014). *7. Manual para apoyar la orientación educativa en planteles de educación media superior*. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/14848/yna_manual_7.pdf
- Sistema de Educación Media Superior. (2017). *Modelo de orientación educativa en el Sistema de Educación Media Superior*. (1ª ed.). Universidad de Guadalajara. https://www.sems.udg.mx/sites/default/files/BGC/modelo_de_orientacion_educativa_en_el_sistema_de_educacion_media_superior.pdf
- Tonconi, J. (2010). *Factores que influyen en el rendimiento académico y la deserción de los estudiantes de la facultad de ingeniería económica*. Revista académica semestral. Vol. 2. N° 11. Universidad Nacional del Altiplano de Puno.
- Torres, L. y Rodríguez, N. (2006). *Rendimiento académico y contexto familiar en estudiantes universitarios*. Red de revistas Científicas de América Latina y El Caribe, España y Portugal. Vol. 11 N° 002. Universidad Veracruzana.
- Valles, H., Martínez, J., & Gordillo, E. (2013). *Rendimiento académico en escuelas de nivel medio superior*. IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH, 4 (6),51-58. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=521652344007>

Vélez, J., Tobón, S., & Cardona, S. (2016). *Contribución de la evaluación socioformativa al rendimiento académico en pregrado*. EDUCAR, 52 (2),423-447. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=342146063011>

Vivas, M. (2003). *La educación emocional: conceptos fundamentales*.

Williams, M. y Burden, R. (1997). *Psicología para profesores de idiomas. Enfoque del constructivismo social*. University Press.

ANEXOS

Anexo 1

Cuestionario

“¿Qué onda con mi rendimiento académico y mis emociones?”

El objetivo de este cuestionario es construir evidencia sobre las competencias emocionales y habilidades cognitivas con las que dispones, con el fin de profundizar en el estudio de la relación que tiene el aspecto emocional con tu aprendizaje. De este modo, las respuestas que proporcionas son muy útiles y su fin será especialmente de investigación.

Edad: _____

Sexo: _____

Grado: _____

INSTRUCCIONES: Lee cuidadosamente las preguntas y responde con sinceridad.

1. ¿Cuál es tu promedio general hasta el momento?

2. ¿Relacionas los conocimientos que ya sabes con los nuevos temas para resolver un examen?

Sí () No ()

3. Selecciona con una x las técnicas que utilizas para elaborar apuntes de los temas que estudias

() Mapas mentales

() Cuadros sinópticos

() Mapas conceptuales

() Resúmenes

() Lluvia de ideas

Otro _____

4. Selecciona con una x las actividades que llevas a cabo para aprender un tema nuevo

() Memorizas el tema

() Reflexionas sobre el tema

() Analizas el tema descomponiéndolo en diferentes partes

() Resumes el tema

Otro _____

5. ¿Logras concentrarte al momento de responder un examen si tienes algún problema familiar?

Sí () No ()

5 bis. ¿Por qué?

6. ¿Actualmente te encuentras trabajando?

Sí () No ()

6. bis En caso de que tu respuesta haya sido "Sí", ¿lo haces por necesidad o por gusto?

7. Cuando te sientes triste por alguna situación ¿te dan ganas de asistir a la escuela y estudiar?

Sí () No ()

7 bis. ¿Por qué?

Marca con una "X" la respuesta con la que te sientas más identificado (a)

	Siempre	Casi siempre	Pocas veces	Nunca
8. Cuando te preguntan cómo te sientes, ¿puedes identificar con facilidad las emociones que hay en ti?				
9. ¿Puedes identificar tus estados de ánimo con facilidad?				
10. Cuando sientes una emoción negativa ¿la expresas?				
11. Cuando te encuentras atravesando una situación de estrés ¿haces lo posible para calmarte?				
12. Cuando se presenta un problema con tus compañeros al momento de elaborar un trabajo en equipo ¿tienes la disposición para solucionarlo?				
13. Cuando te sientes enojado, ¿permaneces todo el día con esta emoción?				

14. ¿Escuchas y respetas las opiniones de tus compañeros, aunque sean diferentes a las tuyas?				
15. ¿Reconoces con facilidad cuando un compañero se encuentra enojado y no quiere interactuar con los demás?				
16. Cuando te encuentras en un conflicto personal, ¿te bloqueas y ya no lo solucionas hasta que otros lo hacen por ti?				
17. Cuando te encuentras con un obstáculo que te impide lograr la meta que te has planteado, ¿buscas la manera de superarlo para alcanzar tu meta?				

Gracias por tus respuestas