



**UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL**

Unidad Ajusco

Licenciatura en Psicología Educativa

## **Habilidades socioemocionales en profesores de educación básica del Estado de México**

Tesis que para obtener el título de:

Licenciada en Psicología Educativa

Presenta:

**Sara Carolina Chagoya García**

Dr. Jorge García Villanueva,  
*asesor de tesis*

Jurado de Examen Profesional

Dr. Edgar Salinas Rivera

Dra. Ma. Luisa Murga Meler

Mtro. Gustavo Martínez Tejeda

**Ciudad de México, octubre de 2022.**

Chagoya García, S.C. (2022). *Habilidades socioemocionales en profesores de educación básica del Estado de México*. Tesis de licenciatura. México: Universidad Pedagógica Nacional, 106 pp.

© D. R. Chagoya García, S.C. (2022). *Habilidades socioemocionales en profesores de educación básica del Estado de México*. Tesis de licenciatura. México: Universidad Pedagógica Nacional, 102 pp.

Contacto: 170920428@g.upn.mx, jvillanueva@upn.mx

## **Resumen**

La presente investigación tiene como objetivo conocer cuáles son las habilidades socioemocionales que los profesores de educación básica del estado de México poseen.

Es una investigación de corte descriptivo, con método mixto, la selección de los participantes se realizó bajo un muestreo no probabilístico; se aplicó el instrumento de medición BarOn, se obtuvieron los promedios de los 30 docentes, considerando tres categorías para identificar si existe diferencia entre la de edad, sexo y escolaridad.

La entrevista semiestructurada se enfocó en la formación y autopercepción que los docentes tienen sobre las habilidades socioemocionales, se aplicó a 3 profesores residentes del Estado de México.

Esta investigación permite identificar que las habilidades socioemocionales de los docentes de educación básica, presentan algunas variaciones, en cuanto a la edad los docentes de 30 años tienen mejores habilidades intrapersonales, interpersonales, de adaptabilidad, estrés y en su estado de ánimo.

La categoría escolaridad los docentes poseen habilidades, tienen un mejor puntaje aquellos con grado de estudio de maestría y los de doctorado necesitan mejorar en algunas áreas.

En función del género, los docentes varones mostraron mejores habilidades. Las entrevistas reflejan que este tema es importante para los docentes pues permite mejorar su enseñanza y su práctica educativa.

**Palabras clave:** *Habilidad pedagógica, Habilidad, Competencias para la vida, Aprendizaje socioemocional, Docencia, Competencias del docente*

**Key words:** *Teaching skills, Skills, Life skills, Social and emotional, Teaching profession, Teacher qualifications*

## Índice

Resumen.....	3
1. Introducción.....	7
2. Marco referencial.....	9
1 Las habilidades socioemocionales.....	9
1.1 ¿Qué son las emociones?.....	9
1.2 La inteligencia emocional.....	12
1.3 Inteligencia social.....	14
1.4 ¿Qué son las habilidades socioemocionales?.....	17
1.5 ¿Por qué es importante la educación socioemocional?.....	20
1.6 Clima del aula.....	23
1.7 Como influyen las emociones en el aprendizaje.....	25
1.8 Educación socioemocional para todos.....	28
2 Importancia de las habilidades socioemocionales en los docentes de educación básica.....	31
2.1 Importancia del rol docente.....	31
2.2 Bienestar docente.....	33
2.3 Práctica reflexiva, control y manejo socioemocional del docente.....	35
2.4 ¿Por qué es importante el desarrollo de habilidades socioemocionales en el docente?.....	39
2.5 La psicología educativa y su relación con el tema de habilidades socioemocionales.....	42
3. Método.....	47
Justificación.....	47
Planteamiento del problema.....	49
4. Objetivos.....	51
Objetivo general.....	51
Objetivos específicos.....	51
3.1 Tipo de estudio.....	52
3.2 Participantes y muestreo.....	53
3.3 Contexto.....	55
3.4 Técnicas e Instrumentos.....	55
3.4.1 Descripción del instrumento.....	56

3.5 Procedimiento.....	60
3.6 consideraciones éticas.....	61
4. Análisis de los resultados.....	62
4.1 Análisis de los resultados obtenidos por el instrumento BarOn de cada docente. ...	63
4.1.1 Descripción estadística de los participantes en su coeficiente total y sus sub componentes.....	63
4.1.2 Índice de inconsistencia .....	70
4.2. Descripción analítica de los resultados por categorías .....	71
4.2.1 Importancia de la educación socioemocional. ....	71
4.2.2 La formación socioemocional en el docente. ....	73
4.2.3 Autopercepción de las habilidades socioemocionales .....	77
4.2.4 Síntesis.....	79
5. Discusión .....	81
6. Conclusiones.....	88
6.1 Limitaciones de este estudio e ideas para continuarlo .....	91
ANEXO 1 .....	98
ANEXO 2 .....	105
<b>Tabla 1</b> .....	54
<i>Descripción de los participantes</i> .....	54
<b>Tabla 2</b> .....	58
<i>Descripción del instrumento BarOn</i> .....	58
<b>Tabla 3</b> .....	59
<i>Correspondencia entre las preguntas de entrevista y las categorías de análisis</i> . ....	59
<b>Tabla 4</b> .....	62
<i>Puntajes para la interpretación de los resultados del instrumento BarOn</i> . ....	62
<b>Tabla 5</b> .....	70
<i>Puntajes del índice de inconsistencia del instrumento BarOn</i> .....	70
<b>Tabla 6</b> .....	79
<i>Resultados por categoría</i> .....	79
Figura 1.....	65

<i>Promedio de la calificación total</i> .....	65
Figura 2.....	66
<i>Promedio general de la categoría edad</i> .....	66
Figura 3.....	67
<i>Promedios totales de la categoría grado de estudios</i> .....	67
Figura 4.....	69
<i>Promedios totales de la categoría sexo</i> .....	69

## 1. Introducción

El presente trabajo tiene como objetivo conocer cuáles son las habilidades socioemocionales que posee un grupo de profesores de educación básica del estado de México.

Considerando que el profesor es uno de los actores principales implicados en el contexto educativo, siendo él, quien se enfrenta al grupo y a su vez mediador para el desarrollo de aprendizajes y conocimientos de los alumnos y futuros ciudadanos del país.

Las habilidades socioemocionales del docente son fundamentales en su desarrollo personal, así como en su efectividad y calidad en sus procesos de enseñanza aprendizaje, es decir los docentes necesitan estas competencias para poder establecer dichas estrategias que les permitan mejorar su práctica docente, así como el desarrollo de habilidades socioemocionales en sus alumnos (Palomera, Fernández-Berrocal, & Brackett, 2008).

El tema de las habilidades socioemocionales en México tomó sentido en el plan de estudios 2017 en educación básica, donde su principal objetivo es formar alumnos con capacidades, valores y actitudes que les permitan regular sus emociones, entrelazando los enfoques cognitivos y emocionales, con la finalidad de que los futuros ciudadanos puedan enfrentarse a la vida y a las demandas sociales y laborales que del el país (SEP, 2017, págs. 341-379).

No obstante estas temáticas educativas se enfocan en el alumnado, sin considerar la importancia que tiene la educación socioemocional de los docentes, estos actores educativos también son importantes, son seres humanos y sociales que necesitan un control y manejo de sus emociones, que esto les permita trabajar y sentirse plenos tanto en su vida personal, como en la profesional.

El tema de las habilidades socioemocionales no solo recae en el alumnado, es un tema de suma importancia para cualquier persona, es indispensable que cualquier ser humano tenga aprendizajes pero no solo de carácter cognitivo, sino que éste posea habilidades que le permitan tener una conciencia emocional, que sean capaces de establecer relaciones sanas, que se muestren empáticos y colaborativos ante sus iguales, que tengan un control y manejo de sus emociones para poder establecer relaciones

interpersonales positivas, es decir que cualquier persona pueda actuar ante cualquier estado o situación con los demás, mostrando una convivencia sana, basada en el respeto, sin dejarse llevar por sus impulsos; tomando en cuenta bienestar propio y de los demás (Treviño, González, & Montemayor, 2020); la educación socioemocional es un tema para todos, alumnos, docentes, familias, si queremos una sociedad de calidad, debemos ser personas de calidad y esto se regula a través de la educación socioemocional.

Durante la realización de esta investigación, en el primer capítulo se muestra el tema central de las habilidades socioemocionales, se mencionarán las concepciones básicas de las emociones y sus diversas inteligencias, se explicará la importancia de las habilidades socioemocionales, como estas influyen en el aprendizaje, y el clima escolar; esto basado principalmente en autores como (Bisquerra, 2003), (Gardner, 1994, págs. 188-192), (Goleman, 1996, págs. 131-135) y en el plan de estudios (SEP, 2017, págs. 341-379).

En el segundo capítulo se tomara importancia en la educación socioemocional de los docentes, retomando temas de interés como rol y bienestar docente, la importancia de su práctica reflexiva en las habilidades socioemocionales y por último el papel del psicólogo educativo en estas temáticas, basado principalmente en autores como (Barrientos, 2016) y (Leon, 2011).

La presente investigación se manejó bajo un enfoque cuantitativo, con un estudio descriptivo, se aplicará el instrumento BarOn a 30 docentes de educación básica, también se aplicó una entrevista semiestructurada a 3 docentes de educación básica pertenecientes al Estado de México, la selección de la muestra es no probabilística, esto de acuerdo con (Galindo, 1998) (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014) (Kerlinger, 2002).

El análisis del instrumento se hará con relación a las 5 escalas de medición y la división de las sub-escalas, que en total conforman 15 categorías en las que se divide en instrumento, este análisis se hará con relación las categorías , edad, sexo y grado de estudios de los docentes participantes y así poder obtener la recolección de datos cuantitativos; para el análisis de las entrevistas se hará una transcripción completa de cada entrevista, posteriormente se seleccionara la información para dar conclusiones, esto de acuerdo con (Fernández Núñez, 2006) (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014).

Finalmente se presentará el capítulo de resultados, discusión donde se presentarán los resultados generales de ambos instrumentos y de esta manera poder pasar al capítulo de conclusiones.

## **2. Marco referencial**

### **1 Las habilidades socioemocionales**

#### **1.1 ¿Qué son las emociones?**

Para comenzar esta fundamentación teórica comenzaremos definiendo con palabras de Bisquerra qué es una emoción, “Una emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (Bisquerra, 2003).

La emoción se caracteriza por un alguna alteración en el estado de ánimo y está en algunas de la veces es de corta duración; las emociones son conjunto de reacciones orgánicas que experimenta un persona cuando se ve provocada por ciertos estímulos externos, ya sea un lugar, una persona o situación a la que se enfrente. Las emociones son cambios fisiológicos acompañados de impulsos conductuales y estas respuestas conductuales van acompañadas de sentimientos (Carlson, 2014). Los estados emocionales están regulados a un sentimiento cognitivo y fisiológico, el cual se desarrolla en el sistema límbico, donde se encuentra la amígdala, el tallo y el hipotálamo (López, Valdovinos, Méndez, & Mendoza, 2009).

Cada emoción está relacionada con sentimientos conductas y respuestas fisiológicas, estas respuestas se originan principalmente en la amígdala, la amígdala está ubicada en el lóbulo temporal y esta se encarga principalmente de organizar las repuestas comportamentales ante diversas situaciones, es decir la vinculación entre la emoción y la cognición (Carlson, 2014, págs. 348-418).

Los seres humanos comunicamos nuestras emociones principalmente por los gestos faciales o nuestro lenguaje corporal y la mayoría de las veces estas emociones son innatas, sin embargo el reconocimiento de las emociones en otras personas es automático, ya que podemos identificar qué tipo de emoción está presentando (Carlson, 2014, págs. 348-418).

En algunos trabajos de (Fernández, García, Jiménez, Martín, & Domínguez, 2013) afirman que existen cuatro elementos que definen al concepto de emoción:

El principal es el aspecto fisiológico, pues consideran que cada emoción tiene una reacción distinta y se refleja de manera fisiológica, como cambios en el sistema nervioso.

El segundo elemento es el de acción o afrontamiento, el cual hace referencia a realizar acciones como la agresión, evitación o alguna postura corporal y su principal objetivo es dar respuesta a las situaciones del entorno que son emocionalmente importantes para poder actuar.

El tercer elemento emocional es la experiencia subjetiva emocional la cual se caracteriza por los sentimientos que los individuos experimentan de manera consciente cuando estas señales emocionales se expresan de manera consciente para reflejar un sentimiento determinado.

El cuarto elemento es una emoción con capacidad de análisis y procesamiento de la información, es decir que cada emoción involucra un proceso cognitivo y esta dependerá de cada individuo y el contexto donde se desarrolle, ya que a través de este proceso cognitivo le permitirá a la persona actuar emocionalmente de manera racional.

Las emociones son parte de nuestro día a día, en ellas reflejamos nuestro estado de ánimo, ya sea felicidad, tristeza o enojo; todas las emociones son válidas, no existen emociones buenas o malas, las emociones son mecanismos que nos ayudan a actuar, dependiendo la situación en la que nos encontremos y todo estado emocional está caracterizado por sensaciones físicas y sentimientos que nos permiten identificar nuestro estado emocional y conductual (López, Valdovinos, Méndez, & Mendoza, 2009).

Con base en (SEP, 2017, págs. 371-379), nos dice que existen emociones básicas y secundarias; las emociones básicas hacen referencia a la ira, la alegría, la tristeza, el miedo, el asco y la sorpresa. Y las emociones secundarias o también llamados

sentimientos conlleva a un “componente cognitivo y cultural” como por ejemplo la gratitud, el respeto, el perdón, la envidia, los celos, la venganza. Es decir que tanto las emociones básicas como las secundarias se clasifican en emociones positivas o constructivas que estas son las que producen estados de bienestar y las negativas que producen estados de malestar (SEP, 2017, págs. 341-379).

Una emoción pueden ser innata o causada, pueden ser emociones psicológicas, conductuales o fisiológicas y están influenciadas por conocimientos previos o experiencias vividas. Todos los individuos reaccionan de manera distinta y con diferentes emociones o actitudes, esto depende del aprendizaje, experiencias o contextos donde se encuentra.

En trabajos especializados de (Bisquerra, 2009, págs. 15-21) señala que las emociones funcionan como mecanismos reflejos que desencadenan una acción, con anterioridad se creía que actuar de manera impulsiva era necesario para la supervivencia, sin embargo hoy en día esto puede ser contraproducente, es ahí la importancia de educar las emociones.

Cualquier acto humano trae consigo un acto cognitivo, pero a su vez este también viene cargado de actos emocionales, (Timoneda, 1999); es decir que las emociones son importantes para nuestra vida, pues son sentimientos expresados, con tan solo observar a un individuo podemos inferir que tipo de emoción está experimentando en ese momento, no sabemos la causa de lo que generó dicha emoción, pero con su comportamiento, sus expresiones faciales y corporales, nos podrían dar una idea sobre las emociones que está experimentando en ese momento.

Bisquerra, hace alusión al término de los componentes emocionales en los cuales menciona que el componente cognitivo es la experiencia emocional subjetiva, lo que coincide con el término de sentimiento, esto quiere decir que debemos ser capaces de reconocer nuestras propias emociones y saber cómo nos sentimos y qué es lo que está generando dicha emoción. La capacidad de identificar nuestras emociones permite conocernos mejor a sí mismos (Bisquerra, 2009, págs. 15-21).

En trabajos de (Chóliz, 2005) menciona que la emoción es una respuesta tridimensional que se basa en tres mecanismos, cognitivo/subjetivo, conductual/expresivo y fisiológico/adaptativo, que en conjunto permiten al individuo tener reacciones

conductuales. Las emociones son una parte fundamental del ser humano, es por ello que debemos identificarlas y educar en emociones, para el buen desarrollo del individuo en sociedad, esto quiere decir que una emoción forma parte de nuestro día.

Es por eso que debemos tomar en cuenta la importancia de las emociones en nuestra vida diaria, saber reconocerlas y que es lo que nos ha llevado o causado al tener dicha emoción, en el mejor de los casos saber controlarlas, no actuar de manera impulsiva. Sin embargo aún que se considera que las emociones son innatas, el aprendizaje puede determinar las reacciones conductuales, es decir permite modificar el patrón de respuesta, a lo que podemos decir que las emociones pueden ser aprendidas y reguladas. (Chóliz, 1995)

Las emociones están conformas de elementos fisiológicos, cognitivos y socioculturales, que se ven reflejados de manera instintiva, consciente e inconsciente, es decir que las emociones también son aprendidas y moduladas por el entorno sociocultural donde se desenvuelve el individuo, sin embargo estas nos ayudan a tener respuestas adaptativas (SEP, 2017, págs. 341-379).

Considerando lo antes mencionado las emociones son parte fundamental de cada individuo, es por eso que debemos considerar que en la actualidad, las emociones son un factor importante para desempeñar las relaciones socio-afectivas y de aprendizaje, que el individuo sea capaz de identificarlas, autorregularlas y reconocerlas, ya que esto le permitirá un mejor desempeño en sus actividades sociales pero sobre todo en su vida personal así como el poder relacionarse de manera interpersonal y laboral, que sean personas emocionalmente mejor autorreguladas y socialmente mejor capacitadas.

## **1.2 La inteligencia emocional.**

La inteligencia emocional es un capacidad personal, es la capacidad de manejar y controlar nuestras emociones, controlar nuestros impulsos, regular nuestros estados de ánimo, pero a su vez, es la capacidad de ser empáticos con los demás; es la combinación entre lo cognitivo y lo emocional, la habilidad para pensar y actuar de manera acertada, sin dejarnos llevar por los impulsos, es decir que la inteligencia emocional determina el grado de destreza que alcanzara un individuo en todas las facultades, personal, cognitivo, conductual y social (Goleman, 1996, págs. 41-57).

La inteligencia emocional va acompañada de los rasgos de personalidad, la capacidad de comportamiento e inteligencia en un contexto determinado, es decir la manera inteligente

y consiente de cada persona, por lo tanto aquellas personas emocionalmente reguladas, saben interpretar sus sentimientos, establecer relaciones positivas, comprender los sentimientos de los demás, tienen un mayor éxito en las situaciones de su vida, así como una mayor control conductual, ya que se sienten más satisfechos y eficaces (Goleman, 1996, págs. 41-57).

En algunos trabajos de (Contini, 2005) menciona que la inteligencia emocional es esta habilidad para percibir y expresar las emociones, saber conocerlas y comprenderlas, es la capacidad de identificar el significado de aquella emoción, teniendo capacidad de razonamiento sobre cada una de ellas y que esto nos permita la solución de problemas; recordando que estas habilidades y capacidades influyen de manera personal e interpersonal, es decir saber identificar las emociones de los demás y solucionar los problemas de manera inteligente.

En algunos trabajos de (Goleman, 1996, págs. 41-57) afirma que las personas con una elevada inteligencia emocional, son individuos con características sociales desarrolladas, son personas alegres, extrovertidas, que demuestran capacidades para comprometerse a causas y a las personas, son cariñosos y afables, su vida emocional suele ser apropiada ya que se sienten a gusto consigo mismos, con las personas que los rodean y en la sociedad en la que viven.

Como menciona (Gardner, 1994, págs. 188-193); existen dos tipos de inteligencia íntimamente relacionadas, la inteligencia intrapersonal que involucra el examen y conocimiento de un individuo y sus propios sentimientos y la inteligencia interpersonal que es esta capacidad de mirar hacia afuera e identificar las conductas de las demás personas, así como sus sentimientos y motivaciones.

Para (Goleman, 1996, págs. 41-57), la inteligencia emocional consiste en:

El conocimiento de las propias emociones: es decir la capacidad de reconocer en uno mismo el sentimiento aparente en el momento en que aparece, el elemento crucial de la inteligencia emocional pues permite la auto-comprensión.

La capacidad de controlar las emociones: la conciencia que uno mismo tiene y la capacidad de controlar nuestros sentimientos así como adecuarlos al momento.

La capacidad de motivarse uno mismo: Una emoción tiende a impulsar hacia una acción. Por eso, emoción y motivación están íntimamente interrelacionados. Encaminar las emociones, y la motivación consecuente, hacia el logro de objetivos es esencial para prestar atención, auto motivarse, manejarse y realizar actividades creativas.

El reconocimiento de las emociones ajenas: el valor primordial en estos temas "Empatía"; las personas empáticas tienden a tener un conocimiento sobre las emociones tanto de sí mismos pero tomando gran importancia en las necesidades y sentimientos de los demás, esta parte es fundamental ya que es importante que profesionales como los docentes, psicólogos, pedagogos, médicos, tengan conciencia y las habilidades necesarias para trabajar con ella.

Control de las relaciones: el arte de las relaciones, esta habilidad que nos permite relacionarnos y sentir las emociones ajenas.

Con base en los trabajos de (Fragoso, 2015) menciona que la inteligencia emocional es esta capacidad y habilidad que cualquier individuo requiere para poder enfrentarse a diversos ambientes que están en constante cambio, es decir que sea una persona mejor adaptada, eficiente y con mayor confianza, que pueda tener autocontrol de sus emociones y saber reconocer las emociones y sentimientos de los demás.

Con base en lo anterior mencionado la inteligencia emocional es la capacidad cognitiva y emocional de regular las emociones, pero a su vez tomando en cuenta el valor empático y comprender los sentimientos de nuestros iguales, el beneficio del buen manejo de las emociones es para toda nuestra vida, nuestro campo laboral y nuestras relaciones sociales.

Es por eso que la inteligencia emocional es importante en nuestro día a día, pues de esta dependerán las buenas relaciones sociales y el buen comportamiento, así como saber manejar las situaciones y actuar de manera adecuada ante cualquier circunstancia, la inteligencia emocional debe ser considerada en nuestra vida personal así como en todos los espacios y contextos.

### **1.3 Inteligencia social**

Los seres humanos tenemos una predisposición natural hacia la empatía, la cooperación y la generosidad y por lo tanto necesitamos desarrollar la inteligencia social.

Como mencionan (Betina & Contini, 2011) la habilidad o inteligencia social supone un proceso de aprendizaje y estos se adquieren a través de los procesos de socialización, por lo tanto la primera infancia es importante para la adquisición de estos aprendizajes, ya que estas conductas aprendidas permitirán al individuo en un futuro, desarrollarse en un contexto individual o interpersonal.

La inteligencia social se caracteriza por la capacidad humana de relacionarse, es esta capacidad de relacionarnos sabiamente con nuestros iguales. Esto se va desarrollando desde el momento en que nacemos, pues al nacer dependemos en lo absoluto de nuestros cuidadores, pero a su vez estamos interactuando con seres humanos.

En los trabajos de (González, Monjas, & Benito, 2000) afirman que la inteligencia social son conductas aprendidas que nos permiten interactuar y relacionarnos de manera efectiva con nuestros iguales, estas capacidades o destrezas sociales son importantes para ejecutar las habilidades interpersonales a las que estamos inmersos diariamente.

Al crecer nos iremos conformando como individuos sociales, pero esto se verá en gran parte influenciado por el contexto en donde nos desarrollemos, la influencia del contexto familiar y escolar en nuestros primeros años de vida, son clave para la buena inteligencia social, es decir que cada cultura tiene sus propios sistemas simbólicos, que permiten identificar y se transforman en significados compartidos (Gardner, 1994, págs. 188-193).

A través de esta aculturación es importante que los individuos se desarrollen sanamente en sociedad, es decir que desarrollen inteligencias interpersonales e intrapersonales, que les permitan identificar los sentimientos, emociones y actitudes personales, pero también tener la habilidad de distinguir y notar sus estados de ánimo, temperamento e intenciones de otros individuos (Gardner, 1994, págs. 188-193).

Es decir que la enseñanza de valores morales y sociales, son un factor importante para poder desarrollarnos y caracterizarnos como individuos sociales pensantes, siendo esto clave para poder relacionarnos con la diversidad de personas que existen, respetando los ideales y pensamientos de cada una; la inteligencia social es esta habilidad de una persona para comprender y manejar a otras personas así como para involucrarse en interacciones sociales adaptativas (Lopez, 2007).

No obstante la inteligencia social debe estar acompañada de dos concepciones importantes que son la conciencia social y la aptitud social, pues éstas en conjunto

permitirán que el individuo tome las actitudes, decisiones y acciones necesarias dependiendo del contexto donde se encuentre. Si bien la conciencia social es esta capacidad donde el individuo comprende los estados internos de las demás personas, es decir que una persona con conciencia social tiene esta habilidad de percibir las señales emocionales no expresadas pero que se ven reflejadas en su estado de ánimo y por otra parte la aptitud social permite que exista una interacción efectiva, tomando en cuenta las actitudes, pensamientos y sentimientos de los demás, actuando de manera acertada ante cualquier situación o emoción, ya sea buena o mala y dentro de esta capacidad social se refleja la empatía donde existe esta relación de entender los sentimientos ajenos (Albrecht, 2006).

Sin embargo la inteligencia social debe ser desarrollada a temprana edad, con valores morales y éticos, tomando en cuenta la empatía hacia cualquier persona, ya que nos encontramos ante una sociedad diversa y debemos ser capaces de manejar cualquier situación, establecer relaciones positivas y comprender a los demás, para poder interactuar en diversos espacios (Zúñiga & Liza, 2016).

Al no tener un buen desarrollo de la inteligencia social podrán existir factores en algunas personas como son el narcisismo, la poca empatía hacia situaciones en las que se encuentran otro individuo, por otro lado las ventajas que tiene una persona que ha desarrollado la inteligencia social, será la capacidad de relacionarse de manera asertiva, serán personas empáticas, altruistas y cooperativas.

Considerando que el aprendizaje es, en gran medida, una actividad social, puede decirse que la inteligencia social es importante para cualquier estudiante, porque es a que le permite hacer amigos, trabajar en grupos, o conseguir ayuda cuando la necesita. A su vez, la inteligencia social cobra importancia para el docente, quien al contribuir con este bienestar social en el aula, contribuye con un ambiente saludable de trabajo. Además, como parte de la comunidad educativa, debe orientar sus esfuerzos a una educación de calidad y calidez (González & Moyano, 2014).

Es decir que la inteligencia social es una parte fundamental para todas las personas ya que a través de ellas adquirimos buenas relaciones interpersonales, que nos permitirán desempeñarnos en cualquier contexto ya sea escolar, familiar o social.

#### **1.4 ¿Qué son las habilidades socioemocionales?**

Ahora bien conocemos la importancia de las emociones y la inteligencia emocional y social en las personas, sin embargo las habilidades socioemocionales van de la mano con estos conceptos. Estas habilidades que son tan importantes como las cognitivas.

Si bien a lo largo de los años se ha enfatizado en el desarrollo de las habilidades cognitivas, no obstante el tema de las habilidades socioemocionales ha tomado gran importancia en la actualidad.

Principalmente debemos saber que el desarrollo de habilidades o competencias se enfoca en que toda competencia es susceptible a aprendizaje o desarrollo y esto implica una serie de actividades o tareas que permitan potenciar dichas competencias, es decir que éstas se basan en un conjunto de habilidades, conocimientos y actitudes que pueden llegar a desarrollarse. Con base en esto es importante mencionar que para que una persona se considere competente ante una determinada tarea o rol, esta debe poseer una serie de procedimientos conceptuales (saber), procedimentales (saber hacer), actitudinales (saber estar) y sobre todo estar motivada para actuar ante diversas situaciones (querer hacer) (Repetto & Pérez, 2007).

Las habilidades socioemocionales son una conformación de comportamientos manifiestos aprendidos, orientación clara de metas y objetivos, integración de aspectos cognitivos, conductuales y afectivos, es decir que las habilidades socioemocionales orientan hacia una inteligencia social aprendida, permitiendo que las personas actúen prudentemente y constructivamente en las relaciones humanas, estas habilidades están cargadas de aspectos emocionales, realizando de forma consciente distinciones entre los sentimientos y las emociones (Justis, Alместro, & Astorga, 2017).

Este tema se apoya de diversos conceptos que lo complementan y permiten entenderlo, por lo cual se adjudica definiciones como las habilidades socioemocionales, competencias socioemocionales o educación socioemocional. (Mejía, Rodríguez, Guerra, Bustamante, Chaparro, & Castellanos, 2017) nos dicen que las habilidades socioemocionales no solo es aquello enfocado a lo cognitivo si no que tiene influencia en las áreas afectivas y de relaciones sociales, así como la proyección a la sociedad.

Con base en la definición anterior las habilidades socioemocionales son una herramienta para todas las personas, estas permiten regular las emociones y controlarlas, ser

empáticos, comprender las emociones de los demás, establecer relaciones positivas así como una toma de decisiones responsables.

La perseverancia, sociabilidad y curiosidad son habilidades socioemocionales que, como su nombre lo indica, están estrechamente relacionadas con las emociones, las cuales se encuentran presentes en todos nuestros comportamientos y son las encargadas de motivar, energizar y dirigir tanto el pensamiento como la conducta, estas competencias son benéficas en diversos aspectos de la vida y el desarrollo personal, social; incluso el desarrollo de estas competencias permitirá en un futuro que los individuos sea capaces de realizar sus actividades laborales a las que se enfrentan cualquier adulto.

En trabajos de (Repetto & Pérez, 2007) afirman que las habilidades socioemocionales permiten una satisfacción de vida, mejoran la salud mental, el desempeño laboral, calidad de vida en el trabajo.

Dentro del currículo nacional (SEP, 2017, págs. 353-376); se estableció en el área de educación socioemocional cinco dimensiones que en conjunto guían al enfoque pedagógico y a las interacciones educativas, por lo tanto las cinco dimensiones son:

1. Autoconocimiento: es esta habilidad de conocerse y comprenderse a sí mismo, tomar conciencia de las emociones, pensamientos y necesidades propias.
2. Autorregulación: es esta capacidad de regular los pensamientos, conductas, emociones y expresarlas de manera apropiada.
3. Autonomía: es la toma de decisiones y actuar de forma responsable buscando un bien para sí mismo y los demás.
4. Empatía: este valor fundamental para construir relaciones interpersonales sanas permitiendo reconocer las emociones y sentimientos de los demás.
5. Colaboración: capacidad de un individuo para establecer relaciones interpersonales armónicas que lleven a metas grupales y la construcción del sentido de nosotros.

Con relación a las cinco dimensiones; el plan y programas (SEP, 2017, págs. 353-576), considera que cada una de estas dimensiones tanto de manera individual y en conjunto, permiten una dinámica en las interacciones, ya sea en el plano grupal e individual, así como en el plano socio-ambiental, sosteniendo las temática de aprender a hacer, aprender a ser, aprender a aprender y sobre todos aprender a convivir.

Considerando lo anterior, educar en temas como son las habilidades socioemocionales es muy importante, pues es una herramienta fundamental para todos, esta herramienta permitirá enfrentar las demandas sociales, personales, emocionales y laborales de esta sociedad dinámica.

Los temas de habilidades socioemocionales han tenido éxito, ya que diversas investigaciones han afirmado que las personas con este tipo de habilidades tienen un mejor manejo de conflictos, resolución de problemas, autocontrol, liderazgo y una mejor autoestima, sin dejar de lado que a su vez poseen las capacidades necesarias para enfrentarse al campo laboral.

Las habilidades socioemocionales son un conjunto de competencias que involucra procesos emocionales, sociales y cognitivos lo cual podemos decir que aporta herramientas en el proceso escolar del docente facilitando el desarrollo de estas en los estudiante (Gutiérrez-Torres, 2019). Sin embargo las habilidades socioemocionales deberían ser una herramienta para todas las personas, sin importar si son jóvenes o adultos, ya que de esto depende el buen desempeño y aprendizaje social y personal de cada una.

El aprendizaje social y emocional son conceptos que van de la mano, pero que no cualquiera posee, es por ellos que en la actualidad se han venido reestructurando estos temas, pues se considera que es importante que todos los individuos obtengan estas herramientas.

Las demandas sociales cada vez son más difíciles, así como en campo laboral, es por ello que en nuestro país se dio a la tarea de implementar esta nueva materia, ya que el sistema educativo es uno de los principales contextos en los que se desarrolla un ser humano, por lo tanto ha considerado que es importante educar en habilidades socioemocionales.

El desarrollo de estas competencias es fundamental para lograr una salud mental positiva, tal y como es definida por la Organización Mundial de la Salud "*Estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera, y es capaz de hacer una contribución a su comunidad*" (Mejía, Rodríguez, Guerra, Bustamante, Chaparro, & Castellanos, 2017).

No obstante aunque existen investigaciones sobre este tema en México, tomó relevancia hasta 2017, aunque ya se planteaban temas como era el aprendizaje social y emocional, no existía una educación socioemocional. Se ha interesado tanto en este tema que las instancias de alto grado han tomado en cuenta la importancia de la educación o aprendizaje en este tema. Pues consideran que deben existir ambientes de paz y personas con pensamientos más humanistas.

Considerando lo antes mencionado este tema beneficia a todos, pues estas nuevas habilidades nos permitirán relacionarnos de mejor manera, reforzar valores como la empatía y el respeto, ser conscientes y sensibles ante las situaciones que está pasando nuestro compañero de clase, de trabajo o incluso en nuestras relaciones personales, pero sobre todo en nuestra vida individual.

No es una tarea fácil, pues estamos acostumbrados y educados con diversos pensamientos e ideas, no obstante este entrenamiento o educación socioemocional permitirá que poco a poco seamos capaces de manejar adecuadamente nuestras emociones, actitudes, problemas, así como las que está pasando nuestros iguales, tener el control de nuestras emociones y ser personas más empáticas y autorreguladas, sin embargo no es una tarea fácil, pero esto no es impedimento para que a lo largo de los años se vaya priorizando y que esto se vea reflejado en todos los contextos a los que nos enfrentamos día a día.

### **1.5 ¿Por qué es importante la educación socioemocional?**

La educación emocional es la parte fundamental de educar a las personas en los aspectos de adaptación social y el buen manejo de sus emociones, estas dos partes conceptuales, sociedad y emociones, son fundamentales en el desarrollo de cualquier persona pues de ahí se determina las capacidades y habilidades que permiten la expresión y control de los sentimientos de la manera más adecuada.

Como menciona (Vivas, 2003); la educación emocional debe considerar aulas que interrelacionen la cognición y la emoción, es decir una educación integral incluyendo programas que potencialicen habilidades más humanas como: el autoconocimiento, la empatía, el arte de escuchar, saber resolver conflictos de manera sana y ser estudiantes más colaborativos.

La educación socioemocional tiene como propósito que las personas que desarrollen estas habilidades reconozcan sus emociones y la de los demás, teniendo en cuenta la autorregulación asertiva y resolución de conflictos, favoreciendo las relaciones interpersonales y colaborativas (Álvarez, 2020). En su proceso formativo, el objetivo es el desarrollo y práctica de las habilidades socioemocionales, que exista una educabilidad emocional, ya que se ha demostrado que gracias a la neuroplasticidad cerebral, estas competencias pueden ser desarrolladas y educables a través de contextos favorables, estilos de crianza y ambientes protectores (Álvarez, 2020).

La (SEP, 2017, págs. 341-379) menciona que la educación socioemocional en un proceso de aprendizaje, en el cual las personas que adquieren este aprendizaje, obtienen valores, actitudes y habilidades que les permiten manejar y comprender sus emociones, así como la construcción de una identidad personal, ser empáticos con los demás mostrando cuidado y atención, generando relaciones positivas pero sobre todo la toma de decisiones responsables y el manejo de situaciones retadoras de manera consciente y ética.

Como bien se ha mencionado la importancia que tienen las emociones así como la inteligencia emocional y lo esencial que son las habilidades socioemocionales en las personas; pues de esto dependerá el bienestar mental y social de cada una de ellas. (Mejía, Rodríguez, Guerra, Bustamante, Chaparro, & Castellanos, 2017); Mencionan que *“las competencias socioemocionales promueven un mejor rendimiento académico y alejan a la persona de conductas de riesgo tanto individuales como grupales”*; lo que nos lleva a considerar que educar en emociones es un beneficio para todos.

La educación socioemocional tiene como propósito que las personas y estudiantes desarrollen y pongan en práctica estas herramientas, que les permitan estar bien consigo mismos y con los demás, con base en actividades y prácticas escolares, que los estudiantes aprendan a manejar sus estados emocionales, sus relaciones interpersonales y que esto les permita alcanzar sus metas en la vida (SEP, 2017, págs. 341-379).

La educación socioemocional es un tema actual, ya que se ha considerado la importancia y el impacto que este tema tiene sobre la vida de un individuo, no obstante siendo temas actuales no todos tienen esta oportunidad de aprender a manejar y regular sus emociones. (Bisquerra, 2009, págs. 15-21); Menciona que dentro de las innovaciones psicopedagógicas están las habilidades socioemocionales y esto no queda

suficientemente atendido. Es por ello que se considera que se debería tomar más importancia sobre este tipo de problemáticas educativas y sociales.

En el 2017 se reformulo el currículo educativo, pues los aprendizajes y prácticas de los estudiantes eran un tanto deficientes y estas no cumplían con las demandas sociales actuales, por lo tanto se solicitó una innovación curricular, que permitiera una educación más humanista, formando futuros ciudadanos con mejores competencias y habilidades, no solo cognitivas si no también, emocionales y sociales.

Se han tocado temas importantes, en el nuevo modelo de la reforma educativa y su enfoque humanista, como es la educación inclusiva e igualitaria para todos, atender a la diversidad educativa, la integración de todos los alumnos, sin importar su condición física o su origen; de esta manera se planteó el tema de habilidades socioemocionales.

Es decir, la escuela ha de atender tanto al desarrollo de la dimensión socio-cognitiva de los estudiantes como a la regulación de sus emociones. El currículo ha de apuntar a desarrollar la razón y la emoción, reconociendo la integralidad de la persona, es decir, que en el proceso educativo hay que superar la división tradicional entre lo intelectual y lo emocional (SEP, 2017, págs. 341-379). Lo que se busca es que los estudiantes no solo se enfoquen en actividades que les permitan construir su conocimientos si no que a su vez tengan conciencia de lo que sienten, cómo lo sienten y por qué lo sienten así como el desarrollo de su empatía hacia sus iguales, es decir que la educación emocional permitirá responder a las necesidades sociales de la educación, teniendo este como otro factor importante (Bisquerra, 2003).

La educación y el desarrollo de las habilidades socioemocionales no depende solo del alumno, sino que es un trabajo cooperativo donde se ven involucrados directivos, docentes, familias, para que esto tenga un avance o desarrollo tendrán que integrar y trabajar de manera conjunta.

En trabajos especializados de (Bisquerra, 2003) menciona que el desarrollo de las habilidades socioemocionales es una forma de prevención a futuro, pues permitirán que poco a poco se vayan regulando las actitudes de riesgo o problemas psicológicos, sociales y emocionales que presentan las personas.

Las competencias son un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y aptitudes, que estas se toman en cuenta para saber actuar de manera acertada en una

determinada situación, las competencias son las características de un individuo en cuanto al saber, saber hacer y saber ser, lo cual nos permite inferir que las competencias socioemocionales, permiten que un individuo sea consciente en la toma de decisiones, actitudes, de lo que sabe, como lo hace y como es que debe ser o actuar en una situación precisa.

Con base en lo anterior mencionando, demos tomar en cuenta la importancia de estas temáticas actuales, pues es de gran importancia educar a las personas en cuanto a sus habilidades socioemocionales, la educación socioemocional permitirá mejorar en diversos aspectos antes mencionados, pero a su vez se verá reflejado en el impacto educativo y social.

### **1.6 Clima del aula**

En la mayoría de las veces el tema de clima en el aula recae en una responsabilidad del profesor y esto depende de las habilidades emocionales y sociales que los docentes tengan. Es esta capacidad de empatía que un profesor debería tener para trabajar, hablar y acompañar a sus alumnos, la integración de las percepciones del docente y de los alumnos que ocurren dentro del aula (Ascorra, Arias, & Graff, 2003).

El clima del aula hace referencia a aquellas interacciones socio-afectivas durante el proceso de enseñanza y aprendizaje, el clima del aula se crea a través de las relaciones alumnos- profesor, alumno- alumno, pero recordando que el principal en gestionar este clima es el profesor, sin embargo es importante considerar que este principal actor educativo, tendrá que reconstruir sus habilidades sociales y emocionales, tener la capacidad de relacionarse y mantener dentro de su aula un buen contexto e interacción.

Los espacios de aprendizaje permiten una buena relación y comunicación basada en el dialogo esto acompañado de prácticas innovadoras, ya que es importante preparar espacios que permitan la libre participación, la acción cooperativa, la afectividad, la autonomía y la responsabilidad, es decir que a través de las relaciones en espacios educativos, propiciamos buenas interacciones socioemocionales como la escucha activa, la empatía, reconocer las emociones propias y de los demás (Tijeras & Monsalve, 2018).

El papel del docente y su organización es fundamental para fomentar un ambiente áulico de paz y de esta manera potenciar el aprendizaje de los alumnos. El docente debe propiciar actitudes y desarrollar valores y calidad como la empatía y la dirección de clase en las conductas de los trabajos y alumnos (Barrientos, 2016).

Considerando lo antes mencionado el papel que tiene el profesor en el desarrollo de competencias sociales, emocionales y de aprendizaje, es crucial para el desarrollo de un clima del aula enriquecedor. Es importante mencionar que el clima del aula es autónomo, esto quiere decir que dependerá de cada profesor; éste establecerá las normas, pues recordemos que dentro del aula se toma un rol jerárquico, donde el docente es la autoridad y debe ser capaz de manejar las situaciones que se presenten.

Es decir que el profesor puede crear ambientes que pueden favorecer o perjudicar a sus alumnos, no solo en situaciones cognitivas, de aprendizaje, si no en cuestiones socioemocionales, el impacto que el profesor tiene sobre sus alumnos y el clima dentro del aula permeara a lo largo de su carrera como estudiantes.

Sin embargo crear un clima del aula no es una tarea fácil, pues el profesor se enfrenta día a día con diversas problemáticas, con una diversidad de alumnos y actitudes que estos han desarrollado con anterioridad, como pueden ser malas conductas, problemas personales, vocacionales y es ahí donde el profesor debe ser capaz de manejar esta situación, tomando en cuenta las relaciones sociales y el ambiente escolar que debe fomentar.

Como menciona (Barrientos, 2016) aquellos docentes que disfrutan de su profesión son más tolerantes y de esta manera logran resultados favorables en su profesión docente, en comparación de aquellos docentes que se muestran distantes y apáticos a su labor. No obstante para que esto suceda el docente es quien principalmente debe estar preparado psicológica, emocional y personalmente, ya que tener un buen control y clima en el aula no es una tarea fácil.

Sin embargo con lo antes mencionado existen profesores que no tienen control ni regulación, lo cual lleva a un choque emocional en el cual el profesor explota y no tiene control de sus emociones, generando un ambiente estresante, problemático, en las relaciones con sus alumnos o compañeros de trabajo.

El clima escolar es importante dentro de cualquier centro educativo, no obstante no debemos dejar de lado el rol jerárquico y la disciplina que debe tener el profesor, las reglas y normas son esenciales para favorecer un clima efectivo, recordando que al relacionarnos con alumnos de edades pequeñas y adolescentes nos enfrentamos a personas carentes de madurez y juicio, valores que debemos reforzar, pues se

consideraría que los alumnos tienen valores éticos y morales que previamente han aprendido en casa, no obstante la escuela es la segunda institución en la que pasan la mayor parte del día, en ella se refuerzan estos valores y juicios éticos, que permitirán construir individuos sociales, que tengan los conocimientos, actitudes, y pensamientos adecuados para enfrentarse a las demandas que exige esta sociedad cambiante.

### **1.7 Como influyen las emociones en el aprendizaje**

Considerando las temáticas anteriores debemos hacer referencia a la importancia que tienen las emociones en el proceso de enseñanza y aprendizaje, como este se ve relacionado con las funciones de nuestro cerebro así como el impacto que tiene sobre las emociones que se generan, de esta manera se hablará como es el funcionamiento cerebral y su relación con el proceso de aprendizaje.

El cerebro es uno de los órganos fundamentales del ser humano, se encarga de los procesos y funciones relacionadas con el pensamiento, la atención, las acciones, la escritura, las emociones y muchas otras actividades que nos permiten llevar a cabo nuestro día.

El cerebro triuno (el cerebro reptílico, el cerebro límbico, el cerebro neocortex); esto quiere decir que el ser humano posee múltiples capacidades, las cuales se complementan, donde la cognición, la emoción y las conductas humanas se unifican e influyen en el individuo, en sus conductas, pensamientos y estados de ánimo (Salvatore, 2018).

Sin embargo aún que para el buen funcionamiento del cerebro se requiere de la unión de estos tres, nos centraremos en el sistema límbico, el cual es la fuente de nuestras emociones. El cerebro emocional se encuentra formado por el sistema límbico (ubicado detrás de la nariz y abarca hasta los occipitales) tiene que ver con la respiración, la rabia, el amor, los estados de ánimo, el sistema límbico es el paso obligado al neocortex en donde se procesa la información, una vez que ha sido filtrada por el cerebro emocional (Benavidez & Flores, 2019).

Recordemos que existe una gran relación entre cerebro, educación, aprendizaje y enseñanza, tomando en cuenta la importancia del ambiente en el aula, la atención, las emociones que se generan dentro y fuera de él; todo esto es un proceso de aprendizaje.

En algunos trabajos de (Benavidez & Flores, 2019) afirman que la relación de estas concepciones hace alusión a la neuroeducación y su objetivo principal es apoyar a los docentes en su práctica, mejorar el aprendizaje de los alumnos, pero sobre todo recordar que el docente en parte de la educación y adquiere aprendizajes de manera constante, es por eso que requiere de herramientas didácticas que le permitan desempeñarse en su labor.

El proceso de aprendizaje se da a lo largo de nuestras vidas, desde el día uno que nacemos, empezamos a adquirir nuevos conocimientos, formas de pensar, actuar, sentir y esté se irá transformando día a día. Es decir que el aprendizaje se adquiere en todas partes y en todo momento, en el hogar, en la escuela, en la sociedad; el ser humano al ser un individuo social, requiere de esta socialización en diversos contextos, necesita de transmisores de conocimientos que estos pueden ser padres, amigos, profesores, que le compartan, instruyan, guíen y acompañen para que pueda obtener las herramientas básicas para vivir en sociedad.

Es por eso que debemos considerar que el aprendizaje puede transformarse y cambiar, dependiendo de las necesidades contextuales en las que se encuentra el individuo, lo cual llamamos plasticidad cerebral (García, 2012).

Como mencionan (Benavidez & Flores, 2019) la amígdala es uno de los organismos más importantes para el aprendizaje pues de ahí se desprenden las reacciones emocionales ya sean positivas o negativas, esto a través de la información que ingresa a nuestro cerebro, es por eso que es tan importante esto en el aprendizaje ya que permite bloquear aspectos de aprendizajes a través de las emociones amenazantes.

Con base en lo anterior mencionado para que exista un buen aprendizaje debe estar relacionado con la importancia que tienen las emociones en este proceso. La emocionalidad es primordial en el proceso de aprendizaje, los aprendizajes generados en la vida cotidiana o dentro de un aula, se encuentran asociados a sentimientos, ya sean positivos (como la alegría o el orgullo) o negativos (como el miedo o la tristeza) son los que permanecerán en nuestra memoria.

Aprender en ambientes motivadores y favorables permitirá que tanto como el docente como los alumnos, tengan un proceso y permanencia de sus aprendizajes, uno de los principales objetivos de la educación debería ser propiciar ambientes educativos

emocionalmente favorables, donde la colaboración, el respeto y la empatía prevalezcan, dotando a los alumnos y docentes o especialistas educativos de herramientas socioemocionales, que les permitan crear ambientes emocionalmente saludables, física y mentalmente.

Autores como (Benavidez & Flores, 2019) afirman que las emociones permiten el fomento del aprendizaje. Lo que aprendemos está influenciado por aspectos emocionales, cuando nos encontramos con un estado anímico, cuando nos sentimos frustrados, enojados, tristes, el aprendizaje se bloquea por estas emociones negativas ya que nuestra concentración esta desviada a los pensamientos que nos causaron este estado de ánimo y no permite que tengamos una atención activa hacia los nuevos aprendizajes y conocimientos.

Si bien la influencia de las emociones en nuestros procesos de aprendizaje son una pieza fundamental para todos, es por ello que dentro de un aula educativa deberían existir el desarrollo de las habilidades socioemocionales, las cuales nos permitirán la regulación de dichas emociones, nuestro aprendizaje será más fructífero y a su vez tendremos un mejor estado emocional, contextual, un clima del aula favorable, en donde tanto como el profesor como los alumnos se sentirán cómodos, pero a su vez obtendrán la mayor cantidad de aprendizajes que se soliciten.

El profesor debe ser consciente de la importancia de la neurodidáctica, conocer como las partes cerebrales influyen en el proceso de aprendizaje, como las emociones son fundamentales en el aprendizaje y como generar estrategias didácticas que le permitan tener un clima áulico favorable.

A las nuevas formas de enseñanza basadas en el conocimiento del cerebro se denomina la neuro-didáctica y su objetivo es diseñar estrategias didácticas y metodológicas que promuevan un mayor desarrollo cerebral y por tanto un mayor aprendizaje (Benavidez & Flores, 2019). Las estrategias de aprendizaje que el docente implemente pueden influir significativamente en los aprendizajes de sus alumnos, recordemos que la plasticidad cerebral permite la reconstrucción de conocimientos, dependiendo el contexto y las necesidades que requiera el sujeto.

Con base en lo antes mencionado existen muchos factores que pueden influir en el buen desarrollo del aprendizaje y uno de ellos es el aspecto emocional, es por eso que tanto

docentes, como alumnos y los individuos en general deberíamos enfocarnos en este proceso de aprendizaje, saber desarrollar estas habilidades y que nos permitan desenvolvernos en diversos ambientes o problemáticas, que podamos desarrollar nuestro aprendizaje en todos los aspectos y ponerlo en práctica.

### **1.8 Educación socioemocional para todos**

Con lo antes mencionado ahora vamos a hacer referencia a la importancia que se debe tomar para educar en emociones, pues es considerable que todas las personas tomen en cuenta estos temas, ya que es un beneficio para su vida social y su salud mental.

Algunos autores como (Repetto & Pena, 2010) afirman que las personas con competencias socioemocionales desarrolladas, tienen un mayor éxito académico y profesional, ya que estas habilidades o competencias incrementan el aprendizaje, el éxito académico, pero a su vez favorecen la integración social de las personas o alumnos, previniendo en un futuro la inserción y desarrollo laboral de las personas, por lo tanto, las habilidades socioemocionales mejoran la calidad educativa, social y personal.

En trabajos de (Alarcon & Larissa, 2017) afirman que la educación socioemocional debe ser un proceso continuo y permanente tanto en los alumnos como en los docentes pues esto favorece a alumnos, docentes y familias.

Con base en lo anterior es importante recalcar la importancia que se debe tomar en estos temas, en el año 2017 se reformuló del currículo en México, en el cual establecía nuevas propuestas educativas como son: la educación a la diversidad, educación inclusiva e integradora, basándose en un enfoque humanista.

Como menciona (Repetto & Pena, 2010); Las competencias socioemocionales permiten una adaptación emocional y contribuyen en el éxito de los estudios, es decir que las competencias socioemocionales permiten abordar problemáticas educativas como el abandono escolar; de igual forma los estudiantes que presentan mayor desarrollo en sus habilidades socioemocionales reflejan un mayor equilibrio, previenen factores de riesgo en el aula, como drogadicción, estrés, depresión, propiciando relaciones interpersonales

sanas, así como la disminución de agresiones y el poco desempeño escolar (Hernández, Trejo, & Hernández, 2018).

La Educación Socioemocional contribuye a que los estudiantes alcancen sus metas; establezcan relaciones sanas entre ellos, con su familia y comunidad; y mejoren su rendimiento académico. Se ha observado que este tipo de educación provee de herramientas que previenen conductas de riesgo como el mayor involucramiento en el aula, resolución de conflicto entre pares y mayor asistencia escolar y se asociada con el éxito profesional, la salud y la participación social (Hernández, Trejo, & Hernández, 2018). Además, propicia que los estudiantes consoliden un sentido sano de identidad y dirección; y favorece que tomen decisiones libremente y en congruencia con objetivos específicos y valores socioculturales (SEP, 2017, págs. 341-379).

Se tomó en cuenta la educación socioemocional en nivel básico, con el objetivo que los futuros mexicanos tengan las herramientas necesarias para enfrentarse a las demandas sociales, que los alumnos cuenten con una educación más integral en el presente y a futuro (Hernández, Trejo, & Hernández, 2018). Pues se considera que estamos en un país dinámico, con nuevas actualizaciones y demandas laborales, lo que nos lleva a inferir que se necesitan nuevas estrategias y aprendizajes pero que a su vez los niños y jóvenes de nuestro país tengan una salud emocional, sepan controlar sus emociones, así como reforzar el valor de la empatía.

Sin embargo la educación socioemocional debería de ser educable para cualquier individuo, quiero decir que todos deberían ser educados en aspectos socioemocionales, pues esto se ha enfocado y precisado en la educación básica, sin considerar que muchas personas necesitan desarrollar esta herramienta para la vida.

Educar en emociones no es un tarea fácil, pues para esto se necesita el apoyo y colaboración de todo el centro, directivos, docentes y la propia familia, sin embargo existen muchas desventajas pues es una materia actual, en la que muchas autoridades educativas no están familiarizadas con estas o peor aún ni ellos mismos poseen esta herramienta. (Bisquerra, 2005); Menciona que la educación debe preparar para enfrentarse a las circunstancias de la vida, es decir el desarrollo humano en todos los aspectos de la persona.

La educación socioemocional establece relaciones socio-afectivas en cualquier contexto, toma en cuenta aspectos cognitivos, emocionales, sociales y conductuales, por lo tanto permite que en conjunto con todos estos conceptos se tenga un desarrollo total de una persona.

La educación es un proceso que se caracteriza porque existen relaciones entre profesores y alumnos y alumnos-alumnos y esas interacciones están llenas de rasgos emocionales y afectivos. Ya no hablamos de educación simplemente sino que debemos añadirle la connotación de educación socioemocional. Esta incluye no solo la de los alumnos sino también la de los docentes, ya que estos deben ser capaces de manejar de forma adecuada el ambiente dentro del aula y además enseñar a sus alumnos a ser competentes social y emocionalmente y para ello, deben aprenderlo antes.

Educación en temas de habilidades socioemocionales, debe ser tema principal para los profesores, si queremos que existan futuros individuos con habilidades cognitivas, sociales y emocionales, principalmente deben existir docentes capacitados en el tema, que sean autodidactas y tengan el control y manejo socioemocional, para que posteriormente lo pueda instruir con sus alumnos, es decir que la instrucción se caracteriza con el ejemplo propio del profesor, el manejo que tiene de sus emociones dentro y fuera del aula, que los alumnos observen y asimilen las actitudes, pensamientos positivos de sus docentes y que ellos con el aprendizaje cognitivo y ejemplar del mismo puedan ponerlo en práctica.

Si bien esto es benéfico para todos, puesto que este tema actual permeara en un futuro hacia todos, la transmisión de estas habilidades y herramientas permitirá que con el paso de los años la sociedad tengan un mejor control y manejo socioemocional. Sin embargo hago énfasis en los profesores y alumnos, pues los docentes son una pieza fundamental en la educación y los alumnos son los futuros ciudadanos de nuestro país, son las siguientes generaciones, si existe una buena educación, existirán buenos ciudadanos.

## **2 Importancia de las habilidades socioemocionales en los docentes de educación básica**

### **2.1 Importancia del rol docente**

Las y los docentes son unos de los actores educativos más importantes, los profesores son parte de nuestra vida pues a lo largo de toda nuestra educación, nos acompañan, guían, instruyen, apoyan, nos conducen en nuestros aprendizajes, conocimientos, habilidades, destrezas y algunos de ellos en ocasiones se vuelven nuestros amigos o nuestro oído en momentos difíciles.

El rol del docente en la sociedad actual debe tener cambios contundentes en el sistema educativo, pues independientemente de que su labor sea la de guiar en los procesos de enseñanza-aprendizaje, él es quien guía a los estudiantes en su proyecto de vida, es por eso que el papel del profesor no solo debe enfocarse en temas cognitivos si no que ante las nuevas demandas sociales debe cambiar su práctica educativa, tomando en cuenta la diversidad, la inclusión, la interculturalidad y los aprendizajes emocionales (Calderón & Loja, 2018).

Es por ello que considero lo importante que son los profesores, ello/as son irremplazables, por más que las tecnologías nos invadan y avancen, se necesita de un guía educativo, de un especialista que nos comparta sus conocimientos y saberes, que nos instruya y auxilie, que las y los docentes desarrollen diversas estrategias didácticas que les permitan generar aprendizajes a sus alumnos, que el docente sea un facilitador de conocimiento y un guía que motive a sus alumnos (Viñals & Cuenca, 2016).

La labor del docente es fundamental para que los estudiantes aprendan y trasciendan, incluso los obstáculos materiales y de rezago que deben afrontar. Es por eso que una de las tareas de las y los profesores es llevar a sus alumnos lo más lejos posible en la construcción de sus conocimientos, habilidades, destrezas, aptitudes, esto con relación a los planes de estudio (SEP, 2017, págs. 341-379).

La profesionalización de un docente se va construyendo a lo largo de los años como educador, esté crea una identidad sobre la vida laboral y será el resultado de las interacciones sociales, experiencias culturales, emocionales, e institucionales en el que se desenvuelve.

*“Quien enseña aprende al enseñar y quien aprende enseña al aprender”* (Freire, 2004). Es decir que el papel del educador no recae solo en la tarea de enseñar contenidos cognitivos, si no que en éste recae la responsabilidad de enseñar a pensar correctamente, una educación en donde los alumnos sean partícipes de sus aprendizajes, fomentando valores y una educación más humana, donde tanto el educador como el educando aprendan conjuntamente.

El papel docente no es una tarea fácil, puesto que debe estar capacitado pedagógicamente para saber actuar ante una situación determinada, recordando que dentro de una institución educativa existen aspectos como son la diversidad social y de pensamiento, creencias, prácticas educativas distintas, alumnos con diversas capacidades y virtudes, padres de familia.

Para que el docente tenga plena satisfacción es importante que posea vocación, es decir que enseñe con entusiasmo, que tenga competencia y actitud y sobre todo dedicación y conocimiento amplio de saberes, pues estas características permitirán que su trabajo sea más favorable (Alarcon & Larissa, 2017).

Es decir que el compromiso que tiene el profesor es el de educar a seres sociales, el profesor debe motivar a sus alumnos, crear sentimientos y actitudes que propicien a mejorar una sociedad, a ser mejores personas, alentando el respeto hacia los demás, que los profesores sean capaces de gestionar sus emociones y que de esta manera sus alumnos aprendan a tratar las propias, el profesor debe ser capaz de trabajar en conjunto con sus jefes, compañeros de trabajo, alumnos y padres de familia.

El docente es un gestor de cambio y un agente de transformación social, pero a su vez la tarea de ser docente conlleva ciertas formas de enseñanza-aprendizaje, afecto-cognitivas que se relacionan con aspectos personales, actitudinales y procedimentales, los cuales deben efectuarse en el escenario educativo, en la comunicación con los alumnos, con los compañeros docentes y con todo el personal que incide en el contexto escolar (Ruay, 2010).

Por otro lado el docente debe estar en constante actualización de saberes, conocimientos, practicas, didáctica, que le permitan desarrollarse ampliamente y tener las habilidades educativas a las que se enfrenta, las habilidades tecnológicas y sociales que demanda el

país; con el objetivo de formar estudiantes con todas las herramientas, conocimientos, actitudes, manejo emocional y social, que demanda la sociedad.

Revalorizar del rol docente permitirá tener en cuenta lo fundamental que es éste dentro de un aula escolar, pues él será un mediador de conocimientos. El docente recae una gran responsabilidad, pues de él dependerán los aprendizajes de cada uno de los alumnos, sin embargo debemos tomar conciencia, ser responsables y cooperativos, pues el buen desarrollo de los niños dependerá del profesor pero a su vez acompañado del apoyo familiar. Es importante no desvalorizar la labor docente, ya que esto se puede reflejar en un efecto permanente en su personalidad, pues debemos considerar que cada persona es distinta, por ende cada profesor es distinto (Gavilán, 1999).

Si bien la necesidad de formar docentes o profesionales de la educación es importante y precisa, cada vez se necesitan más especialistas educativos, que puedan atender las demandas sociales y mediar los aprendizajes de los alumnos. Maestros que cuenten con conocimientos disciplinares y pedagógicos adecuados, las habilidades para aprender por sí mismos y las actitudes y valores para comprender las múltiples necesidades de sus estudiantes, esto hace una enorme diferencia en el éxito que ellos tengan (SEP, 2017, págs. 46-48).

Finalmente debemos tomar conciencia de cuán importante es el docente o profesor en los espacios educativos, ver la calidad de ser humanos que a lo largo de su vida, nos brindan sus conocimientos, nos acompañan en nuestra formación y proceso educativo, que de él depende la educación y el desarrollo cognitivo, emocional y social de muchos alumnos, debemos ser conscientes de qué es lo que siente, cómo se siente y como maneja lo que siente, pero a su vez de con se ve reflejado en su práctica educativa, el ser docente no es algo sencillo es por eso que debemos revalorizar al profesor, valorar su trabajo, valorarlo como persona y ser más empáticos con ellos.

## **2.2 Bienestar docente**

Como se ha mencionado anteriormente las y los docentes tienen un papel crucial dentro del aula y no solo ahí si no en la vida de las personas que lo rodean.

El docente está en constante interacción ya sea con sus alumnos, padres de familia, compañeros de trabajos, directivos. Se encarga de elaborar sus propuestas de trabajo, planeaciones, documentos que le soliciten en dirección, dar una buena clase, apoyar a

sus alumnos; sin embargo es una persona, que como cualquier otra, tiene problemas emocionales, familiares, de trabajo y personales.

La labor educativa es una de las profesiones con mayor carga de estrés para los profesores, pues esta no solo conlleva a la enseñanza de aprendizajes y a su vez el fomento de valores, es decir que el docente siempre estará en un foco social, donde la mayoría de las veces los padres de familia e incluso alumnos adjudican la responsabilidad de la calidad de vida de los alumnos para su futuro (Ruiz, 2016).

Hablar del bienestar docente implica conceptos como las habilidades laborales, habilidades emocionales, control y manejo de estas, esto es un desempeño trascendental para el buen desempeño de su vida laboral. (Hué, 2012); Menciona que el bienestar docente depende de un pensamiento emocional en la formación del profesorado y éste debe permanecer en su formación continua, lo cual adjudica con 7 competencias que el docente debe poseer como el autoconocimiento, el autoestima, el control emocional, la motivación, el conocimiento del otro, la valoración y el liderazgo; esta relación de conceptos beneficiaran al docente en sus competencias didácticas pero sobre todo aumentar su bienestar docente.

El docente en su gran formación profesional, recae en un estrés laboral, un agotamiento emocional, que aquejan a su vida personal. Cada vez es más frecuente encontrar profesores que no están motivados y que se sienten frustrados por varias razones, algunas relacionadas con el comportamiento de sus alumnos como, por ejemplo, el desinterés del alumnado por aprender, su trasgresión de las normas, el no acatamiento de las órdenes; y otras debido a la actitud de los padres que no ayudan en la labor educativa de la escuela, como la excesiva preocupación por los aprobados de sus hijos sin importarles cómo y qué aprenden, la desautorización a la que han sido sometidos por ellos ante sus alumnos (Barrientos, 2016).

El bienestar docente es la capacidad de estar satisfechos con lo que realizamos, describir en que consiste nuestro trabajo como profesor, llevarlo a cabo feliz y de manera acertada, es la satisfacción y el balance afectivo de nuestra labor docente, sentirnos bien con lo que hacemos, con el trabajo diario, con nuestros alumnos y compañeros de trabajo.

En trabajos de (Bermejo, 2016) menciona que uno de los principales factores que inciden en el bienestar docente, es el contexto donde se desenvuelven las tareas docentes y

sobre todo la carga de trabajo; también afirma que existen algunos recursos laborales que contribuyen al bienestar docente como: tener autonomía y control, contar con un apoyo social de compañeros y dirección escolar y trabajar en contextos innovadores que resulten estimulantes para los docentes, esto permitirá que el profesor tenga un bienestar individual pero sobre todo esto se verá reflejado en el sistema organizacional educativo.

El bienestar del profesor va de la mano con el bienestar social, esta capacidad de relacionarse con otras personas dentro de un centro de trabajo; el bienestar personal que es el más importante, depende de uno mismo e incluye competencias sociales y emocionales; el bienestar comunitario donde el profesor se percibe capaz y cómodo en el lugar donde desenvuelve su trabajo.

Si deseamos que existan aulas con un clima favorable para los alumnos, en el cual adquieran los aprendizajes, conocimientos y educación adecuada, primero deben existir profesores emocionalmente regulados, que tengan manejo y control de sus emociones, que su práctica pedagógica sea la mejor para trabajar, que este sea quien propicie un ambiente favorable dentro del aula.

El profesor es el principal actor que debe estar bien consigo mismo, que controle sus niveles de estrés, ansiedad, carga de trabajo, problemas con sus alumnos y compañeros de trabajo.

El bienestar docente es importante para el contexto educativo, el profesor es pieza fundamental para el desarrollo de aprendizajes, ningún aparato tecnológico puede remplazar la enseñanza y las virtudes pedagógicas de un profesional de la educación, es por eso que debemos tener conciencia de lo importante que es tener profesores con bienestar personal, emocional, social y actitudinal, de esto dependerá el buen desarrollo de los alumnos y futuros ciudadanos del país.

### **2.3 Práctica reflexiva, control y manejo socioemocional del docente.**

La práctica reflexiva es una opción autoformativa donde los docentes tiene una reflexión sobre su práctica educativa, el docente es capaz de observarse a sí mismo, donde no solo pone énfasis en el conocimiento teórico, si no que a su vez se interroga sobre su quehacer practico, este es un proceso de enseñanza-aprendizaje y autorreflexión, que permite un desarrollo y mejora en el aula y en su práctica.

Como menciona (Huerta & Diaz, 2020), la práctica docente de la actualidad requiere que el docente reflexione de su práctica y quehacer diario en su trabajo educativo esto a través de una autoevaluación de manera constante, reflexionando sobre como estoy llevando a cabo mi practica como docente, tomando en cuenta aspectos, prácticos, dinámicos, pedagógicos, emocionales, sociales y personales, en esta autoevaluación le permitirá al docente descubrir sus áreas de oportunidad, innovar en sus planeaciones didácticas, así como desarrollar competencias y habilidades socioemocionales en sus estudiantes.

La práctica reflexiva constituye básicamente en un procedimiento formativo para hacer de los futuros docentes unos profesionales reflexivos, que poseen capacidades críticas y reflexivas, que la práctica reflexiva se implemente en cualquier situación de aprendizaje profesional y por supuesto en la formación inicial de los docentes (Domingo, 2013).

En trabajos de (Domingo, 2013) afirma que la práctica reflexiva es una parte metodológica de las experiencias de cada docente en su contexto y su autorreflexión en su práctica, donde se ve involucrada la parte formativa de las personas y no enfocándose en su saber teórico si no en las experiencias personales y profesionales, intentando una actualización constante en el mejoramiento de su práctica docente.

Lo que podemos inferir que la práctica reflexiva pretende la transformación de la práctica diaria de los docentes en servicio, que se dé a través de un procesos de investigación-acción, donde el profesor comprende y critica su práctica, a su vez tratando de modificar las situación, acciones y estrategias que observe sobre su práctica, intentando reformularas, para que su pensamiento reflexivo sea el que lo guie a realizar las modificaciones, si es que son necesarias.

Es decir que la práctica reflexiva es importante en el docente, forma parte de su profesión ya que suele ser la mayoría de las veces autónoma, se da a través de la experiencia y en el trascurso de los años como maestro, sin importar el nivel educativo, ser crea y se trasforma, sin embargo para lograr esta buena práctica se necesita de una autocrítica sobre lo que estoy haciendo y cómo lo estoy haciendo, qué se debe modificar y para qué, a quien beneficia y porque lo beneficia.

Es importante mencionar que la práctica reflexiva tiene consigo temáticas de carácter social y cultural, pues el docente debe tener la capacidad de reflexión en cuanto a los

cambios socioculturales y así poder ejecutar su práctica docente de manera favorecedora, que el docente pueda incurrir en cambios en la realidad o su contexto, adecuando su práctica a las nuevas demandas educativas (Cerecero, 2016). Esta práctica va más allá de las acciones de los docentes encaminados a procesos de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes, si no también incluye los procesos que los profesores efectúan en la reflexión de su propio desarrollo, es decir el autoconocimiento, el autocontrol, su empatía y sus valores (Cerecero, 2016).

Para el logro de esta práctica se debe tomar en cuenta no solo la importancia teórica que adquirimos a lo largo de la formación como docentes, se necesita la experiencia propia, enfrentarse al escenario, y esto no es una tarea fácil; ya que al enfrentarse a la realidad educativa, el docente debe ser capaz de reflexionar, pero la reflexión no solo es cognitiva si no que se vincula con la socioemocionalidad, el docente se enfrenta a un contexto diverso tanto con sus iguales como con sus alumnos.

Para tener esta capacidad reflexiva en su práctica debe tomar decisiones de manera racional, no obstante esto debe estar precisamente relacionado con tener una autorregulación reflexiva de su práctica y al mismo tiempo relacionarla con sus habilidades socioemocionales, debe actuar en su práctica educativa de forma reflexiva e intentado mejorar la misma con base en sus competencias socioemocionales.

La toma de decisiones es primordial ya que muchas de las ocasiones actuamos y nos expresamos de manera instintiva, no nos detenemos a reflexionar un momento sobre lo que vamos hacer, nos dejamos llevar por nuestros impulsos y actuamos de esa manera; lo cual en algunas ocasiones esto nos puede traer repercusiones a nuestra práctica como docente. (Domingo, 2013); Menciona que la mayor carga de trabajo diario del docente dentro del aula, consiste en emitir juicios y tomar decisiones, estas son tomadas a partir de decisiones curriculares, metodológicas, didácticas y psico-emocionales.

La práctica reflexiva está relacionada con el aprendizaje a través de la experiencia, aprendizajes a través de las acciones, pero también con la educación psicocéntrica, donde solo la educación está centrada en el estudiante, en intentar modificar y reflexionar la práctica educativa, dejando de lado al docente. Los docentes deben asumir la responsabilidad de conectar la práctica con la teoría y así poder aplicar en sus métodos de enseñanza y aprendizaje (Domingo, 2013) .

El docente dentro de su reflexión en la práctica educativa, debe tomar en cuenta la importancia y la influencia que tienen las habilidades socioemocionales en el mejoramiento de su práctica educativa, como es que estas herramientas socioemocionales les permiten ser docentes, consientes y reflexivos, tener un autocontrol, regular las emociones, ser empáticos, que dentro de su rol docente tengan presentes la importancia de los aspectos emocionales, sociales y cognitivos.

Al tomar estas herramientas socioemocionales, el docente tendrá una mejor práctica educativa, le permitirá desarrollarse en su campo laboral, no solo en los aspectos cognitivos que son fundamentales, si no que a su vez tendrá una práctica reflexiva donde integre la importancia social y emocional, ya que se considera que para ser un docente eficaz, esté debe tener en cuenta dentro de su quehacer docente, su práctica, reflexión, estrategias de aprendizaje, fomentar las habilidades socioemocionales.

La práctica reflexiva acompañada de las habilidades socioemocionales, permitirá que exista una mejor educación, un mejor aprendizaje, tanto para los docentes, como para los alumnos, existirán docentes con una mayor experiencia, tanto reflexiva, cognitiva, actitudinal y socioemocional.

Recordemos que el docente es un ejemplo para sus alumnos, si existe un docente que cumpla con una buena práctica, buenas estrategias, que sepa como regular sus emociones, que sea empático; eso es lo que les trasmitirá a sus alumnos, tanto sus conocimientos, como su estado de ánimo, actitudes y saberes; esto permitirá que los alumnos adquieran los aprendizajes y conocimientos básicos, tendremos alumnos más empáticos, social y emocionalmente regulados, existirán contextos más favorables, donde tanto como profesor , como alumnos se sentirán cómodos y con disposición de trabajar y aprender.

El docente debe ser capaz de gestionarse y reflexionar sobre su práctica y como es que relacionará cada punto importante para el mejoramiento de su labor como educador.

## **2.4 ¿Por qué es importante el desarrollo de habilidades socioemocionales en el docente?**

Las habilidades socioemocionales son un tema fundamental para todos, como ha mencionado anteriormente esto dependerá del control y manejo de emociones en el desarrollo personal y social para cada persona.

Algunos autores como (De Pablos, González, & González, 2008) mencionan que el bienestar emocional de los docentes depende del contexto donde se encuentra, es decir el contexto donde desempeña su actividad profesional, esto a su vez viene acompañado de las situaciones sociales y culturales que tiene el mundo en el tema de las emociones, esto se verá reflejado en sus metas personales y profesionales, lo cual tendrá como resultado las emociones positivas o negativas que pueda proyectar el docente.

Como menciona (Rendón, 2015); el docente necesita fortalecer su práctica educativa, fomentando espacios de aprendizaje dinámicos, donde los estudiantes sean participativos activamente, pero a su vez siendo estos espacios de formación sana, es decir que el profesor tiene la responsabilidad de ser potenciador de las habilidades socioemocionales y que existan espacios educativos donde los estudiantes no sean entes pasivos, si no que dentro de su formación educativa y personal, sean partícipes del aprendizaje estableciendo relaciones competentes y regulando sus emociones.

No obstante aunque estas temáticas se han precisado en aspectos educativos, su enfoque se basa en la educación básica tomando poco en cuenta a los profesores.

Es sabido que existen algunos planes, manuales, programas, donde el profesor puede encontrar estrategias para el desarrollo de las habilidades socioemocionales para su práctica educativa y que a su vez los estudiantes de nivel básico las desarrollen.

Sin embargo considero que principalmente se debería educar en aspectos socioemocionales al profesor, pues él es el principal actor educativo, el docente es quien se enfrenta a las problemáticas educativas, actitudinales y de trabajo con sus alumnos, con sus compañeros de trabajo, sus directivos. Claro está que es importante la educación socioemocional, pero principalmente se debería educar al profesor.

Como menciona (Signes, Amado, Acereda, & López, 2014); Existe una estrecha relación entre lo racional y lo cognitivo y eso nos lleva encontrarnos con lo afectivo, es ahí la necesidad de la educación socioemocional en los maestros, los docentes requieren una

buena preparación en aquello que gire alrededor de los afectos y las emociones. (Signes, Amado, Acereda, & López, 2014); Afirman que un docente con inteligencia emocional más desarrollada puede resultar más efectivo en las relaciones que tienen día a día con sus alumnos, también puede afrontar las diversas situaciones que puedan surgir con los estudiantes, los demás profesores y familia, si el docente no desarrolla sus habilidades socioemocionales puede ser grave ya que el no solo es trasmisor de conocimientos, si no que en sus tareas docentes también está la formación de personas en aspectos académicos y humanos.

La importancia de las habilidades socioemocionales en la práctica profesional es fundamental, el profesor debe mostrar una imagen, es trasmisor de actitudes y del él depende el ambiente escolar. El docente no enseña indiferente de sus sentimientos y emociones sí que este los trasmite en su práctica pedagógica. Si bien dependiendo de las habilidades desarrolladas que posee el docente, estas se verán reflejadas en su práctica educativa (Moraga, 2015).

Las habilidades socioemocionales son subjetivas y autodidactas, lo que quiere decir que esto se verá relacionado en sus primeras bases sociales y relacionales que posee cada persona, aquellas experiencias favorables y poco favorables, lo que ha permitido que el profesor tenga conciencia de cómo actuar ante alguna situación determinada.

Es indispensable que aquellas personas que han decidido dedicarse a la docencia deben preocuparse por su desarrollo personal, pues cualquier profesionista debería preocuparse por su equilibrio emocional, cuanto más un docente pues esté está en constate relación con diversos seres humanos, que a su vez estos están influidos por factores biopsicosociales (Hernandez, 2017).

Si bien el rol docente está estrechamente vinculado a las relaciones socio afectivas con sus alumnos; las actitudes y emociones que el profesor tome en diferentes situación, muchas de ellas serán reflejadas y tomadas por los alumnos, lo que nos lleva a precisar que es importante que el profesor tenga las herramientas necesarias para poder tener control y manejo de sus emociones, ser empático, con sus alumnos, con sus compañeros de trabajo, que el clima escolar sea beneficioso y confortable para todos.

La educación es un proceso caracterizado por la relación interpersonal; toda relación interpersonal está impregnada por fenómenos emocionales, de donde se pueden derivar

efectos sobre el estrés o la depresión. Estos dos son, precisamente, causas importantes de bajas laborales entre el profesorado. Lo cual sugiere que se le debe prestar una atención especial entre el profesorado, como primer destinatario de la educación emocional. Por extensión, el profesorado debería contribuir al desarrollo emocional de los estudiantes. Esto nos lleva a la educación emocional (Bisquerra, 2003).

Considerando que el bienestar es para todos, pues el profesor al tener un buen manejo emocional, sus alumnos tendrán un buen aprendizaje social-emocional y cognitivo, podrán desarrollarse y tener los conocimientos, herramientas, actitudes adecuadas para enfrentarse a las demandas sociales y laborales de nuestro país.

La formación constante en temas socioemocionales del docente es primordial, ya que esto les permitirá incluir contenidos teórico-prácticos principalmente para tener autoconciencia de sus habilidades socioemocionales, de esta manera podrá establecer relaciones con los demás, tomar decisiones responsables y éticas y regular sus emociones, por otro lado el objetivo común que es fomentar estos aprendizajes y habilidades en sus alumnos que permitan facilitarles herramientas para que de igual forma puedan enfrentarse a las problemáticas y cambios que pudieran presentarse (Barrientos, 2016).

Los profesores deben tener emociones positivas que les permitan principalmente tener un bienestar emocional, que tengan un cambio de conducta así como cognitivo todo con la finalidad de convertir un malestar emocional en emociones positivas.

El profesorado que ha desarrollado estas competencias socioemocionales a lo largo del tiempo ha sido a través de su propia intuición pero no por la formación inicial en el marco de la educación formal. En numerosas ocasiones se les culpabiliza de las carencias que demuestran tener en este terreno (Barrientos, 2016).

No obstante son pocos los manuales que existen para el desarrollo de habilidades socioemocionales en el profesorado, la formación de esto en muchas ocasiones es teórica, lo necesario sería incluir nuevas propuestas en la formación del magisterio, que incluyan cursos, programas de estudio con base en educación socioemocional para docentes o especialistas educativos.

Ser emocionalmente competentes les dará la posibilidad de conocerse a sí mismos, siendo conscientes de su capacidad para enseñar en todos los niveles y ayudar a

aprender a sus alumnos; desarrollar una buena autoestima y valorarse con objetividad y auto-aceptarse y quererse; ser capaces de regular las emociones desagradables, ser tolerantes a la frustración y lograr, de ese modo, un equilibrio emocional que favorecerá su manera de enseñar (Barrientos, 2016).

La importancia de las habilidades socioemocionales en los profesores permitirá que existan personas mejor desarrolladas, en este caso, maestros mayormente regulados emocionalmente lo cual se verá reflejados en el ambiente escolar y en el centro en general.

## **2.5 La psicología educativa y su relación con el tema de habilidades socioemocionales.**

Recordemos que la psicología educativa es aquella disciplina que estudia los procesos de enseñanza y aprendizaje, se puede entender como una disciplina propia pero que se apoya de otras disciplinas como las psicológicas y educativas. Es por eso que el psicólogo educativo es el encargado de establecer estrategias de enseñanza y aprendizaje pero al mismo tiempo trabaja para mejorar la práctica educativa.

Como se menciona en el plan y programas 2017, desde un enfoque pedagógico, las emociones son un componente complejo de la psicología y su principal función es causar en nuestro organismo una respuesta adaptativa ya sea a través de sensación de rechazo o huida o de acercamiento y aceptación (SEP, 2017, págs. 341-345).

Las funciones que, según este acuerdo, competen al psicólogo educativo, son: la evaluación diagnóstica en contextos educativos; el asesoramiento psicológico a alumnos, padres, profesores y autoridades académicas; la intervención de tipo correctivo, preventivo y optimizador; la coordinación sistemática con otros profesionales y la adecuada derivación en tiempo y forma (Leon, 2011).

El psicólogo educativo es un guía sobre los procesos educativos, participa en la solución de problemáticas educativas, asesora a docentes y directivos sobre posibles soluciones académicas que se requieren, ya sea el centro o los alumnos, establece propuestas de motivación a docentes y estudiantes, realiza propuestas y diseños de programas educativos, diagnostica y proporciona estrategias que sean de utilidad para el profesor o alumnos en cuanto a dificultades cognitivas y psico-afectivas, realizando una intervención directa o indirecta (Messi, Rossi, & Ventura, 2016).

Debemos considerar que el apoyo psicopedagógico es una de las bases principales de la psicología educativa, pues este se encarga de la intervención educativa, apoyándose de temas psicológicos y educativos, interviniendo en el mejoramiento y creando condiciones para mejorar el aprendizaje o analizando algunos factores afectivos, pedagógicos, socio-culturales; que permitan favorecer el aprendizaje individual, grupal y social (Messi, Rossi, & Ventura, 2016).

Como bien se ha mencionado en psicólogo educativo tiene un papel fundamental dentro de los temas educativos, pues él se encargara de problemáticas que en ocasiones tanto directivos, como profesores, no tienen experiencia en relación con diversas situaciones que se deben aplicar en el contexto educativo.

La educación socioemocional es una competencia importante para cualquier individuo, sin embargo muchas de las veces la dejamos como opción dentro de los aprendizajes. Ya que en ocasiones los docentes se centran en aprendizajes como son: lecto-escritura, desafíos matemáticos, ciencias naturales; y cabe destacar que son de gran importancia, pero de igual manera la educación socioemocional es una herramienta para los alumnos y personas, que les permitirá tomar control de sus emociones, ser más empáticos con las demás personas, autorregularse en diversas situaciones, enfrentarse al mercado laboral.

Sin embargo muchos profesores no cuentan con una capacitación en cuanto a esta materia y es ahí donde entra la importancia de la psicología educativa, ya que esta servirá como un proceso de acompañamiento en los profesores y si es necesario directamente con los alumnos (Messi, Rossi, & Ventura, 2016).

La psicología educativa es una disciplina muy amplia, la cual se apoya de diversas teorías, que le permiten tener un amplio conocimiento para el manejo de su práctica educativa. (Leon, 2011); menciona que, *“es aquel profesional que posee una licenciatura en Psicología y experiencia o formación específica en el campo de la educación y que se engloba bajo el término de “psicólogo educativo”*.

Como afirma (Leon, 2011); los psicólogos educativos dentro de un contexto escolar permite el mejoramiento del proceso de aprendizaje, es decir que con el apoyo de este se podría facilitar la creación de ambientes favorables, regulación de saberes y aprendizajes así como el apoyo a docentes que lo requieran, tratando de mejorar la relación entre docentes, alumnos y familias.

Es por ello que la psicología educativa y los psicólogos educativos son actores importantes en los centros educativos, estos intentan comprender los procesos psicológicos de los sujetos tanto de los docentes, directivos y estudiantes; intervienen y comprenden diversas situaciones intentando propiciar una mejora, esto con la finalidad de que crear ambientes y escuelas de paz, con apoyo psicopedagógico, propuestas educativas, programas de mejora continua, estrategias de enseñanza y aprendizaje, con la única finalidad de que cada actor educativo tenga un mejor proceso cognitivo y afectivo, que mejoren sus prácticas educativas y personales con la finalidad que cada individuo tengan los aprendizajes y herramientas para que pueda enfrentarse a las demandas sociales y laborales (Ojeda, 2017).

De tal forma que el psicólogo educativo se inserta no solo en el desarrollo de los procesos cognitivos, si no que a su vez este se interesa por el bienestar social y emocional de las personas, con la única finalidad que exista un clima de paz en el aula, ambientes escolares favorables, que los profesores se sientan cómodos en su trabajo y que los alumnos se sientan acogidos dentro de su salón de clases.

El psicólogo educativo tiene la posibilidad de aportar conocimientos teórico-prácticos que favorezcan las administraciones públicas, con el fin de que la educación mejore, pero a su vez mejore en aspectos académicos, de salud mental y esto impacte en los alumnos del país (Leon, 2011).

No obstante las competencias socioemocionales son clave fundamental en el ambiente educativo de las aulas; sin embargo muchas de las veces el docente o licenciado en educación desconoce sobre el tema, tal vez no ha sido capacitado y no se ha estudiado a fondo.

Sin embargo muchos docentes se encontraron en situación de conflicto sobre el tema, pues desconocían la importancia que tiene esta materia en los alumnos, se tuvo que recurrir a especialista en la materia que les apoyaran en cómo llevar a cabo dicha asignatura.

Lo importante aquí es qué para que existan alumnos educados en competencias socioemocionales, deben existir profesores que tengan el autocontrol y manejo de ellas principalmente, para que esto se vea reflejado en los ambientes educativos y de ser así guiar a los alumnos a desarrollar estas competencias.

El psicólogo educativo tiene la capacidad de promocionar estrategias encaminadas al mejoramiento de habilidades socioemocionales y de comunicación, como son el autocontrol, la autodeterminación y el optimismo, la solución de problemas y el control emocional, que muchas veces atañe a los docentes como la ira y el estrés es decir que si el docente lo requiere puede ser apoyado para mejorar estas áreas en su vida socioemocional (Leon, 2011). Si bien el psicólogo educativo es un actor fundamental en el desarrollo de competencias socioemocionales, psicólogos ayudan a estudiantes y familiares a mejorar diversos aspectos asociados con la salud mental, ya sean éstos conductuales, sociales o emocionales.

La psicología educativa debería ser considerada en cualquier espacio educativo, pues es un complemento ante las diversas situaciones que tanto directivos, profesores o padres de familia no pueden controlar o mejorar en la educación de sus hijos; de la misma manera el docente se apoya de la psicología educativa para poder establecer mejores propuestas en su quehacer docente y como es que debe manejar la situaciones ante las problemáticas socioemocionales que en ocasiones presentan los alumnos, sin dejar de lado que los docentes deben poseer y desarrollar estas emociones para que puedan desempeñar mejor su rol docente, es decir que la psicología educativa o el psicólogo educativo interviene a través de técnicas, motivaciones, estimulando la creatividad, solucionando problemas académicos, conductuales, propiciando la tolerancia y la colaboración de manera asertiva (Arvilla, Orozco, & Arango, 2011).

Dando sentido al tema principal, el quehacer del psicólogo educativo en los temas de educación socioemocional se relaciona con la intervención de elaborar propuestas educativas que permitan el desarrollo de estas habilidades, que el acompañamiento con los profesores, donde en conjunto establezcan como debe ser el mejoramiento y la elaboración de propuestas educativas, planeaciones que le permitan al profesor dar una mejor enseñanza en cuanto al tema de habilidades socioemocionales.

El asesoramiento puede guardar una relación directa o indirecta con los aspectos educativos que conciernen a los alumnos. (Leon, 2011) Afirma que, “Los psicólogos educativos pueden cooperar con el profesorado y con las administraciones para crear un ambiente educativo y clima escolar que facilite el aprendizaje”. El asesoramiento psicopedagógico se articula como un proceso de ayuda en el cual se elaboran, transmiten y construyen contenidos que tienen que ver con el objeto de ayuda; el asesoramiento se refiere a una práctica profesional con un propósito, que consiste en prestar apoyo, esta es

la labor del psicólogo educativo ayudar en las situaciones que requiera el centro, las necesidades educativas y en este caso ayudar a los docentes en el estudio de los programas educativo establecidos en relación con el desarrollo de las habilidades socioemocionales y a su vez establecer propuestas para el aula.

El psicólogo educativo y los centro escolares son de suma importancia y beneficio para todos, es decir cuántos más psicólogos educativos estén trabajando colaborativamente con el centro educativo existirán mejores resultados; resultados en aprendizajes, colectivos, sociales, interpersonales, extraescolares, emocionales; existirán profesores que tengan mejores estrategias para su práctica educativo, alumnos con todas las herramientas necesarias para que puedan enfrentar a la sociedad, al campo laboral, mejores alumnos emocionalmente estables, que puedan tener relaciones afectivas saludables, es ahí la importancia de la educación socioemocional, no solo cognitiva.

### **3. Método**

#### **Justificación**

A partir del año 2017 se han tomado en cuenta las habilidades socioemocionales en los alumnos, sin embargo se estableció la materia como tal en educación básica; con el objetivo que los alumnos desarrollen e integren en su vida los conceptos, valores, actitudes y habilidades que les permitan comprender y manejar sus emociones, construir una identidad personal, mostrar atención y cuidado hacia los demás, colaborar, establecer relaciones positivas, tomar decisiones responsables y aprender a manejar situaciones retadoras, de manera constructiva y ética (SEP, 2017, págs. 341-345).

Sin embargo el tema se ha enfocado y especializado principalmente en los estudiantes de educación básica, sin tomar en cuenta la importancia que tiene este tema sobre los profesores.

La formación específica de los profesores en materia de educación socioemocional tiene como finalidad que los alumnos puedan recibir una educación socioemocional de calidad, esto, si solo sí, previamente sus docentes se han educado y capacitado en ello. Coordinar al profesorado para que la educación socioemocional sea un trabajo en equipo; por parte de la comunidad educativa, incluyendo a las familias (Barrientos, 2016).

Que los docentes sean capaces de reconocer sus emociones, y su capacidad para gestionar, los estados emocionales, que puedan identificar en uno mismo y en los demás, mostrándose empáticos ante las diversas situaciones que se presenten.

Considero que para que exista una educación de calidad en los alumnos, primero se debe trabajar los aspectos socioemocionales con los profesores.

Hablar de temas como la educación socioemocional es de suma importancia para nuestro país, pues estos temas tienen un proceso y un impacto en nuestra sociedad, en la cual de ahí depende el desarrollo educativo, político, económico y social (SEP, 2017, págs. 341-343)

Para que esto suceda debemos tomar en cuenta que los principales actores son los docentes, ellos son los que se presentan frente al grupo y establecen sus estrategias, su práctica educativa con la finalidad que sus alumnos adquieran las habilidades y aprendizajes necesarios.

La psicología educativa abarca diversos campos en la educación, sin embargo esta investigación se centrara en el campo de la formación docente, intentando fortalecer estas herramientas socioemocionales en su vida personal y laboral, lo cual dicha investigación permitirá conocer cuáles son las habilidades socioemocionales que los docentes poseen.

Como menciona (Leon, 2011); la psicología educativa es una disciplina que relaciona temas psicológicos y educativos, se considerara importante esta investigación, pues las habilidades socioemocionales son temas de autocontrol en la relación de las emociones, las actitudes y como se ven reflejadas en el ámbito educativo pero al mismo tiempo en la sociedad.

Sin embargo se espera que esta investigación aporte nuevos conocimientos en relación de cómo es que están manejando las habilidades socioemocionales los docentes de educación básica, si los docentes poseen, dichas habilidades como la asertividad, las relaciones interpersonales, el autocontrol, la empatía, autoconocimiento, etc.

Considerando que el tema se ha establecido como una materia importante en la educación mexicana, para los alumnos y futuros ciudadanos,

Las investigaciones relacionadas con docentes, permiten identificar si existen este manejo de capacidades y habilidades emocionales, por lo tanto se intentara realizar una investigación enfocada en conocer y verificar si los docentes poseen habilidades socioemocionales desde el ámbito de la psicología educativa, todo esto con la finalidad de que existan docentes con mejores herramientas que estas les sirvan para su práctica educativa y a su vez que los alumnos estén mejor desarrollados en todos los aspectos de su vida, educativo, cognitivo, emocional y social, que esta investigación permita en un futuro crear mejores personas, más capacitadas y que puedan enfrentarse a esta sociedad dinámica.

## **Planteamiento del problema**

A lo largo de los años la educación básica ha requerido cambios significativos ya que los aprendizajes de los estudiantes se han mostrado deficientes y estas problemáticas no cumplen con la necesidades que requiere la sociedad actual, por lo cual el currículo se ha tenido que reformar, con el objetivo de establecer nuevas propuestas educativas que permitan potenciar los aprendizajes y habilidades de los estudiantes (SEP, 2017, págs. 341-344).

Por lo tanto en los tiempos actuales las demandas educativas se enfocan en una visión humanista, en donde se coloca el esfuerzo formativo de las personas y las relaciones humanas, “la educación puede ser transformadora y contribuir a un futuro sostenible para todos” (SEP, 2017, págs. 341-344) es decir que, lo que intenta el currículo a través de la educación es tomar en cuenta tanto los aspectos cognitivos, como emocionales y éticos, tendiendo un valor igualitario para cada uno, pues en propuestas anteriores la educación y los aprendizajes era meramente enfocados a procesos cognitivos y no se involucraban en las situaciones emocionales que pasaba el estudiante, por tanto en esta propuesta educativa intenta ir más allá del aprendizaje académico convencional y empezar a tomar en cuenta la educación socioemocional, reforzando cada valor de los futuros estudiantes (SEP, 2017, págs. 341-344).

Sin embargo los docentes ponían más atención en aprendizajes cognitivos que en la educación socioemocional, ya que se consideraba que esta área correspondía más al ámbito educativo familiar, que al escolar, lo cual los docentes le otorgaban poca importancia a estas temáticas dejándolas en segunda instancia. No se tomaba en cuenta que estas habilidades o competencias socioemocionales pudieran ser fortalecidas o cultivadas en el ámbito escolar (SEP, 2017, págs. 345-352). No obstante las investigaciones recientes confirman que la educación socioemocional y el desarrollo de estas habilidades y competencias traen consigo un desarrollo en cuanto a los comportamientos, actitudes y rasgos de la personalidad, que permiten aprender a conocerse, comprenderse a sí mismo, tener auto-eficacia y confianza, y al mismo tiempo entender y regular sus emociones, de igual forma estas habilidades permiten que los estudiantes se muestren más empáticos hacia los demás, estableciendo relaciones interpersonales y desarrollar un sentido de comunidad, por tanto la educación ha puesto

gran énfasis en insertar esta nueva asignatura en los aprendizajes básicos para la vida (SEP, 2017, págs. 345-352).

No obstante con base en lo anterior, este tema toma gran énfasis en el proceso de aprendizaje de los niños y estudiantes del país, pues son la prioridad dentro del sistema educativo, pues ellos son las futuras generaciones en la sociedad Mexicana. Sin embargo sería importante conocer si los docentes de educación básica poseen estas competencias. Si bien las habilidades socioemocionales favorecen al desarrollo del ser humano, ya que provee recursos internos para enfrentar las dificultades que pueden presentarse a lo largo de la vida, pues a través de esto cada individuo tiene un autocontrol y manejo emocional, que le permite enfrentar diversas dificultades que se le presenten, no obstante debemos recordar que una persona en general debe poseer aprendizajes, competencias y habilidades de carácter cognitivo, emocional, psicológico y social, que le permitan enfrentarse a cualquier situación (SEP, 2017, págs. 344-352).

Es por eso que deberíamos poner énfasis de estas habilidades en el proceso formativo de los docentes, ya que de ellos depende la buena enseñanza y aprendizaje de los alumnos. Con base en el plan y programas nos dice que el principal enfoque es orientar la práctica docente, con el objetivo de impulsar la educación integral de los alumnos en cualquier aspecto, cognitivo, emocional, físico, mental, personal y social, de igual forma poder percibir la función docente y su práctica profesional (SEP, 2017, págs. 344-352).

No obstante aunque existen diversos manuales y programas relacionados a estas temáticas, todas aquellas se enfocan y permiten que el docente mejore su práctica en cuanto a el aprendizaje y desarrollo de estas competencias en los alumnos, lo cual es importante, sin embargo sería conveniente que los docentes desarrollen al máximo estas habilidades y competencias emocionales, que les permitan regular y controlar sus emociones, con la finalidad que cada docente genere emociones favorables dentro de su aula y le permita enseñar estas habilidades a sus estudiantes, tomando en cuenta el único objetivo que es mejorar la calidad educativa del país.

Es por eso que a través de esto surge la siguiente pregunta de investigación.

¿Un grupo de docentes del Estado de México poseen habilidades socioemocionales intrapersonales, interpersonales, orientación cognoscitiva, manejo del estrés y afecto?

La presente investigación permitirá conocer si un grupo de docentes de educación básica del Estado de México, poseen las habilidades socioemocionales,

A partir de la pregunta de investigación se plantearon los siguientes objetivos para llevar a cabo la investigación

#### **4. Objetivos**

##### **Objetivo general**

Conocer si los docentes de educación básica poseen habilidades socioemocionales como son las intrapersonales, interpersonales, orientación cognoscitiva, manejo del estrés y afecto.

##### **Objetivos específicos**

- Analizar si existen habilidades intrapersonales en el profesorado como: Autoconciencia emocional, asertividad, autoestima y autorrealización.
- Explorar si los docentes poseen habilidades socioemocionales como la empatía, responsabilidad, relaciones interpersonales y responsabilidad social.
- Identificar las competencias emocionales de los docentes en cuestiones de adaptabilidad, flexibilidad y solución de problemas.
- Analizar las habilidades socioemocionales como el manejo de estrés y control de impulso de los docentes.
- Analizar si los docentes muestran estados de ánimo favorables como: la felicidad y optimismo.
- Identificar si existen diferencias en las habilidades socioemocionales entre los grupos de edad, sexo y escolaridad de los docentes.

Dado que el objetivo de estudio fue conocer cuáles son las habilidades socioemocionales que poseen los profesores de educación básica, se recurrirá a una investigación cuantitativa en la cual se representan un conjunto de procesos secuenciales y probatorios, donde se analizarán las mediciones obtenidas, utilizando métodos estadísticos (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014, págs. 34-57).

Con base en lo anterior mencionado se puede decir que la metodología de esta investigación, hace referencia al enfoque cuantitativo, ya que éste tiene como finalidad, explicar, predecir, verificar teorías y el desarrollo de la objetividad. Con relación en una metodología hipotética-deductiva, que busca la medición de resultados, la validez interna, la predictibilidad mediante técnicas estadísticas e instrumentos de medición (Herrán, Hashimoto, & Machado, 2005).

Con palabras de (Schuster, Puente, Andrada, & Maiza, 2013), afirman que la investigación en el ámbito educativo tiene como finalidad desnudar leyes que rigen situaciones educativas y así poder formular teorías que orienten una mejor práctica educativa.

El paradigma positivista sustenta a la investigación cuantitativa, ya que esta tiene como objetivo comprobar variables, por medios estadísticos y con instrumentos, teniendo como objetivo explicar los fenómenos que se están estudiando. La estadística permite el análisis y la interpretación de la información y una vez obtenida se recaban los datos y se organizan para obtener información significativa (Monje, 2011).

### **3.1 Tipo de estudio**

Se trata de un estudio descriptivo en el cual se intenta conocer cuáles son las habilidades socioemocionales que los docentes poseen, identificando si los docentes tienen desarrolladas dichas habilidades.

Los estudios descriptivos tienen como propósito describir situaciones o eventos, intentando especificar propiedades, características, aptitudes, habilidades específicas de las personas o de una comunidad, de igual forma los estudios descriptivos miden y evalúan (Hernández, Fernández, & Baptista, 1997, págs. 88-101).

Con base en los estudios científico describir es igual a medir, es decir que en un estudio descriptivo se seleccionan una serie de cuestiones y se miden cada una y así poder

describir, valga la redundancia, lo que se investiga. (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014).

Sin embargo siendo esta una investigación de corte cuantitativo, con un estudio descriptivo, no se presentaran hipótesis. Como menciona (Hernández, Fernandez, & Baptista, 2010, págs. 88-101); no todas la investigaciones cuantitativas establecen hipótesis, debido a que en la presente investigación únicamente se pretende describir las características de una población y en este caso se intenta describir si los docentes de educación básica poseen habilidades socioemocionales.

En trabajos de (Monje, 2011); Menciona que la descripción estadística es un método factible para organizar y resumir datos que son ordenados, indicando el número de veces que se repite cada valor, en este caso se realizó una descripción de los resultados obtenidos por el instrumento BarOn de cada docente, de igual forma se realizó una descripción de las diferencias significativas de tres categorías que son los grupos de edad, sexo y la escolaridad de los docentes. En dicha descripción se obtuvieron los promedios totales y los promedios de las tres categorías, también se tomara en cuenta la categorización de las respuestas obtenidas de la entrevista semi-estructurada con el objetivo de recabar mayor información para la investigación.

### **3.2 Participantes y muestreo**

Con la finalidad de obtener información acerca de las habilidades socioemocionales que poseen los docentes de educación básica, se tomará una muestra representativa de 30 profesores pertenecientes al nivel básico.

La muestra es un subgrupo de una población específica que tiene como objetivo delimitar las características para generar resultados y establecer parámetros. (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014, págs. 170-194). Mencionan que la muestra es un subgrupo de la población de interés sobre el cual se recolectarán datos, y que tiene que definirse y delimitarse de antemano con precisión, además de que debe ser representativo de la población.

En algunos trabajos de (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014, págs. 170-194); Mencionan que una muestra no probabilística o dirigida a un subgrupo de la población en la que la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de las características de la investigación. Depende del proceso de toma de decisiones de un investigador o de un grupo de investigadores y desde luego, las muestras seleccionadas

obedecen a otros criterios de investigación. Elegir entre una muestra probabilística o una no probabilística depende del planteamiento del estudio, del diseño de investigación y de la contribución que se piensa hacer con ella.

Con base en lo anterior mencionado se recurrió a un grupo de profesores pertenecientes al Estado de México, en el nivel básico. Donde el tamaño de muestra es de 30, se recurrirá a una muestra no probabilística en donde los 30 docentes se mostraron abiertos a participar en la investigación, utilizando seudónimos para proteger su identidad.

**Tabla 1**

*Descripción de los participantes*

IDENTIFICACIÓN DEL PARTICIPANTE				
PARTICIPANTE	Nombre de usuario	SEXO	EDAD	NIVEL DE ESTUDIOS
1	sele	Femenino	27	Maestría
2	Oliver	Masculino	25	Maestría
3	gladys	Femenino	45	Licenciatura
4	kir0	Femenino	24	Maestría
5	adriana	Femenino	30	Maestría
6	verena	Femenino	41	Doctorado
7	angyhdz	Femenino	27	Maestría
8	Quetzal	Femenino	32	Maestría
9	janeth	Femenino	38	Licenciatura
10	gabyt	Femenino	42	Licenciatura
11	lalabel	Femenino	37	Licenciatura
12	vesoba	Femenino	41	Licenciatura
13	fabi	Femenino	44	Licenciatura
14	amy	Femenino	42	Licenciatura
15	suirim	Femenino	27	Maestría
16	Norma	Femenino	41	Licenciatura
17	InesGP	Femenino	42	Licenciatura
18	vero	Femenino	57	Licenciatura
19	Valrcg	Femenino	27	Maestría
20	Maria Guada	Femenino	41	Licenciatura
21	mmjcyarek	Femenino	43	Doctorado
22	Nelvylie	Femenino	44	Licenciatura
23	gloriamr	Femenino	42	Licenciatura

24	kc.ferriz	Femenino	40	Maestría
25	alessj	Masculino	45	Maestría
26	MaribelL	Femenino	42	Maestría
27	DaniM	Masculino	43	Maestría
28	Veros	Femenino	37	Licenciatura
29	AleM	Femenino	32	Licenciatura
30	Isabelcasi	Femenino	31	Licenciatura

Fuente: de elaboración propia

### 3.3 Contexto

Dadas las consecuencias sociales a las que nos enfrentamos con el tema de Covid-19; el confinamiento y otras medidas preventivas para resguardar la salud de cada persona, el escenario de aplicación fue de manera virtual.

Con ayuda del software Google Forms, el cual nos permitió hacer la transcripción de la escala tipo Likert, la cual esta una técnica de medición que nos permite evaluar la actitud y la opinión de las personas.

De igual forma la aplicación de las entrevistas se realizó en un escenario virtual, con ayuda de diversas plataformas como Zoom y Meet, ya que esto facilitó la aplicación de las entrevistas a los docentes.

### 3.4 Técnicas e Instrumentos

La investigación cuantitativa se apoya de diversas técnicas e instrumentos de medición, que le permiten comprobar a través de estos, los objetivos de investigación. En las investigaciones cuantitativas se utilizan instrumentos para medir las variables, ya que al medir se estandarizan los datos y se cuantifican (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014, págs. 196-250).

Con base en los objetivos de investigación se utilizó una serie de técnicas mixtas con el objetivo de profundizar en el análisis de la investigación, el propósito de las técnicas mixtas es la integración sistemática de la investigación cualitativa y cuantitativa para poder obtener un análisis de datos y así poder tener mayor información sobre el tema de investigación (Obez, Avalos, Steier, & Balbi, 2018).

#### a) BarOn

Con base en lo anterior se recurrió a una técnica de investigación como lo es la escala tipo Likert, la cual se caracteriza por ser un conjunto de ítems que permiten obtener la reacción de los participantes, los ítems se presentan como afirmaciones o juicios, donde los participantes elegirán una categoría sobre dicha escala y de esta manera medir la reacción del sujeto en tres, cinco o siete categorías (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014).

Se recurrió al instrumento de medición, BarOn, el cual hace referencia a la inteligencia emocional y la relaciona con la inteligencia social, ya que en conjunto estas inteligencias permiten reconocer las emociones propias y la de los demás, estas inteligencias permiten guiar nuestros pensamientos y nuestras acciones; con el objetivo de identificar estas habilidades e inteligencias se crea el instrumento BarOn EQ-i, el cual se relaciona con teorías de autores como (Goleman, 1996), (Rivera, Pons, Rosario-Hernández, & Ortiz, 2008).

#### **3.4.1 Descripción del instrumento**

**EQ-i (133) BarOn (Emotional Quotient Inventory; Reuven BarOn, 1997).** El Inventario Bar-On se basa en la siguiente concepción de la inteligencia emocional: *“un conjunto de capacidades no cognoscitivas, competencias y habilidades que influyen en la capacidad para triunfar y reaccionar con precisión a las demandas del ambiente”* (Rivera, Pons, Rosario-Hernández, & Ortiz, 2008). Esta prueba fue diseñada con el objetivo de establecer respuestas relacionadas con las habilidades y los niveles de emoción, así como la relación con la cognición de las personas.

El Inventario BarOn es la primera prueba construida por BarOn en 1980 (Rivera, Pons, Rosario-Hernández, & Ortiz, 2008). Bar-On utiliza la expresión “inteligencia emocional y social” (Bisquerra, 2009, págs. 15-21). Este instrumento permite evaluar las habilidades y competencias emocionales, interpersonales, intrapersonales, de adaptabilidad y el estado de ánimo general (Ugarriza & Pajares, 2005). El propósito es utilizar este instrumento para evaluar estas habilidades y competencias en los profesores de educación básica.

De acuerdo con (Rivera, Pons, Rosario-Hernández, & Ortiz, 2008). “La prueba contiene cuatro escalas de validez y una puntuación total denominado Cociente Emocional (CE). El CE contiene cinco escalas las que a su vez se componen de 15 sub escalas. Las escalas y las sub escalas se definen a continuación”

1. Intrapersonal:

- Conciencia Emocional de Sí Mismo: reconocer los sentimientos propios.
- Asertividad. Capacidad para expresar y defender los sentimientos y creencias
- Consideración: habilidad de aceptarse y respetarse a uno mismo
- Actualización de Sí Mismo: desarrollo de capacidades personales para una vida plena
- Independencia: habilidad de tener autocontrol y auto dirigirse sobre los pensamientos y actitudes emocionales

2. Interpersonal:

- Empatía: habilidad para entender los sentimientos de los demás
- Relaciones Interpersonales: habilidad de mantener relaciones satisfactorias
- Responsabilidad Social: capacidad para relacionarse de manera cooperativa y contribuyente en un determinado grupo social.

3. Orientación Cognoscitiva:

- Resolver Problemas: habilidad para conocer y saber manera los problemas de manera efectiva
- Prueba de Realidad: capacidad de manejar las situaciones externas y relacionarlas con sus habilidades internas de manera asertiva.
- Flexibilidad: habilidad para adaptarse a pensamientos, emociones y comportamientos en diversas situaciones y condiciones.

4. Manejo de Estrés:

- Tolerancia al Estrés: capacidad para enfrentarse a situaciones adversar y estresantes, actuando de manera asertiva y positiva

- Control del Impulso: habilidad para controlar los impulsos ante una determinada situación.

5. Afecto:

- Felicidad: habilidad para sentirse satisfecho con su vida y poder acompañar y disfrutar con los demás.
- Optimismo: habilidad para mantener una actitud positiva ante momentos de adversidad (Rivera, Pons, Rosario-Hernández, & Ortiz, 2008).

El cuestionario BarOn contiene 133 ítems, utilizando la escala tipo Likert, donde los docentes utilizarán una de las 5 categorías para elegir su respuesta.

## Tabla 2

### Descripción del instrumento BarOn

Ficha técnica	
<i>Nombre original</i>	EQi-YV BarOn Emotional Quotient Inventory
<i>Autor</i>	Reuven BarOn (1997)
<i>Procedencia</i>	Toronto, Canadá
<i>Adaptación Peruana</i>	Nelly Ugarriza Chávez
<i>Administración</i>	Individual o colectiva
<i>Duración</i>	Sin límite de tiempo
<i>Aplicación</i>	Docentes de educación básica
<i>Puntuación</i>	Calificación manual o computarizada
<i>Significación</i>	Estructura factorial. Consta de 133 ítems con 5 componentes clave o meta-factores (intrapersonal, Interpersonal, Orientación cognoscitiva, Manejo del estrés y afecto)
<i>Usos</i>	Clínico, Educativo, Jurídico, médico, laboral y de investigación.
<i>Materiales</i>	Cuestionario que consta de los ítems del I-CE, hoja de respuestas, plantilla de corrección, hoja de resultados y de perfiles (A, B).
<i>Formato</i>	Tipo Likert con cinco posibilidades: a) Muy rara vez o nunca es mi caso. b) Pocas veces es mi caso. c) A veces es mi caso; d) Muchas veces es mi caso. e) Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

Fuente: (Ugarriza, 2001).

#### b) Entrevista

Para obtener mayor información se recurrirá a una técnica de entrevista. (Kerlinger, 2002); menciona que la técnica de entrevista es una situación interpersonal, cara a cara, entrevistado-entrevistador y se basa en preguntas diseñadas para poder obtener respuestas pertinentes a lo que se está investigando, es decir que en el diseño de la entrevista permite medir las categorías, profundizar y hacer un seguimiento de los resultados de la investigación, este intercambio verbal nos ayuda a reunir datos, obtener información con un objetivo definido, enfocado a un tema específico (Galindo, 1998).

La entrevista semi-estructurada permite la recolección de datos de los entrevistados, esto a través de preguntas abiertas, el entrevistador elabora un guion de preguntas sobre un tema específico o con base en una revisión previa de la literatura, esto con el objetivo de recolectar la información suficiente para entender el área de interés (Tejero, 2021).

Para poder llevar a cabo la entrevista se utilizó la plataforma zoom y Meet lo cual permitió la grabación completa de las entrevistas, las categorías de análisis se establecieron previamente con base en la información teórica.

- Importancia de la educación socioemocional.
- La formación socioemocional en el docente.
- Autopercepción de las habilidades socioemocionales

Las entrevistas se aplicaron a 3 docentes de educación básica, que laboran en el Estado de México, esto debido a que fueron los docentes que se mostraron abiertos a participar en la entrevista.

### c) Categorización

En este apartado se hace énfasis en el procedimiento de aplicación de las entrevistas, así como la agrupación de acuerdo con las categorías de análisis; categorías previas ajustadas al tema de interés (Bermúdez, 1986).

Para realizar el análisis de investigación de las entrevistas, se aplicó de manera individual a los tres participantes. Se llevó a cabo una síntesis de la información extraída de la entrevista con la finalidad de simplificar las palabras y plasmar lo fundamental que nos proporcionó el entrevistado ya que esto facilita el análisis (Seid, 2016).

La relación de las categorías permite la codificación y agrupación de la información y esta se concentra en ideas, conceptos relacionados con la investigación. (Fernández Núñez, 2006); Menciona que los códigos son etiquetas que permiten asignar un significado en la información descriptiva, es decir que los códigos son frases, textos o párrafos que permiten agrupar la información sobre un tema en particular y así poder verificar cuál es su aportación y poder explicarlo de manera congruente con relación al tema de investigación.

**Tabla 3**

*Correspondencia entre las preguntas de entrevista y las categorías de análisis.*

Objetivos	Preguntas de la guía de entrevista	Categoría de análisis
<b>Conocer la argumentación que tiene el docente sobre la importancia de la educación socioemocional</b>	¿Por qué es importante la educación socioemocional? ¿Cómo cree que impactas las habilidades socioemocionales en la sociedad mexicana? ¿Cómo cree que será el impacto a futuro del tema de las HSE en la educación mexicana y en la sociedad mexicana?	Importancia de la educación socioemocional
<b>Describir los argumentos que el docente tiene sobre su formación docente en el tema de educación</b>	¿Con base en el plan de estudios 2017 al incluir este tema, como impacto en su labor docente? ¿Qué tan importante es para usted que los docentes de México tengan control y manejo de sus emociones? ¿Usted recibió o a recibido algún taller, programas o curso donde se	La formación socioemocional en el docente.

<b>socioemocional.</b>	le capacite para poder instruir y enseñar este tema? ¿Cómo cree que esto se vería reflejado en su contexto o escenario de clases? ¿En su labor docente cree que es importante este tema? ¿Cuáles son las recomendaciones que usted haría para impulsar las habilidades socioemocionales en los docentes?	
<b>Identificar la percepción e importancia que el docente posee sobre sus habilidades socioemocionales.</b>	¿Existe autopercepción de sus habilidades socioemocionales? ¿De las cinco dimensiones socioemocionales: autoconocimiento, autorregulación, autonomía, empatía y colaboración; para usted cual considera que es la más importante? ¿Cómo cree que influyen las habilidades socioemocionales en sus relaciones intrapersonales en su contexto de trabajo?	Autopercepción de las habilidades socioemocionales

*Fuente: Elaboración propia*

### 3.5 Procedimiento

#### **Primera fase: Aplicación del instrumento EQ-i (133) BarOn (Emotional Quotient Inventory; Reuven BarOn, 1997).**

Para poder llevar a cabo el proyecto de investigación, el instrumento se aplicó a la muestra total que está conformada por los 30 profesores de educación básica pertenecientes al Estado de México, seleccionado mediante un muestreo no probabilístico, se les hizo la invitación vía correo electrónico y por medio de plataformas como Facebook, en donde se especificaba los detalles del instrumento, su participación fue voluntaria y fueron contestando uno a uno con las mismas instrucciones, las respuestas fueron acorde a los tiempos de cada docentes y se les envió el formato de Google forms. (Anexo 1).

#### **Segunda fase: Entrevista a los participantes**

En esta fase se llevó a cabo la entrevista semiestructurada generada a partir de las categorías preestablecidas en la investigación y que giran en torno a la guía correspondiente. (Anexo 2)

La entrevista permitió acceder a los conocimientos y percepciones que tienen los docentes sobre las habilidades socioemocionales y a su vez que importancia adjudican en torno a su vida profesional y contextual.

Se contactó a los varios docentes que de igual forma participaron en el instrumento BarOn, sin embargo solo 3 docentes se mostraron abiertos a participar, la invitación se realizó de distintas formas, algunas fue contacto directo con el docente y otras por vía electrónico con plataformas como Facebook.

Las entrevistas se aplicaron de manera individual por medio de plataformas virtuales donde se pudo rescatar el audio y las grabaciones completas de cada entrevista,

participaron 3 docentes quienes de manera voluntaria accedieron a la entrevista, dicha aplicación se realizó con forme a los tiempos y espacios acordados por los docentes.

### **3.6 consideraciones éticas.**

Durante la aplicación del instrumento así como las sesiones de entrevista se mantendrá la confidencialidad de la información proporcionada de los docentes para la investigación y de esta manera se asumirá la responsabilidad de la información para evitar un mal uso de ella.

La información descrita en la investigación fue utilizada a través del consentimiento y la participación voluntaria de los participantes, en este caso de los docentes, que por voluntad propia accedieron a responder le cuestionario así como las entrevistas realizadas (Zacarías, 2018).

El acceso al cuestionario se realizó de manera individual, previamente se comentó la finalidad de este y la finalidad de la investigación que se realizara, con base en el código de ética de psicología ya que se requiere del conocimiento informado para la aplicación (Zacarías, 2018).

De igual forma se explicó de manera verbal el motivo de la grabación y audio de la entrevistas para la investigación, con el propósito de no hacer mal uso de la información proporcionada y así tener el consentimiento de los docentes para poder obtener la información necesaria, se mencionó que las entrevistas serán transcritas para tener evidencia oral y escrita de su participación en la investigación (Zacarías, 2018).

#### 4. Análisis de los resultados

En esta parte se describirá como fue el análisis estadístico de los datos con relación al instrumento BarOn, así como la presentación del análisis de resultados de las entrevistas realizadas en la investigación con relación a las categorías establecidas.

Con base en (Ugarriza, 2001) el análisis estadístico de los datos se realizó con ayuda del sistema computarizado Excel, que proporciona el manual en los cuales se cuantificaron y se categorizaron (tratándose de una cuestión básica de estadística descriptiva). De acuerdo con (Ugarriza, 2001) los puntajes del coeficiente emocional total, componentes y sub componentes; están distribuidos de la siguiente manera:

**Tabla 4**

*Puntajes para la interpretación de los resultados del instrumento BarOn.*

<b>130 y más.</b>	Capacidad emocional muy desarrollada. Marcadamente alta. Capacidad emocional inusual
<b>115-129.</b>	Capacidad emocional muy desarrollada. Alta, buena capacidad emocional.
<b>86-114.</b>	Capacidad emocional adecuada. Promedio.
<b>70 a 85.</b>	Necesita mejorar. Baja Capacidad emocional por debajo del promedio.
<b>69 y menos.</b>	Necesita mejorar. Muy baja capacidad emocional extremadamente por debajo del promedio.

*Fuente:* (Ugarriza, 2001).

De igual forma se obtienen los promedios de las 5 escalas que se sub dividen en 15 escalas de medición del I-CE, esto con la finalidad de obtener una mejor interpretación de la capacidad emocional de cada docente, así como su manera de actuar en el entorno donde se desarrolla y su bienestar emocional.

En algunos trabajos especializados (Monje, 2011) menciona que la descripción estadística es un método factible para organizar y resumir datos que son ordenados, indicando el número de veces que se repite cada valor, en este sentido se describirá los puntajes obtenidos de cada docente con relación al instrumento BarOn.

Se presentan los promedios de tres categorías: edad, sexo y grado de estudios de los docentes, esto de manera independiente al manual del instrumento, pues se considera un dato significativo para la investigación.

De igual forma se presentarán las categorías de análisis de las entrevistas que se clasifican en: Importancia de la educación socioemocional, La formación socioemocional en el docente, Autopercepción de las habilidades socioemocionales; estas categorías se determinaron a partir de los objetivos de investigación, tratando de identificar diversas habilidades de los docentes, como la autopercepción, la flexibilidad, la empatía, reconocer los sentimientos, consideración, la habilidad de aceptarse, de tener autocontrol y auto dirigirse sobre los pensamientos y actitudes emocionales de manera asertiva, establecer relaciones interpersonales y como es que las perciben en su vida laboral.

#### **4.1 Análisis de los resultados obtenidos por el instrumento BarOn de cada docente.**

##### **4.1.1 Descripción estadística de los participantes en su coeficiente total y sus sub componentes**

Con palabras de (Ugarriza, 2001); los puntajes de las escalas indican las habilidades emocionales, si estas están bien desarrolladas o donde es que deben mejorar las habilidades y competencias, con la finalidad que les permitan enfrentarse a las demandas sociales del entorno, conocer los puntajes altos y bajos de cada docente permite identificar áreas de fortaleza en su desempeño actual.

Un puntaje obtenido alrededor de 100 indica un funcionamiento emocional promedio y los puntajes bajos indican habilidades que necesitan ser mejoradas.

El puntaje total del CE alto señala a las personas que se encuentran en contacto con sus sentimientos, se sienten bien consigo mismas y son bastante exitosas en el desarrollo de su potencial, son empáticos pues entienden como se sienten los demás y poseen habilidades para relacionarse con las personas.; son personas realistas, asertivas, positivas, felices y tiene éxito en la resolución de sus problemas (Ugarriza, 2001).

Para la interpretación de los sub componentes (Ugarriza, 2001), menciona que al analizar los resultados por sub componentes permite identificar las áreas de fortaleza o debilidad; para una mejor interpretación se hará una descripción general

Intrapersonal (CEIA): Las personas que obtienen resultados altos en este sub componente regularmente son aquellas que están en contacto con sus sentimientos, se

sienten bien consigo mismas y con su vida, son personas fuertes e independientes; este componente se divide en los siguientes sub componentes, Comprensión Emocional de sí mismo, Asertividad, Autoconcepto, Autorrealización e Independencia.

Interpersonal (CEIE): Aquellos con puntajes altos, regularmente son personas que poseen habilidades sociales, responsables y confiables, es decir son aquellas que saben relacionarse e interactuar con los demás, este se divide en los sub componentes Empatía, las Relaciones Interpersonales y la Responsabilidad Social.

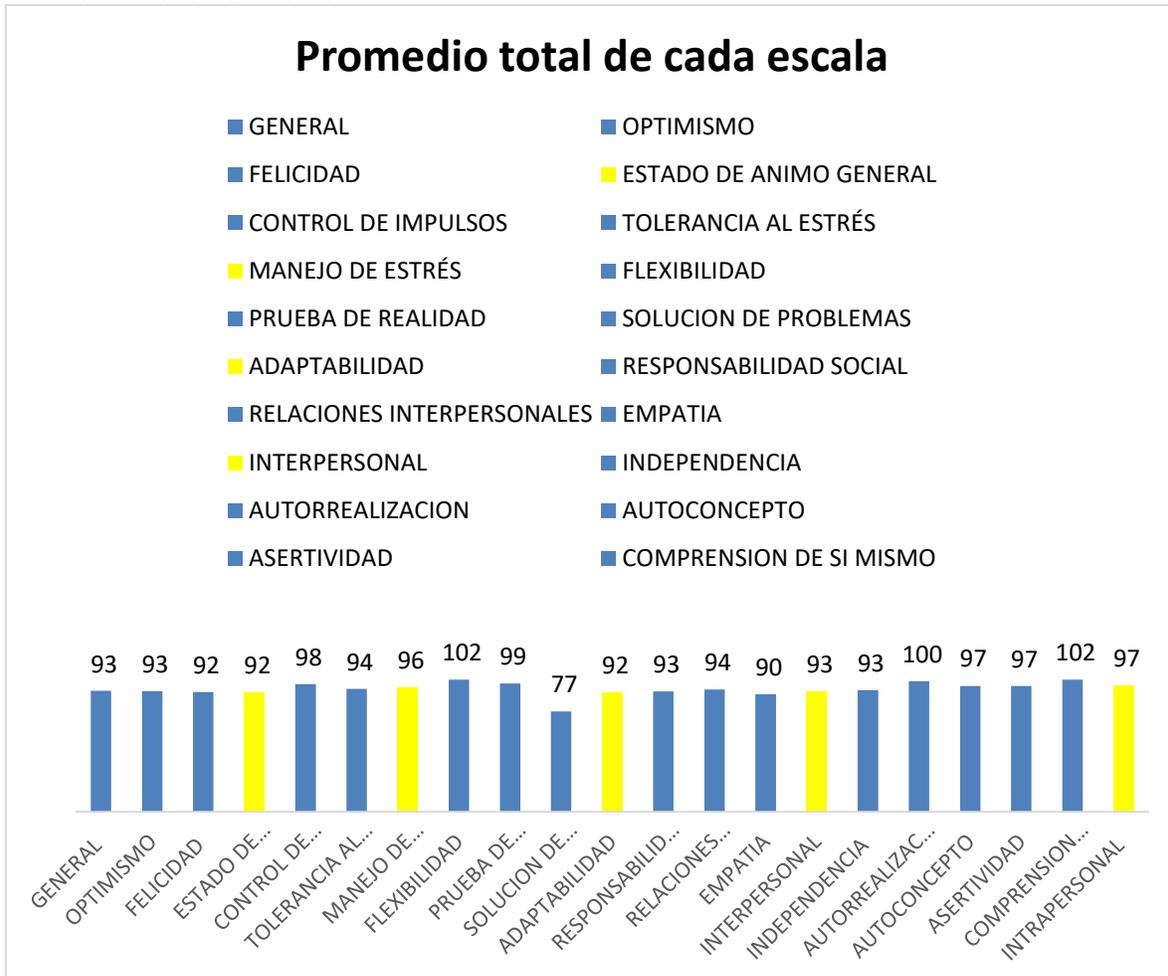
Adaptabilidad (CEAD): Los puntajes altos en esta área permite identificar a personas regularmente flexibles, realistas, efectivas para entender situaciones problemáticas, y hábiles para llegar a soluciones adecuadas y situaciones diarias, los subcomponentes de Solución de Problemas, Prueba de la Realidad y Flexibilidad.

Manejo del Estrés (CEME): Aquellas personas con puntajes altos, demostrar tener la habilidad de tener tolerancia al estrés y un control en sus impulsos, generalmente son personas calmadas, rara vez impulsivos, son personas que pueden realizar actividades bajo presión, labores que provocan tensión o ansiedad sin perder el control. Incluye los subcomponentes: Tolerancia al Estrés y Control de los Impulsos.

Estado de Ánimo General (CEAG): Aquellas personas con puntajes altos, regularmente son positivas, alegres y optimistas, saben disfrutar la vida y les permite tener una buena interacción con los demás, incluye los sub componentes, Felicidad y Optimismo (Ugarriza, 2001).

A continuación se presentará la distribución de frecuencias de cada docente con relación a sus resultados obtenidos por el coeficiente total, componentes y sub componentes.

**Figura 1.**  
*Promedio de la calificación total*



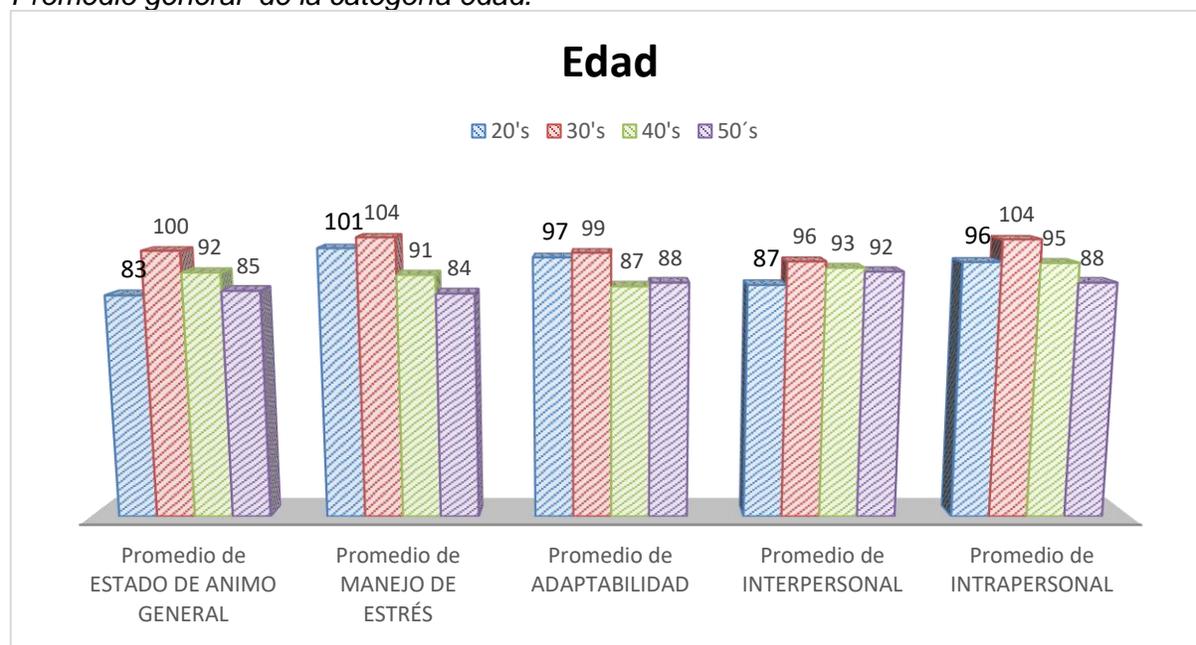
Con base en los resultado obtenidos reflejan que los 30 docentes presentan resultados en el promedio esperado por el manual, que oscila entre 86 a 114, es decir que poseen buenas habilidades socioemocionales, lo cual les permite tener un bienestar general tanto en aspectos personales, emocionales y sociales; que influyen en su habilidad para adaptarse y enfrentar a las demandas y presiones del medio, son docentes que poseen una habilidad emocional adecuada, de igual forma se puede decir que son docentes que se sienten bien consigo mismos, son asertivos, pueden relacionarse de manera adecuada con las demás personas, entienden los sentimientos de los demás y tienen éxito en resolver problemas que se presenten.

Como se mencionaba en el referente teórico con palabras de (Signes, Amado, Acereda, & López, 2014); esto permite mantener relaciones favorables tanto con sus alumnos, con lo padres y sus compañeros de trabajo pues son profesores que poseen habilidades

emocionales desarrolladas, que saben manejar las situaciones y actuar de la mejor manera, recordando que un docente también cumple el papel de transmitir actitudes dentro de su acción pedagógica, pues en este no solo es trasmisor de conocimientos, es decir que no enseña indiferente a sus emociones o sentimientos.

No obstante con base en los resultados obtenidos se muestra una calificación baja con un promedio de 77 en la sub escala, solución de problemas, es decir que los docentes tienen poca habilidad para identificar los problemas e implementar una solución efectiva, por lo tanto necesitan mejorar en ese componente. Como se mencionaba anteriormente en el marco teórico, la formación de habilidades emocionales en el docente es de suma importancia, pues le permite al docente establecer relaciones con los demás, tomar decisiones adecuadas, así como regular sus emociones y sentimientos. Sin embargo como menciona (Barrientos, 2016) estos docentes han adquirido esta formación emocional a lo largo de su trayectoria, pues no han tenido una formación o educación como tal, eso lo han adquirido a través de su intuición, debido a esta falta de formación o educación en los docentes, se les ha culpabilizado por mostrar estas carencias emocionales.

**Figura 2.**  
*Promedio general de la categoría edad.*



Se puede interpretar que en la mayoría de las escalas los docentes obtuvieron puntajes favorables, es decir que las calificaciones se encuentran en el promedio 86 a 114, por lo tanto poseen una capacidad emocional adecuada.

Con relación a los resultados obtenidos en la categoría edad, se puede apreciar que los docentes que se encuentran en el rango de edad 30s, poseen mejores habilidades en cada una de las 5 escalas, sin embargo identificando en cada escala podemos ver que en:

### *Estado de ánimo general*

Los docentes en la escala de edad treintas tienen un mejor estado de ánimo en general contra los docentes en los veintes que tienen el menor estado de ánimo general.

### *Manejo del Estrés*

Nuevamente los docentes en la escala de treintas tienen un manejo del estrés en esta ocasión el último peldaño es para los de cincuentas

### *Adaptabilidad*

Los docentes en la escala de edad treintas tienen una mejor adaptabilidad contra los docentes en los cuarentas que tienen la menor adaptabilidad.

### *Interpersonal*

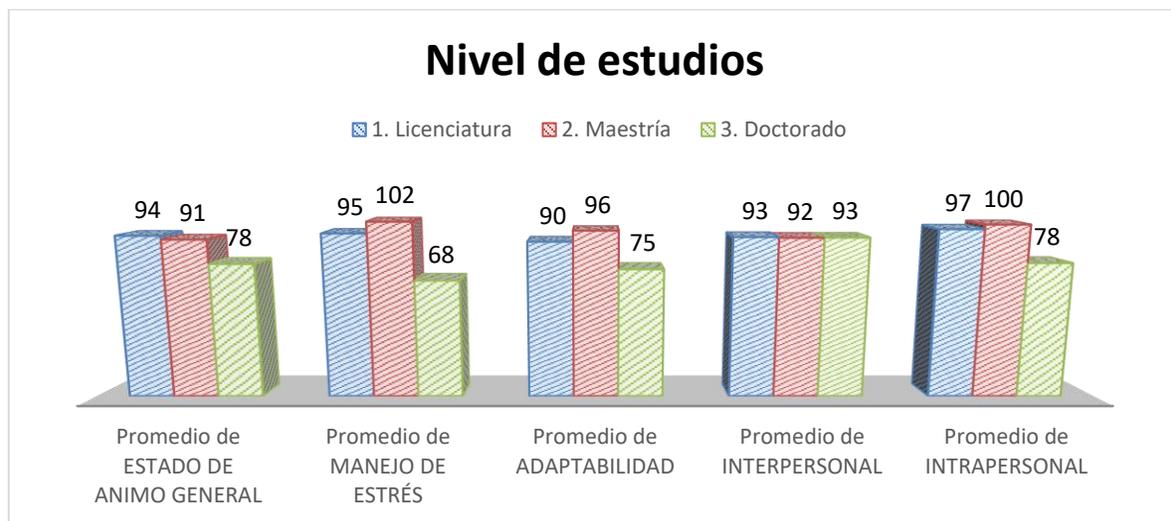
Los docentes en la escala de edad treintas tienen un mejor nivel interpersonal contra los docentes en los veintes que tienen la menor adaptabilidad.

### *Intrapersonal*

Nuevamente los docentes en la escala de treintas tienen un manejo del estrés en esta ocasión el último peldaño es para los de cincuentas.

### **Figura 3.**

*Promedios totales de la categoría grado de estudios.*



Para esta categoría se presentan las calificaciones obtenidas de los 30 docentes con relación al nivel de estudios que se divide en 3 licenciatura, maestría y doctorado.

Podemos observar que los docentes de licenciatura y maestría poseen buenas habilidades socioemocionales, ya que se encuentran en el promedio esperado, sin embargo existe una diferencia en cuando a los docentes que tienen grado de estudios a nivel doctorado

#### *Estado de ánimo general*

Los docentes de licenciatura tienen el mejor estado de ánimo en general el peor estado lo presentan los doctorandos.

#### Manejo del Estrés

Los docentes de maestría tienen mejor manejo del estrés, en segundo lugar los de licenciatura y por último los de doctorado.

#### Adaptabilidad

Los docentes de maestría tienen mejor manejo del estrés, en segundo lugar los de licenciatura y por último los de doctorado.

#### Interpersonal

Los docentes de licenciatura y doctorado tienen el mismo nivel interpersonal, a diferencia de los de maestría que tiene el más bajo.

#### Intrapersonal

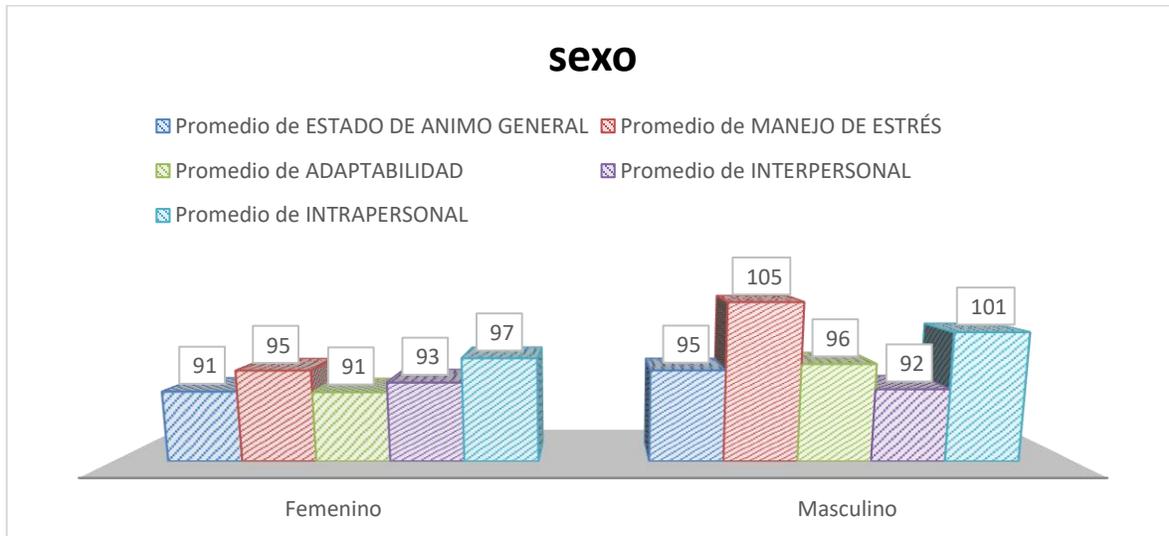
Los docentes de maestría tienen mejor manejo nivel intrapersonal, en segundo lugar los de licenciatura y por último los de doctorado.

En general los docentes de doctorado tienen menor coeficiente emocional en todos los ámbitos a excepción del nivel interpersonal

La formación constata del profesor en temas de habilidades emocionales es de suma importancia pues le permite tener autoconciencia de sus emociones, sentimientos y actitudes, así como regularlas y tomar decisiones responsables, es necesario que los docentes posean habilidades socioemocionales personales, que a su vez esto les permita incluirlas en sus contenidos teórico-prácticos, fomentando estos aprendizajes y herramientas que de igual forma les permita a los alumnos enfrentarse a las situaciones adversas del entorno que se les pudieran presentar (Barrientos, 2016).

#### Figura 4.

*Promedios totales de la categoría sexo.*



En los resultados podemos observar las diferencias de los puntajes tanto en el sexo femenino como en el masculino, gracias a los puntajes que nos muestra la figura 4, podemos ver que los docentes del sexo masculino tuvieron puntajes más altos en la mayoría de las escalas, en comparación con el sexo femenino, la diferencia se encuentra en la escala interpersonal pues las docentes del sexo femenino obtuvieron un puntaje mayor en esta escala; describiendo cada escala podemos ver las diferencias de los puntajes entre los dos sexos, podemos ver que ambos sexos poseen buenas habilidades socioemocionales, pues los rangos de puntuación se encuentran en lo esperado por el manual, que de acuerdo con (Ugarriza, 2001); el promedio es 86 a 114, lo cual quiere decir que los docentes de ambos sexos poseen una capacidad emocional adecuada, poseen un control y manejo emocional que les permite enfrentarse a las situaciones adversas de la vida, sin embargo se muestran las diferencias de puntajes de cada escala para poder diferenciar mejor cada una.

#### Estado de ánimo general

Los hombres tienen mejor estado de ánimo general pues puntuaron en un 95 en comparación con las mujeres que obtuvieron una calificación de 91.

#### Manejo del Estrés

Los hombres tienen mejor manejo del estrés que las mujeres, ya los hombres obtuvieron una calificación 105 y las mujeres de 95.

#### Adaptabilidad

Los hombres tienen mejor adaptabilidad que las mujeres pues obtuvieron un puntaje de 91 y los hombres de 96.

#### *Interpersonal*

Las mujeres tuvieron mejor desempeño interpersonal que los hombres, pues obtuvieron un puntaje de 93 y los hombres de 92

#### *Intrapersonal*

Los hombres tuvieron mejor desempeño intrapersonal que las mujeres, ya que los hombres puntuaron en 101 y las mujeres en 97.

Finalmente como se mencionaba en la fundamentación teórica es necesario que los docentes se preocupen más por su desarrollo personal y emocional y cuanto más un docente pues está en constante relaciones con diversos seres humanos (Hernandez, 2017).

#### **4.1.2 Índice de inconsistencia**

Se presenta el índice de inconsistencia, donde se mostrara la validez de los de los resultados, el cual consiste en verificar que el número de respuestas no contestadas, no exceda mayor a 12, de lo contrario se invalidara el cuestionario.

Por lo tanto se puede observar que los 30 docentes cumplen con la validez del cuestionario, ya que sus puntajes no sobrepasan el índice de inconsistencia, por lo tanto se validan.

**Tabla 5**

*Puntajes del índice de inconsistencia del instrumento BarOn*

Validez				
PARTICIPANTE	SEXO	EDAD	NIVEL DE ESTUDIOS	INDICE DE INCONSISTENCIA
1	Femenino	27	Maestría	3 de 12
2	Masculino	25	Maestría	6 de 12
3	Femenino	45	Licenciatura	8 de 12
4	Femenino	24	Maestría	9 de 12
5	Femenino	30	Maestría	7 de 12
6	Femenino	41	Doctorado	5 de 12
7	Femenino	27	Maestría	3 de 12
8	Femenino	32	Maestría	3 de 12
9	Femenino	38	Licenciatura	5 de 12

10	Femenino	42	Licenciatura	5 de 12
11	Femenino	37	Licenciatura	8 de 12
12	Femenino	41	Licenciatura	9 de 12
13	Femenino	44	Licenciatura	7 de 12
14	Femenino	42	Licenciatura	6 de 12
15	Femenino	27	Maestría	5 de 12
16	Femenino	41	Licenciatura	8 de 12
17	Femenino	42	Licenciatura	1 de 12
18	Femenino	57	Licenciatura	9 de 12
19	Femenino	27	Maestría	9 de 12
20	Femenino	41	Licenciatura	3 de 12
21	Femenino	43	Doctorado	4 de 12
22	Femenino	44	Licenciatura	6 de 12
23	Femenino	42	Licenciatura	7 de 12
24	Femenino	40	Maestría	1 de 12
25	Masculino	45	Maestría	5 de 12
26	Femenino	42	Maestría	4 de 12
27	Masculino	43	Maestría	10 de 12
28	Femenino	37	Licenciatura	2 de 12
29	Femenino	32	Licenciatura	5 de 12
30	Femenino	31	Licenciatura	10 de 12

*Fuente: Elaboración propia*

## 4.2. Descripción analítica de los resultados por categorías

### 4.2.1 Importancia de la educación socioemocional.

La primera categoría fue formulada con el propósito de conocer cuál es la importancia que los docentes de educación básica le otorgan al tema de las habilidades socioemocionales.

Con relación a las respuestas obtenidas los docentes consideran que este tema es de suma importancia ya que permite que los alumnos regulen y controlen sus emociones, también consideran que esto impacta significativamente en los aprendizajes de los alumnos.

[...]Considero que la educación socioemocional es muy importante en cualquier nivel en el que estemos trabajando, porque de ahí se desprenden todas las emociones de los alumnos dentro del aula y creo yo que cuando un alumno se encuentra bien emocionalmente eso impacta de manera positiva en su aprendizaje y en su desempeño (Gladys).

Sin embargo los docentes consideran que este tema si es de suma importancia ya que la sociedad actual no es capaz de tener un autocontrol y manejo de las emociones, esto permite relacionar la investigación al tema actual de los docentes, ya que muchos de ellos

no fueron educados con estas competencias, su control y manejo emocional viene desde su crianza y las vivencias dentro de su contexto escolar, un contexto radical donde ciertas emociones son minimizadas, lo cual los ha forzado a tomar decisiones desde su formación personal, no obstante este tema no solo es responsabilidad de los docentes, es decir que todos deberíamos saber regular y controlar nuestras emociones ya que de ahí depende muchas otras situaciones y aprendizajes que nos permitirán desenvolvernos en la sociedad.

[...] Es muy ambiguo el referente socioemocional porque nos piden que sepan manejar, controlar sus emociones y lamentablemente mi generación de personas de 40 años son pocos o escasos los que pueden manejar, o identificar de manera más organizada sus emociones, son personas que manejamos las emociones de acuerdo a nuestro aprendizaje en casa y somos personas que aun fuimos humillados, regañados en casa, el factor de crianza y el plan de estudios no se involucra en la cuestión de la crianza (Carmen).

Básicamente los docentes consideran que es un tema muy importante y que este no solo se debería enfocar en los estudiantes si no en todas las personas, desde el infante hasta el adulto mayor, pues consideran que esto traerá resultados favorables, tanto en la educación mexicana, pero sobre todo en la sociedad, ser personas más empáticas y sobre todo más humanas, que puedan entender y comprenderse a sí mismo pero también a sus iguales. Como menciona (García , 2018), estas competencias son educables o entrenables, lo cual permite que a cualquier edad las personas puedan desarrollar estas competencias para mejorar su vida personal, social y profesional.

Sin embargo cada docente considera que este tema tiene mucha relevancia con el factor de crianza pues considerando las situaciones familiares en las que se encuentran los niños, muchos de ellos aún viven en contextos poco favorables, con padres poco tolerantes que no saben controlar y manejar sus emociones, esto se consideraría como un retraso educativo, pues en el contexto escolar los docentes se encargan de crear ambientes de paz y favorables, donde existan buenos resultados de aprendizajes y esto se relacione de acuerdo al plan de estudios establecido, sin embargo si este tema no se maneja en la educación de los padres puede retrasar la educación escolar.

La educación de los padres hacia sus hijos, en temas de habilidades socioemocionales, pues el maestro regula y enseña las habilidades socioemocionales, el docente enseña a establecer una inteligencia social y relaciones intrapersonales y ambientes de cooperación, sin embargo esta enseñanza se puede retrasar cuando el alumno regresa su ambiente familiar, donde los tipos de padres son permisivos y algunos muy autoritarios; es por eso importante considerar como influye la familia en el desarrollo socio afectivo del niño pues estos valores, roles, normas se aprenden en casa y estas inteligencias sociales y adaptativas se relacionan con la regulación emocional que experimentan los niños y adolescentes (Cuervo, 2010).

[...] Trabajarlo desde educación inicial, y las futuras madres de familia para que ellas puedan aprender y trabajar con los pequeños, desde la negociación y muchos lo resuelven con una nalgada, si tu no modificas el patrón de crianza y trabajas con los niños sus emociones y sanen esas emociones estarás retrasando el ideal del ser humanos que nos plantea el plan y programas (Carmen).

#### **4.2.2 La formación socioemocional en el docente.**

La segunda categoría tiene como propósito identificar la formación profesional que los docentes tienen de acuerdo con las habilidades socioemocionales y con relación a los tres últimos objetivos, analizar si el docente tiene adaptabilidad, estados de ánimo favorables, así como controlar su impulsividad y manejo de estrés o solución de problemas en su aspecto personal y contextual.

Cuando un profesor se auto percibe con cierto grado de habilidad para regularse emocionalmente este utiliza estrategias activas que le permiten regular su estrés y así tener una mayor control personal en cuanto a sus emociones (Cassullo & García, 2015).

Considerado las respuestas que los docentes proporcionaron que este tema trajo grandes beneficios para su labor profesional pues ahora tratan de identificar y reconocer sus propias emociones, es decir tener una autoconciencia emocional, a su vez permite que cada uno reelabore sus programas y estrategias de aprendizaje diversificadas para poder trabajarlas con sus alumnos así también consideran que este tema es importante para que puedan entender a sus alumnos y entenderse a sí mismos.

[...] En mi vida profesional dentro de los pros de las cosas positivas que yo encuentro con base a este programa es que de alguna manera nos ayuda a identificar nuestras emociones a conocerlas e ir aprendiendo a regularlas de manera gradual (Gladys).

[...] Tiene muchas ventajas, una de ellas es que podemos utilizar nuestros sentimientos a favor y esto de lo socioemocional tiene que ver con todo estamos hablando de un ambiente donde el alumno pueda entender y comprender lo que le pasa, entonces lo socioemocional no solo se refiere al como sentimos si no al como percibimos las cosas desde distinta manera para tomar decisiones asertivas pero también para aprender a controlar nuestra forma de pensar pero también estar consciente de lo que hacemos (Daniel).

Sin embargo algunas situaciones en contra que los docentes consideran para poder llevar a cabo estas temáticas es el tiempo destinado para impartir esta asignatura, pues al ser un tema actual e importante que no solo impacta en el desempeño y aprendizaje de los alumnos, influye de manera significativa en su salud mental y emocional.

[...] El tiempo destinado para el trabajo de a educación socioemocional creo yo que es muy poco tiempo dentro de la carga oral, considero que es muy poco y si es una parte importante, es una asignatura importante porque reitero los alumnos desde una edad temprana deben de conocer cuáles son sus emociones e identificar que las emociones son positivas y no son del todo emociones negativas cuando aprenden a identificarlas y cuando aprenden a regularlas (Gladys).

Otro factor importante que los docentes consideran es la situación del nivel educativo, específicamente en preescolar, pues se tiene la idea de que los niños pequeños deben estar felices la mayor parte del tiempo posible, pues esto se considera socialmente aceptado, como se menciona en la parte teórica donde no existen emociones buenas ni malas, y el enojo es una emoción básica que permite identificar conductas y actitudes que afectan al infante.

[...] Nivel educativo preescolar, todos esperan que los niños siempre estén felices y contentos, se centran en emociones socialmente aceptadas y se limita ese repertorio ( creer que los niños no deberían estar tristes o mostrar emociones negativas) es importante que el niño asuma el enojo, que elemento les produce esta emoción, que aprenda a sentir el enojo y que busque estrategias para poder solucionarlo o controlarlo, no existen personas 100% feliz, que no sienta enojo, que no exprese frustración, porque estaríamos hablando de una persona con emociones trucas y frustrado, ante la sociedad está mal visto enojarte y es una emoción que debes reconocer para poder identificar, para poder manifestarla (Carmen).

Un factor muy importante se consideró con relación a los objetivos de estudio es la formación profesional que los docentes tienen sobre este tema, es decir cuánto los docentes están capacitados para autorregular y tener emociones favorables que les permitan tener autoconciencia, autocontrol, y flexibilidad en su vida profesional y personal.

De acuerdo con las entrevistas los docentes consideran que este tema es importante para su vida profesional ya que les permite entender a sus alumnos.

[...] Es muy importante por qué parte de los pilares del ser humano, entonces debemos de aprender a controlarnos pero también tenemos que aprender a sentir y sentir no es tan sencillo es algo complejo, partimos de que somos, un ente que está caracterizado por muchas cosas, desde la parte emocional de lo que percibimos entonces esto es importante para todos, no solo para una sola persona (Daniel).

Sin embargo nuevamente los docentes recaen en el factor estilo de crianza ya que consideran esto un retraso para que ellos puedan ejercer favorablemente su desempeño profesional en relación a este tema, pues los niños al llegar al salón de clases no saben cómo establecer relaciones intrapersonales, compartir espacios y tiempos y sobre todo la atención, pues son alumnos que regularmente tienen toda la atención de los padres y se enfrentan a un espacio compartido donde deben aprender a tener autocontrol y empatía.

[...] Caemos muy rápido en la intolerancia cuando son alumnos pequeños y sobre todo cuando son hijos únicos y donde en ambientes familiares les permiten absolutamente todo y les dan todo y cuando llegan a un aula donde tienen que compartir los espacios y tiempos ahí juega un papel importante esto de las emociones porque ellos aprenden y entienden que en un aula no son únicamente ellos si no que hay otros alumnos que también requieren

la atención y es ahí donde aprenden a ser tolerantes pero también dentro de esta misma interacción aprenden a regular sus emociones (Gladys).

[...] Como maestra de nivel preescolar, el hecho de que el niño no maneje su emoción o no sea capaz de entender que existe otro, nos va a llevar a que el pequeño no se relacione, no entienda las diferencias, el pequeño es egocéntrico, muchas de las veces son hijos únicos, el más pequeño y todo le dan, no tiene un periodo de abstinencia entonces pasa a un lugar donde hay otros que están educados quizá igual que el que quieren la recompensa inmediata y con un solo adulto que les puede apoyar o ayudar entonces viene la competencia, la cuestión de la insatisfacción, la cuestión del llanto “yo no quiero ir a la escuela porque la maestra no me hace caso” entonces son muchas cosas que como maestras tenemos que aprender a trabajar con los niños (Carmen).

Entonces los docentes consideran que el tema de socioemocional es muy importante para su vida profesional, pues ellos se enfrentan a una diversidad de alumnos, con costumbres y crianza diferentes, sin embargo como profesores y profesoras, deben emplear estrategias didácticas para poder cumplir con las expectativas del plan y programas, en formar personas más humanas y capaces con conocimientos y habilidades que les permitan desenvolverse en su vida profesional y laboral.

(Cedujó, López, Rubio, & Latorre, 2015) Afirman que los docentes que no están emocionalmente formados tendrán consecuencias graves para el desarrollo de su acción educativa, pues para poder educar emocionalmente, los docentes deben estar emocionalmente competentes, es decir no puedes enseñar algo que en lo personal y profesionalmente no dominas.

El propósito principal de esta categoría es la formación profesional que los docentes tienen sobre el tema de las habilidades socioemocionales, es decir que herramientas tienen para poder compartir desde su práctica, su ejemplo y su desarrollo teórico, hacia sus alumnos, con relación a esto, los docentes y las docentes tienen conciencia de la importancia de este tema para su vida profesional, sin embargo se considera que este valor es personal, pues la decisión es propia, es decir que depende de los profesores si se quedan con el aporte teórico que proporcionan los planes y programas o si prefieren tomar algún curso o taller que les permita mejorar esta área.

[...] Últimamente con esto de la pandemia participe en dos talleres en dos webinars que nos ayudaban a regular a nosotros como docentes esta parte emocional, tras el encierro, tras estar combinando el espacio de nuestra casa con el trabajo, los tiempos y demás (Gladys).

[...] Actualmente hay programas que nos han permitido trabajar en lo socioemocional y también hay un programa que se llama constrúyete que es para educación media superior, pero también hay otras estrategias que te permiten trabajar de forma interna y eso te permite ver tu percepción interna de los demás y de ti (Daniel).

[...] Mira yo en lo personal si me metí a uno pero fue por opción personal, me metí al centro de maestros y el diplomado se llama “estrategias para el desarrollo de habilidades socioemocionales en educación básica” ... que pros tiene ese trabajo es material para nivel primaria y para preescolar no existe un apoyo, hubo uno que era para

disminuir la discriminación y la violencia a las niñas y niños pero ese fue direccionado, pros pues te hablaba de la leí, del lenguaje inclusivo y como lo podías trabajar con ellos, contras pues que era una plataforma un poco caprichosa, fue el único que tome referente a mi nivel, de ahí en fuera la mayor parte de los cursos que se dan son enfocados a donde hay más gente y obviamente la población de maestros de primaria es mayor a la de la población de maestros de preescolar (Carmen).

Otro punto a considerar es el control y manejo que los docentes tienen sobre sus emociones y como estas se ven reflejadas en su vida personal, profesional y social así como en su contexto de trabajo, sus relaciones intrapersonales, ser flexibles y saber solucionar problemas de manera asertiva.

[...] Lamentablemente no todos los maestros sabemos leer a los otros a veces no leemos ni a nuestros hijos pues como docentes y hay veces que un gesto simple de un docente cambia la vida de una persona y si fuésemos consientes de la trascendencia de nuestro trabajo podríamos ser más empáticos como maestros (Carmen).

[...] Es la base de todo, nosotros que trabajamos con personas, que trabajamos con alumnos es muy importante que nosotros como docentes reconozcamos cuales son nuestras emociones y aprendamos a regularlas, considero yo que nosotros como docentes debemos estar bien, principalmente en cuanto a la parte emocional y de ahí se desencadena todo, es muy importante que nosotros como docentes aprendamos esta parte de estar tranquilos, de regularnos, porque todo lo que nosotros trasmitimos a los niños pues tiene que ver con esta parte emocional (Gladys).

[...] Es muy importante porque es una parte medular, porque no podemos ofrecer algo que no tenemos entonces tenemos que practicarlo la parte de comprender a los demás, es fundamental para entender que sucede y así podamos resolver situaciones no solo académicas también emocionales que afectan al educando (Daniel).

[...] Es muy importante porque hay una frase que dice que no puedes dar lo que no tienes... y muchas de las veces los niños te leen, tienen una habilidad para leerte y te dicen, maestra tienes los ojos tristes o hoy vienes muy contenta, son niños que se dan cuenta de tus cambios de humor, en México la mayor parte de los docentes no manejamos adecuadamente las emociones si no fuera así, no habría tanta denuncia con relación a los gritos, a maltratos, a discriminación, si pudiésemos entender al otro, eso es lo que nos falta desarrollar (Carmen).

Finalmente para esta categoría es importante tomar en cuenta la importancia que los docentes le dan a este tema, pero sobre todo que conozcan las áreas de oportunidad que les permitan cambiar y desarrollar mejor estas habilidades y que eso a futuro sea tomado en cuenta por otros docentes y les permita mejorar su práctica entorno a esto.

[...] Primeramente conocernos a nosotros mismos, saber de qué manera reaccionamos ante una situaciones X, conocer cuáles son nuestras emociones para poder regularlas y si no logramos hacerlo porque tampoco es una tarea fácil, pues tomar algún curso, tomar algún taller, recurrir a las famosas redes de apoyo, cuando como docentes estamos en una situación que no podemos controlar y que se queda totalmente fuera de nuestras manos, solicitar ayuda profesional también (Gladys).

[...] Ser conscientes de nuestra realidad, ese sería un primer punto, entender que todos somos diferentes ese sería otro y el tercero y más importante no podemos dejar que las cosas te afecten en todo momento, debes aprender a controla, aprender a poner cada cosa en su lugar para que esto te ayude y esto va a permitir que tengas una mayor capacidad de solución de problemas pero también ser más asertivo, en la actualidad demos entender que cada persona es diferente, que todos aprenden diferentes, pero si tu aprendes a ser empático y autocontrolarte vas a poder ayudar a los demás (Daniel).

[...]Pues que fueran más atractivos los talleres y que sean acorde a su nivel y así puedan entender a sus alumnos acorde a la edad que tienen (Carmen).

### **4.2.3 Autopercepción de las habilidades socioemocionales**

Esta tercer categoría de análisis se relaciona con la autopercepción que los docentes de educación básica poseen en relación al tema de las habilidades socioemocionales, si existen habilidades interpersonales como la empatía, autoestima, autorrealización, felicidad y optimismo, a su vez como esto se ve reflejado en su vida inter e intra personal y su contexto escolar.

Con relación al objetivo de estudio se intenta conocer la autopercepción que los docentes de educación básica poseen sobre este tema, por lo tanto nos mencionan lo siguiente.

[...] Cuando nosotros somos capaces de identificar estas emociones, tenemos un autocontrol sobre ellas entonces de manera muy personal yo considero que si tengo esa autopercepción de mis emociones y con esta asignatura que entra dentro del plan 2017 eh aprendido un poco más y también de los talleres, a tener una autoconcepción, saber identificar cuáles son, poder regularlas ante diferentes situaciones (Gladys).

[...] Considero que eh tratado de desarrollar esta parte para entender y comprender como ser humano y como docente. Cree que son dos partes que no debemos olvidar y aprender a valorar como aprendo como docente también me debe de generar y me ha ayudado a generar habilidades para comprender y desarrollar en los alumnos (Daniel).

[...] Si pero eso no se dio mágicamente, y no fue así como salir de la carrera y ya, si no fue un proceso de aprendizaje, el proceso que te maneja el plan y programas pues es largo, pero te digo la maestra que fui hace 20 años que entro al servicio pues la rego en varias cosas y ahora la maestra que soy pues evita esos errores entonces tuve que aprender de esos errores, de ver y también tuve bastantes aciertos, creo que como docente una de las cosas que te puede dar es el reconocimiento de tus alumnos (Carmen).

Un factor importante que se tomó en cuenta para esta categoría es identificar cuál de las cinco dimensiones socioemocionales que se plantean en el instrumento es más relevante para los docentes y porque consideran esto un factor esencial en su vida profesional, a lo que los docentes respondieron:

[...] Yo creo que la empatía te permite entender muchas cosas, es un termino complejo pero si eres empático también te ayuda a ser consciente de que cosas te pueden pasar que los demás pueden tener pero tienes la capacidad y la amplitud para comprender (Daniel).

[...]. La empatía y el autoconocimiento, pues en especial si sabes colaborar o te conoces puedes trabajar con mucha gente, te puedes llevar bien, no te vas a llevar bien con todo mundo pero si aprendes a ser compañera, a colaborar, si aprendes a entender al otro y tienes la madurez de aceptar cuando la riegan y que te corrijan (Carmen).

[...] Yo creo que el autoconocimiento (Gladys).

Aunque los docentes tienen claro que las cinco dimensiones socioemocionales son importantes para su rol como profesores, ellos consideran que en su labor docente debería sobresalir la empatía y el autoconocimiento, pues esto permitirá conocer y entender a los demás, de esta manera podrán comprender a los otros (sus alumnos y compañeros de trabajo), es decir comprender cuál es su sentir, sus emociones y que causaron dicha emoción y a través de esto saber solucionar problemas, ser flexibles, establecer relaciones intrapersonales sanas y sobretodo comprender de manera respetuosa, con estados de ánimo favorables y en contextos del aula favorables, donde los docentes y alumnos se sientan cómodos trabajando y esto contribuya a impartir y adquirir de mejor manera los aprendizajes, es decir que los docentes tienen la capacidad de identificar su conciencia emocional lo cual les permite comprender las emociones propias y las de los demás, adecuando y reaccionando de manera empática (Lagos, Ossa, Palma, & Arriagada, 2020).

[...] Yo creo que la manera en que nos relacionamos con los compañeros de trabajo tiene que ver justamente con esta parte del auto concepto, cuando nosotros nos conocemos como personas, cuando nosotros nos conocemos como profesionales, cuando nosotros nos conocemos como fluimos con las demás personas tenemos una mayor capacidad de interacción con ellas y de ahí yo creo que se desprende con todo lo demás que tiene que ver con el trabajo colaborativo, para la participación, para la autorregulación (Gladys).

[...] Entender a los demás cuando alguien está en una situación complicada y tú puedes ayudarlo porque tienes la capacidad de comprender que le está sucediendo, no vas a sentir lo mismo porque es distinto pero si vas a tener la capacidad de aprender a motivarlo y también ayudarlo (Daniel).

Es importante considerar que este tema es importante para cualquier persona, no obstante quien tiene el cargo actual de instruir en esta área es el docente, debemos considerar lo importante que es educarnos cada vez más en temas como lo es la educación socioemocional, ya que como se ha ido describiendo este tema no solo impacta en aspectos de emociones si no influye en gran manera en el aprendizaje cognitivo, mental y social de las personas, con el objetivo de formar individuos mejor

capacitados para que puedan enfrentarse a la sociedad dinámica en la que nos encontramos.

#### 4.2.4 Síntesis

Se presentan el resumen de los resultados obtenidos en la aplicación de las entrevistas, donde se describen las respuestas más relevantes que los docentes consideran, de acuerdo a cada categoría.

Para la aplicación de las entrevistas se establecieron 3 categorías, donde se interesaba conocer la opinión de los docentes en cuanto a estos temas, por lo tanto se presentan los resultados generales

En la categoría 1. Podemos observar la importancia que los docentes tienen sobre el tema de habilidades socioemocionales y como ha afectado esto en su enseñanza.

En la categoría 2. Se intenta conocer la formación que el docente tiene en temas de habilidades socioemocionales y como lo ha manejado.

En la categoría 3. Podemos apreciar como los docentes perciben estos temas y cuán importante es para ellos, así como qué habilidad socioemocional consideran más importante para su trabajo.

**Tabla 6**  
*Resultados por categoría*

Categoría	Resultados por categoría
Importancia de la educación socioemocional.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los docentes enfocan este tema exclusivamente para los alumnos.</li> <li>• Consideran que el plan de estudios 2017 es ambicioso, ya que muchas personas aún no adquieren estas habilidades.</li> <li>• Un factor que retrasa esta enseñanza es la crianza de los niños y adolescentes actuales.</li> <li>• Los padres deberían ser educados a la par de sus hijos para poder obtener resultados en el desarrollo de las habilidades socioemocionales.</li> </ul>
La formación socioemocional en el docente.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El docente conoce la importancia de controlar y regular sus emociones.</li> <li>• Se considera que este tema es importante para poder establecer estrategias de aprendizaje para sus alumnos.</li> <li>• La formación profesional de este tema es de carácter personal, aquel docente que está interesado en desarrollar sus habilidades socioemocionales.</li> <li>• No existe una capacitación y educación para los docentes en el desarrollo de estas habilidades, se quedan con el sustento teórico que ofrecen los planes de estudio que otorga la SEP.</li> </ul>
Autopercepción de las habilidades socioemocionales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Existe autopercepción de las habilidades socioemocionales y los beneficios que están tienen.</li> <li>• Los docentes tienen claro la importancia de sus habilidades interpersonales.</li> <li>• La empatía y el auto conocimiento son dos dimensiones que los docentes</li> </ul>

---

consideran fundamentales para su vida personal y profesional.

- Los docentes consideran que no pueden enseñar algo que no tienen aprendido ellos.

---

Fuente: Elaboración propia

## 5. Discusión

Uno de los principales motivos para la realización de esta investigación es conocer cuáles son las habilidades socioemocionales que poseen los docentes de educación básica del estado de México y aun que los resultados de esta investigación no pueden ser generalizados, si pueden ser comparables con algunas otras investigaciones realizadas.

En la actualidad se ha establecido la importancia de la educación emocional, anteriormente esto se consideraba que debía ser instruido y enseñando en el contexto familiar, sin embargo con base en diversas teorías como las de (Bisquerra, 2005), (Gardner, 1994), (Goleman, 1996) nos ha permitido adentrarnos y tomar mayor importancia sobre este tema.

El desarrollo de estas habilidades tienen grandes beneficios, no solo en la vida personal de los individuos si no que de igual forma influye de manera profesional y social, es preciso decir que para poder desempeñar alguna de estas áreas, debemos estar en sintonía con cada una, ya que no podemos desprender la razón de la emoción, es decir que debemos estar equilibrados tanto, mental, emocional, física, profesional y socialmente.

Es por tal motivo el interés de esta investigación; (Extremera, Rey, & Pena, 2010) afirman que la docencia es una de las profesiones con mayor carga laboral, con altos niveles de estrés, provocando un agotamiento emocional, escasa motivación y actitudes no tan favorables en el contexto educativo, lo cual podemos decir que los docentes como principales actores educativos, deben estar regulados de ser posible en todas las áreas de su vida.

Es ahí el interés de esta investigación pues se considera que un docente debe estar previamente regulado emocionalmente para así poder enseñar a regular y controlar las emociones de sus alumnos. Como se mencionaba anteriormente a (Bisquerra, 2003); toda relación interpersonal está relacionada con procesos emocionales, donde se derivan efectos como el estrés y depresión; como se mencionaba en el párrafo anterior, son una de las principales causas que sufren los docentes, es por eso que (Bisquerra, 2003) afirma que se debe prestar importancia en el profesorado, como primer destinatarios de la educación emocional pues esto impacta en la educación emocional de los estudiantes y esto nos lleva a una educación emocional para todos.

Los resultados reportados reflejan que el plan de estudios puede resultar un poco ambicioso al esperar personas con altos niveles de regulación, sin embargo con base en el instrumento podemos observar los datos estadísticos arrojados, donde no existe diferencia significativa, pues los docentes comparten habilidades y niveles de emoción, independientemente de su escolaridad, sexo o su edad. (SEP, 2017, págs. 341-379)

Por lo tanto al obtener los datos estadísticos presentados anteriormente, se puede decir que los participantes son una muestra de la misma población, de los cuales pertenecen a diversos grados educativos y trabajan en diferentes sitios no obstante los 30 docentes

mostraron resultados favorables en cuanto a sus habilidades socioemocionales, pues obtuvieron puntajes promedio, que de acuerdo con el manual de aplicación, los resultados se encuentran entre 86 a 114, es decir que la mayoría de los docentes poseen habilidades emocionales favorables que les permiten desenvolverse en su entorno, controlar sus emociones, sentimientos y actuar antes situaciones adversas (Ugarriza, 2001).

Con estos resultados se puede mencionar algunos hallazgos sobre quiénes tuvieron mejores relaciones intrapersonales, interpersonales, manejo de estrés, adaptabilidad y afecto, relacionándolos con cada categoría.

Para la escala de *relaciones Intrapersonales*, los docentes que oscilan en el rango de edad 30, así como los docentes con nivel de estudio de maestría y los docentes del sexo masculino, tienen mejores relaciones intrapersonales, porque sus puntajes en cada categoría fueron 104, 100 y 101, es decir que de acuerdo con (Ugarriza, 2001); estos puntajes se encuentran en el promedio esperado, por lo tanto los docentes de estas categorías tienen un manejo emocional adecuado, son personas capaces de controlar y regular sus emociones.

Por el contrario los puntajes más bajos en esta escala son para los que oscilan en el rango de edad de 40s pues obtuvieron una calificación de 95; en la categoría de escolaridad los docentes de doctorado tuvieron una calificación de 78, es decir que está por debajo del promedio y urge mejorar, finalmente en la categoría sexo las docentes tuvieron una calificación de 97, en general se puede interpretar que la gran mayoría tiene buenas habilidades intrapersonales, a excepción de los docentes de doctorado, pues son docentes con poca capacidad de expresar sus sentimientos, no se sienten satisfechos consigo mismos, por lo tanto necesitan mejorar (Ugarriza, 2001).

Para la escala de *relaciones interpersonales*, los docentes que obtuvieron mejores resultados de acuerdo a cada categoría son, docentes que se encuentran en el rango de edad de 30s, pues su calificación fue de 96, los docentes de licenciatura y doctorado, tuvieron mejores resultados pues sus puntajes se encuentran en 93 y por ultimo las docentes del sexo femenino de igual forma tuvieron mejores resultados pues su puntaje es más alto ya que se encuentra en 93; por lo tanto son docentes capaces de establecer relaciones con sus igual, tener empatía y colaboración. (Ugarriza, 2001).

Por otro lado de acuerdo con esta misma escala podemos ver que los docentes que se encuentran en el rango de edad de 20, tuvieron un puntaje de 87, los docentes de maestría tuvieron un puntaje de 92 y los docentes del sexo masculino tuvieron un puntaje de 93, en realidad es poca la diferencia, no obstante es necesario presentar cuales docentes presentan mejores resultados en cada escala y categoría, de acuerdo con la teoría, estos puntajes son buenos pues se encuentran entre 86 a 114, es decir que está dentro de lo esperado y son docentes con buenas habilidades socioemocionales (Ugarriza, 2001).

En la escala de *Adaptabilidad*, los docentes del rango de 30 obtuvieron una calificación de 99, los docentes en este caso de edad de 40s tuvieron una calificación de 87; en la categoría de escolaridad los docentes de maestría tuvieron una calificación de 96 y los que tuvieron una calificación más baja fueron los de doctorado con una puntuación de 75 y por último en la categoría de sexo los docentes del sexo masculino tuvieron una calificación de 96, en contraste con las docentes que tuvieron una calificación de 96.

En realidad no existe diferencia significativa pues al contrastar los puntajes más altos y más bajos podemos notar que se encuentran dentro del promedio esperado, es decir que poseen buenas habilidades de adaptabilidad, son docentes que se pueden enfrentarse y adaptarse a las exigencias del entorno, que tiene la capacidad de solucionar problemas de manera efectiva, no obstante necesitan mejorar los docentes de doctorado, pues tuvieron una calificación de 75, es decir que tienen poca habilidad en la escala de adaptabilidad, esto de acuerdo con los puntajes que establece el manual están por debajo y necesitan mejorar y controlar estas habilidades como la prueba de realidad, el solucionar problemas y que sean más flexibles ante diversas situaciones (Ugarriza, 2001).

En la escala de *Manejo del estrés*, nuevamente los docentes de 30 años obtuvieron un puntaje en comparación con los otros rangos de edad pues su calificación fue de 104 y la calificación más baja en esa categoría fue de 84 con los docentes de edad de 50s; para la categoría de escolaridad los docentes de maestría tienen un puntaje de 102 y los más bajos en esa escala son los de doctorado con 68; por último en la categoría sexo, los docentes varones tuvieron un puntaje de 105 y las docentes de 95, nuevamente es poca la diferencia en cada escala y categoría, son docentes capaces de realizar actividades bajo presión, tienen buen control de impulsos y tienen capacidad de resistir situaciones de estrés sin perder el control, no obstante los docentes de doctorado necesitan mejorar pues su calificación está por debajo del promedio esperado es decir que tienen poca habilidades para manejar situaciones estresantes (Ugarriza, 2001).

Por último en la escala de *Estado de Animo General*, los resultados de los docentes en el rango de edad 30 tuvieron una calificación de 100 y los más bajos fueron los de edad de 20s con una calificación de 83; en la categoría de escolaridad la calificación más alta fue para los de nivel licenciatura con 94 de calificación y la calificación más baja fue para los de nivel doctorado con una calificación de 78, por último en la categoría sexo, los docentes del sexo masculino tuvieron un puntaje de 95 y las docentes del sexo femenino tuvieron un puntaje de 91.

En esta escala podemos observar puntajes variados, es decir que en la escala de edad los docentes de 30 años tienen buen estado de ánimo, sin embargo los docentes de 20s, necesitan mejorar pues su puntaje está por debajo del promedio esperado, en el caso de la escolaridad los docentes con grado de estudios a nivel licenciatura tienen un mejor estado de ánimo general, son docentes que disfrutan la vida y se sienten contentos en general, por el contrario de los docentes con nivel doctorado y en general en la última categoría, ambos sexos mostraron resultados favorables es decir que poseen buen estado de ánimo en general (Ugarriza, 2001).

Por otra parte en la categoría edad, los docentes de igual forma mostraron resultados favorables, sin embargo los docentes que se encuentran en el rango de edad de los 30 años, mostraron resultados más altos en cada una de las escalas, esto significa que los docentes más jóvenes poseen mejores habilidades socioemocionales; como se mencionaba la práctica reflexiva de los futuros docentes o en su formación inicial, permite que sean profesionales críticos- reflexivos sobre cómo están llevado a cabo su práctica docente, esto tomando en cuenta aspectos dinámicos, pedagógicos, emocionales, sociales y personales (Domingo, 2013).

Como afirma (Sánchez-Olavarria, 2021), los docentes con trayectoria laboral entre los 4 a 6 años, son docentes que se aceptan, son autónomos en su enseñanza, establecen buenas relaciones con sus pares, se compromete con su trabajo. Por otra parte también afirma (Sánchez-Olavarria, 2021); los docentes con años de experiencia entre los 7 a los 25 años, pueden experimentar una monotonía laboral, se pueden mostrar apáticos ante cambios, reformas o el ambiente laboral, pues consideran que esto no es un aporte significativo o diferente a su trayectoria y experiencia docente, mostrando una actitud poco tolerante y hasta autoritaria.

Es indispensable que los docentes se mantengan realistas ante las situaciones que se puedan presentar en su contexto escolar, pues como se mencionaba en el sustento teórico con palabras de (Ruiz, 2016); el docente siempre estará en un foco social, ante sus compañeros de trabajo, alumnos y padres de familia.

Como se mencionaba en la fundamentación teórica con (Barrientos, 2016); la labor docente es una de las profesiones con mayor carga emocional, que a lo largo de los años va incrementando un agotamiento emocional, que aquejan a su vida personal, social y laboral

Otra parte importante con relación a los resultados obtenidos por el instrumento BarOn fue la variable grado de estudios de los profesores, donde (Guisasola, Pintos, & Santos, 2001), mencionan que la formación continua de los docentes tiene como propósito evitar dinámicas, de rutina y expectativas negativas sobre su vida profesional.

Por lo tanto con los resultados obtenidos se puede decir que los docentes con grado de estudios de licenciatura y maestría, poseen mejores habilidades socioemocionales, que los docentes que tienen el grado de doctorado, pues en los resultados obtenidos. Como se mencionaba en la fundamentación teórica, con base en (Barrientos, 2016); es primordial la formación constante del docente y sobre todo en competencias sociales y emocionales, pues esto no solo será un aprendizaje más para su profesión, si no que traerá consigo herramientas que le permitirán una constante aplicación de contenidos teórico-práctico, centrándonos en el tema de las habilidades socioemocionales.

Por otra parte en algunas teorías se han estereotipado algunas profesiones y roles para cada sexo, es decir que se creería que existen profesiones idóneas para mujeres o para hombres, muchas de las veces el papel del docente se estigmatiza, pues es considerado

que esta profesión es mejor desempeñada por mujeres, pues se creería que las mujeres poseen una capacidad emocional más desarrollada (Pérez, 2010).

Sin embargo en una investigación realizada por (Medina, 2020); donde se aplicó el mismo instrumento, utilizando las variables género y profesión, donde de igual forma se masculinizaban y feminizaban más unas profesiones que otras, sin embargo en los resultados obtenidos se mostraron que no había diferencias significativas entre hombres y mujeres, únicamente que las mujeres puntuaron más en la escala interpersonal y los hombres en manejo del estrés.

Con relación a los puntajes obtenidos en esta investigación, se puede observar que los hombres puntuaron más alto en manejo del estrés y las mujeres tuvieron un mayor desempeño en la escala interpersonal, es decir que de igual forma no existe diferencia significativa, pues tanto docentes hombres, como docentes mujeres obtuvieron resultados favorables en sus habilidades socioemocionales, es decir que poseen buena capacidad emocional.

Por otra parte gracias a la aplicación de las entrevistas se encontraron resultados significativos donde podemos demostrar que aun que este tema tomo relevancia con el plan de estudios 2017, seguimos enfocándolo en los alumnos y en efecto, los alumnos son los principales individuos que deben recibir esta educación socioemocional.

Gracias a las entrevistas se pudo rescatar que en efecto los docentes consideran que este tema es importante y esto les permite entender y comprender a sus alumnos, así como reestructurar su planeación educativa para poder establecer nuevas estrategias didácticas y de aprendizaje que les permitan mejorar su práctica pedagógica.

Como se mencionaba en la parte teórica de esta investigación, el plan de estudios establece y enfoca que el docente debe cumplir la función esencial en el aprendizaje de sus estudiantes y que estos puedan atravesar los obstáculos de su contexto, (SEP, 2017); sin embargo no se menciona el bienestar docente donde, en el cual recaen responsabilidades de aprendizaje, educación y de valores que se le adjudican a los profesores,

Con base en los resultados obtenidos de las entrevistas se observa que los profesores adjudican un retraso educativo en este tema, pues uno de los factores encontrados es que el plan de estudios es demasiado ambicioso ya que establece que los educandos del país deben estar regulados y adaptados desde el enfoque cognitivo, hasta el emocional y social. Sin embargo la educación socioemocional es un proceso de aprendizaje, pues como se menciona en el plan de estudios, se espera que en un futuro cercano los niños y niñas adquieran e integren estas habilidades en su vida, que les permitan comprender la manejar situaciones retadoras (SEP, 2017)

Otra situación con base en las respuestas obtenidas por los docentes se relaciona con el factor de crianza que establecen los padres, los niños al llegar al salón de clases no saben cómo establecer relaciones intrapersonales, compartir espacios y tiempos y sobre todo la atención, pues son alumnos que regularmente tienen toda la atención de los

padres y se enfrentan a un espacio compartido donde deben aprender a tener autocontrol y empatía. Como mencionan (Quintero & Leiva, 2015) los niños nacen como seres socioemocionalmente ya constituidos y esto se sigue desarrollando con el contacto de otras personas, es decir en el primer contexto que es el familiar, para después afirmarlo en el contexto escolar, sin embargo muchos padres de familia no entienden que el aprendizaje socioemocional también debe ser aprendido en el contexto familiar. Es ahí donde podemos comparar las palabras establecidas en el marco referencial de (Ruiz, 2016) donde menciona que el docente siempre estará en un foco social, donde los padres de familia e incluso alumnos con capacidad de criterio, adjudican la responsabilidad educativa y la calidad de vida de su futuro.

Otro punto importante en los resultados obtenidos, es el apoyo que se les brinda a los docentes para que adquieran estas habilidades, no obstante esto recae en la decisión personal que los docentes tienen sobre su formación y aprendizaje de estas habilidades, donde las administraciones educativas deberían tomar más importancia y dar un apoyo constante a los docentes, que estos se sientan comprendidos, valorados y apoyados, considerando el valor que este tienen en su práctica profesional.

Es por eso el objetivo de conocer las habilidades socioemocionales que los docentes poseen, no puede tomarse esto como segundo término, ya que el profesor es uno de los actores principales en un espacio educativo y de él no solo dependen los aprendizajes que adquieran los alumnos, sino que en él recaen más responsabilidades, las habilidades socioemocionales de los docentes permitirán que este mejore sus relaciones interpersonal, que sea empático tanto con sus alumnos, como con sus compañeros de trabajo, pues el docente no solo es un trasmisor de conocimientos, también transmite actitudes, como se mencionaba anteriormente con palabras de (Hernandez, 2017); es indispensable que aquella persona que ha decidido dedicarse a la docencia, debe preocuparse constantemente por su desarrollo personal, puesto que cualquier persona debería importarle su equilibrio emocional, cuanto más un profesor, pues él está estableciendo interacción con personas la mayor parte del día, personas diversas, con creencias, educación y formas de pensamiento distintas, es por eso que el docente debe saber equilibrarse para no caer en actitudes poco favorables.

Los resultados obtenidos de la autopercepción que tienen los docentes con relación a sus habilidades socioemocionales, permite identificar ciertas características es las cuales los docentes afirman que no pueden enseñar algo que no han aprendido ellos, por lo tanto su educación emocional les permite identificar algunas dimensiones importantes para su profesión, estas dimensiones están vinculadas al autoconocimiento, la empatía y sus habilidades intrapersonales, los docentes consideran que a través de estas dimensiones les permiten desarrollar otras con el objetivo de mejorar en su vida profesional y personal.

Existen muchos factores que influyen en el desarrollo de las habilidades socioemocionales de los docentes, como se mencionaba anteriormente con palabras de (De Pablos, González, & González, 2008) donde afirman que el bienestar emocional docente depende del contexto donde se encuentra, es decir que el docente debe tener las habilidades como el autoconocimiento, pues esto le permitirá conocerse y comprender la

realidad, el docente debe tener valores como la empatía ya que esto le permitirá comprender a los demás, y sobre todo establecer relaciones intrapersonales que le permitan trabajar en ambientes flexibles, que se muestre cooperativo, que sepa resolver problemas y sobre todo que sea un docente con estados de ánimo favorables. Es decir que los docentes tienen la capacidad de identificar su conciencia emocional lo cual les permite comprender las emociones propias y las de los demás, adecuando y reaccionando de manera empática (Lagos, Ossa, Palma, & Arriagada, 2020).

La importancia de la educación socioemocional docente debe considerarse como un tema de primera instancia, se debe revalorizar esta profesión, considerando la salud y el bienestar docente, pues reiterando a lo largo de esta investigación, esto no solo tendrá un beneficio personal en los profesores, si no que a su vez impacta en la vida de los alumnos, en los ambientes escolares y sobre todo pensar que en un futuro existirán personas mayor capacitadas en aspecto cognitivos, emocionales y sociales.

## 6. Conclusiones

Dentro de la revisión teórica, se encontró información sobre el estudio de habilidades socioemocionales en docentes, la mayoría de estas investigaciones se centran en la educabilidad del alumno, por lo tanto se interesó conocer este tema enfocado en las habilidades socioemocionales que posee el docente.

La presente investigación tuvo como objetivo conocer las habilidades socioemocionales que los docentes de educación básica poseen, en la actualidad este tema toma gran relevancia para la educación y la sociedad mexicana, pues con base en el plan de estudios 2017 y su enfoque humanista, se espera que en un futuro cercano existan personas con mayores habilidades y competencias, estas no solo enfocadas a los aspectos cognitivos, sino también en aspectos emocionales, sociales y profesionales.

El objetivo principal de este plan de estudios es tener personas más desarrolladas en todos los aspectos de su vida y que de esta manera puedan enfrentarse a las demandas sociales y laborales que ofrece el país. No obstante dentro de esta investigación se considera que es primordial tener una educabilidad socioemocional en los docentes para que posteriormente puedan trabajar estas habilidades y competencias con sus alumnos.

Se pudo identificar que los docentes poseen habilidades socioemocionales, pues la mayoría de la muestra obtuvo resultados favorables, esto considerando que los docentes de educación básica del Estado de México, pertenecen a esta misma población, sin embargo cada uno está en diversas zonas y labora en diversos niveles como preescolar, primaria, secundaria y preparatoria, por lo tanto podemos afirmar que son profesionales con habilidades socioemocionales.

Se puede afirmar que los objetivos de la investigación se cumplen, pues con ayuda del instrumento aplicado, se obtuvieron los resultados donde se reflejan que los docentes poseen habilidades socioemocionales intrapersonales, interpersonales, adaptabilidad, manejo de estrés y estado de ánimo general, por lo tanto podemos afirmar que los docentes del Estado de México, son profesionales capaces de regular estas emociones y sentimientos en su vida laboral y personal.

Por otra parte con relación al último objetivo de la investigación se puede observar que en la categoría edad, los docentes que se encuentran en el rango de 30s, poseen mejores habilidades socioemocionales, no obstante no existe diferencia significativa, pues los puntajes obtenidos en esta categoría se encuentran en el promedio esperado de 86 a 114 que establece el manual.

De igual forma se concluye que tanto los docentes del sexo masculino y femenino, poseen habilidades socioemocionales, sin embargo los docentes hombres se puntuaron mejor en la mayoría de las escalas a excepción de la escala interpersonal donde las docentes obtuvieron un puntaje mejor en esta área.

En cuando al grado de estudios podemos observar que tanto los docentes de licenciatura como los de maestría poseen mejores habilidades socioemocionales que los docentes de doctorado, pues sus puntajes oscilan entre 70 a 85, es decir que necesitan mejorar, pues poseen una capacidad emocional baja.

Por lo tanto se concluye que el último objetivo de la investigación se cumple, pues podemos observar las diferencias de cada categoría con relación a las habilidades socioemocionales que los docentes poseen.

No obstante aun que los docentes reflejan que este tema es importante, ellos enfocan la importancia en el alumnado, es decir el docente le interesa actualizarse en esto temas para mejorar su práctica educativa, que también es un factor importante. Sin embargo el docente debería interesarse por su desarrollo personal, estar y sentirse bien consigo mismo, pues de ahí se desprenden otras capacidades y habilidades, que le permitan desarrollarse en su aspecto personal y profesional, es decir desarrollar estas habilidades al máximo.

Con relación al objetivo particular, los docentes poseen habilidades intrapersonales, ellos se percatan de la importancia que este tema tiene sobre su vida profesional, pues poseen un autoconocimiento de sus emociones, es decir que han aprendido a identificarlas y regularlas, por lo tanto les interesa autorealizarse y es ahí donde deciden involucrarse y tomar cursos externos a lo que ofrecen las administraciones educativas, muestran una conciencia emocional pues reconocen sus sentimientos y como esto ha reflejado en su vida profesional, muestran asertividad ante su vida laboral, pues expresan sus sentimientos y pensamientos, tratando de mostrar actitudes que sean factibles para su vida profesional y que puedan impartir esta signatura con el ejemplo.

Las relaciones intrapersonales son un objetivo específico que se considera importante sobre todo en la labor docente, los profesores identifican la importancia de las relaciones intrapersonales y su capacidad empática para sus relaciones, pues dentro de un contexto escolar, el docente debe poseer una capacidad de relacionarse, ya que no solo se relaciona con el alumnado si no que está en constante interacción con sus compañeros de trabajo y las familias de los estudiantes.

Actualmente este tema se considera importante sobre todo porque dentro de un espacio educativo existen personas diversas y cada docente tiene un control y una responsabilidad social, esto corresponde al objetivo particular donde se interesaba explorar las habilidades interpersonales de los docentes; cada docente aprende a trabajar de distinta manera, sin embargo en un espacio educativo los docentes afirman que deben existir habilidades cooperativas y flexibles, que les permiten trabajar de manera eficaz y establecer estas relaciones favorables, no solo con sus compañeros de trabajo, si no que puedan implementar diversas estrategias para que el alumnado trabaje de la misma manera.

También responden que el valor de la empatía es sustancial para poder trabajar en su contexto escolar, pues los docentes que se muestran empáticos ante sus alumnos,

identifican la realidad que viven dentro de su contexto familiar y escolar, lo cual les permite mostrarse empáticos con ellos, que los docentes puedan entender, comprender y apoyar a cada alumno, con el objetivo que tengan un mejor aprendizaje y desarrollo personal, se puede concluir que el docente posee estas habilidades interpersonales y sabe cómo manejarlas en su contexto escolar.

Con respecto a la adaptabilidad, los docentes necesitan mejorar en el área de solución de problemas, sin embargo en las demás escalas de medición poseen buenas habilidades, se puede concluir que el docente a lo largo de su experiencia va adoptando estas habilidades ya que muchos de ellos no les enseñan cómo solucionar un problema, sin embargo en la trascendencia como profesores van adoptando estrategias que les permiten solucionar conflictos, mediar situaciones, como se mencionaba anteriormente el docente solo tiene el sustento teórico que ofrecen las administraciones educativas y no se continua con esta capacitación donde el docente pueda adquirir estrategias que le permitan mejorar en esta parte de su vida profesional, no obstante gracias su carrera profesional los docentes van desarrollando este tipo de habilidades que le permiten adaptarse a emociones, pensamientos y situaciones diversas que se le presenten.

Sabemos que los estados de ánimo son cambiantes y eso depende de la situación o lo que haya provocado dicho estado, se creería que el docente tiene la responsabilidad de estar en constantes ánimos favorables, que este actor educativo no se puede permitir tener emociones como el enojo, la ira, el estrés. Sin embargo, dentro de esta investigación se encontró que los docentes a lo largo de su trayectoria escolar han encontrado estrategias para regular estas emociones, pues como ellos mencionan no puedes ofrecer algo que no tienes en lo personal, sin embargo esta capacidad y este desarrollo de competencias y regulación de sus emociones parte de su crianza y de sus experiencias vividas.

Nos encontramos con docentes en rangos de edad que oscilan entre 24 y 57 años, donde muchos de ellos fueron educados con pensamientos y estilos de crianza radicales, como ellos mencionan, con “golpes, humillaciones”, se encontró que el referente socioemocional que maneja el plan de estudios es ambiguo y toma tiempo poder llevar a las expectativas deseadas y lamentablemente muchos docentes no manejan el tema, sin embargo han tratado de mostrar un equilibrio socioemocional adecuado, que les permita establecer relaciones intrapersonales, que le permita solucionar problemas, que sea un maestro empático, flexible, que manejen su estrés mostrarse con optimismo y felicidad ante las situaciones adversas de su profesión, con esto podemos concluir que los objetivos de la investigación se cumplen.

Finalmente esta investigación permitió encontrar grandes resultados significativos donde encontramos que esta educabilidad en habilidades socioemocionales no solo recae en el docente o en el alumno, si no que los padres también deberían ser educados en estos temas, si queremos una educación, maestros de calidad y alumnos de calidad, también deberíamos exigir que los padres de familia se eduquen en estas temáticas, pues como mencionaban los docentes a través de las entrevistas, el tiempo destinado para esta asignatura es poco y esto no permite que se explote al máximo.

Como se mencionó al principio de esta investigación la educación socioemocional es un tema para todos, no solo beneficia a los alumnos, cualquier persona de manera autónoma debería preocuparse por su salud, mental, física y emocional.

La educación socioemocional es una herramienta fundamental para nuestras vidas, debemos darle un valor equitativo a la educación emocional, pues es tan importante como los aprendizajes cognitivos, la educación socioemocional favorecen y desarrollan el potencial humano, promueve aprendizajes, habilidades y ciertas herramientas para enfrentarse a la vida.

### **6.1 Limitaciones de este estudio e ideas para continuarlo**

Cuando se realiza una investigación se espera que todos los participantes estén dispuestos a colaborar, sin embargo en la aplicación del instrumento pues varios docentes no querían responder las 133 preguntas.

Por otra parte cuando se comentó que la investigación consistía en conocer las habilidades socioemocionales de los docentes, los participantes se mostraron apáticos, pues no querían verse evidenciados; por lo tanto al realizar a invitación en la aplicación de la entrevista solo 3 de ellos quisieron volver a participar.

Las conclusiones a las que llego en esta investigación es que servirá como parte aguas para continuar para futuras investigaciones donde se implemente diversos talleres o estrategias tanto para docentes, padres de familia y alumnos; puesto que los datos obtenidos indican que las habilidades socioemocionales es un aprendizaje constante, que se van adquiriendo en la formación continua y que no solo los docentes y alumnos deben adquirir estas habilidades si no también los padres de familia deberían ser educados en esos temas para que en un futuro cercano exista una mejor sociedad.

## Referencias

- Alarcon, C., & Larissa, R. Educación Socioemocional: una deuda pendiente en la educación chilena. (*Tesis de Maestría*). Universidad del desarrollo, Santiago.
- Albrecht, K. (2006). *Inteligencia social. La nueva ciencia del éxito*. Barcelona: Vergara.
- Alvarez, E. (2020). Educación socioemocional. *Controversias y Concurrencias Latinoamericanas*, 388-408.
- Álvarez, E. (2020). Educación socioemocional. *Controversias y Concurrencias Latinoamericanas*, 388-408.
- Arvilla, A., Orozco, L., & Arango, C. (2011). El psicólogo educativo y su quehacer en la institución educativa. *Duazary*, 8, 258-261.
- Ascorra, P., Arias, h., & Graff, C. (2003). LA ESCUELA COMO CONTEXTO DE CONTENCIÓN SOCIAL Y AFECTIVA. *ENFOQUES EDUCACIONALES*, 117-135.
- Barrientos, A. Habilidades sociales y emocionales del profesorado de educación infantil relacionadas con la gestión del clima de aula. (*Tesis Doctoral*). UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID, Madrid.
- Benavidez, V., & Flores, R. (2019). La importancia de las emociones para la neurodidáctica. *Estud. de Psicología UCR*, 25-53.
- Bermejo, L. (2016). Bienestar docente. Estrategias para una vida emocionalmente. *PADRES Y MAESTROS*, 18-23.
- Bermúdez, M. (1986). Aplicación del análisis de contenido a la entrevista. *ciencias Sociales* , 135-146.
- Betina, A., & Contini, N. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en Humanidades*, 159-182.
- Bisquerra, R. (2003). EDUCACIÓN EMOCIONAL Y COMPETENCIAS BÁSICAS PARA LA VIDA. *Revista de Investigación Educativa*, Vol. 21, n.º 1, 7-43.
- Bisquerra, R. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista Interuniversitaria de formación del profesorado* , 95-114.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Calderón, P., & Loja, H. (2018). Un cambio imprescindible: el rol del docente en el siglo XXI. *ILLARI*, 35-40.
- Carlson, N. (2014). *Fisiología de la conducta*. Madrid: PEARSON EDUCACIÓN, S.A.
- Cassullo, G., & García, L. (2015). Estudio de las Competencias Socio Emocionales y su Relación con el Afrontamiento en Futuros Profesores de Nivel Medio. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 213-228.

- Cedujó, J., & López, M. (2017). Importancia de la inteligencia emocional en la práctica docente: un estudio con maestros. *Psicología educativa*, 29-36.
- Cedujó, J., López, M., Rubio, M., & Latorre, J. (2015). La formación en educación emocional de los docentes. *REOP*, 45-62.
- Cerecero, E. (2016). *Práctica reflexiva mediada. Del autoconocimiento a la resignificación conjunta de la práctica docente*. Toluca, México.: Editorial Académica Española.
- Chóliz, M. (1995). LA EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES EN LA OBRA DE DARWIN. *En F. Tortosa, C. Civera y C. Calatayud (Comps): Prácticas de Historia de la Psicología*, 1-11.
- Contini, N. (2005). La inteligencia emocional, social y el conocimiento tácito. Su valor en la vida cotidiana. *Psicodebate 5. Psicología, cultura y sociedad*, 63-80.
- Cuervo, Á. (2010). Pautas de crianza y desarrollo socioafectivo en la infancia. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 111-121.
- De Pablos, J., González, T., & González, A. (2008). El bienestar emocional del profesorado en los centros TIC como factor de innovación educativa. *Revista Latinoamericana de Tecnología Educativa*, 45-55.
- Domingo, A. (2013). *Práctica reflexiva para docentes*. Alemania : PUBLICIA .
- Dominguez, P. (2004). INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL. *Faisca*, 47-65.
- Extremera, N., Rey, L., & Pena, M. (2010). LA DOCENCIA PERJUDICA SERIAMENTE LA SALUD. Análisis de los síntomas asociados al estrés docente. *Boletín de Psicología*, 43-54.
- Fernández Núñez, L. (2006). ¿Cómo analizar datos cualitativos? *Butlletí La Recerca*, 1-13.
- Fernández, E., García, B., Jiménez, M., Martín, M., & Domínguez, F. (2013). *PSICOLOGÍA DE LA EMOCIÓN*. Madrid: Editorial Universitaria Ramón Arces.
- Fragoso, R. (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior. *Revista Iberoamericana de Educación Superior*, 110-125.
- Freire, P. (2004). *PEDAGOGÍA DE LA AUTONOMÍA: Saberes necesarios para la práctica educativa*. Sao Paulo, Brasil: Paz e Terra SA.
- Galindo, J. (1998). *Técnicas de investigación en sociedad, cultura y comunicación*. México: Pearson .
- García, B. (2018). Las habilidades socioemocionales, no cognitivas o “blandas”: aproximaciones a su evaluación. *Revista Digital Universitaria*, 1-17.
- García, J. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista Educación*, 97-109.
- Gardner, H. (1994). *Estructuras de la mente. La teoría de las inteligencias múltiples*. México : Fondo de Cultura Económica.

- Gavilán, M. (1999). La desvalorización del rol docente. *Revista Iberoamericana de Educación*, 211-227.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Recuperado de: <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Inteligencia%20Emocional%20%20Dani%20Goleman.pdf>.
- González, B., Monjas, M., & Benito, M. (2000). *LAS HABILIDADES SOCIALES EN EL CURRÍCULO*. España : Cide .
- González, M., & Moyano, A. (17 y 18 de Septiembre de 2014). *INTELIGENCIA SOCIAL. UN ESTUDIO DESCRIPTIVO DE LAS ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN DOCENTE EN LA EPB Nº 42*. Recuperado el 16 de Diciembre de 2020, de file:///C:/Users/win10/Downloads/567-836-1-PB.pdf
- Guisasola, J., Pintos, M., & Santos, T. (2001). Formación continua del profesorado, investigación educativa e innovación en la enseñanza de las ciencias. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 207-222.
- Gutiérrez-Torres, A. M.-V. (3 de agosto de 2019). <https://doi.org/10.19053/22160159.v10>. Recuperado el 27 de noviembre de 2020, de <https://doi.org/10.19053/22160159.v10>: <https://doi.org/10.19053/22160159.v10>.
- Hernández, M., Trejo, Y., & Hernández, M. (2018). El desarrollo de habilidades socioemocionales de los jóvenes en el contexto educativo. *Poniéndose al día* , 88-97.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). Definición del alcance de la investigación que se realizará: exploratorio, descriptivo, correlacional o explicativo. En R. F.-C.-L. Hernández-Sampieri, *Metodología de la Investigación* (págs. 88-101). Mexico: McGraw-Hill.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. d. (2010). *Metodología de la investigación* (Quinta ed.). México: McGRAW-HILL.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. d. (2014). *METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN*. México: McGRAW.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (1991). *METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN*. México: McGRAW - HILL INTERAMERICANA DE MÉXICO, S.A. de C.V.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (1997). *Metodología de la investigación*. . México. : McGRAW - HILL INTERAMERICANA DE MÉXICO, S.A. de C.V. .
- Hernandez, V. (2017). Las competencias emocionales del docente y su desempeño profesional. *Alternativas en psicología*, 79-92.
- Herrán, A., Hashimoto, & Machado, E. (2005). Los grandes paradigmas científicos. En A. Herrán, Hashimoto, & E. Machado, *Investigar en Educación: Fundamentos, aplicación y*. Madrid: Dilex.
- Hué, C. (2012). BIENESTAR DOCENTE Y PENSAMIENTO EMOCIONAL. *Revista Fuentes*, 47-68.

- Huerta, F., & Diaz, L. (2020). Hacia la práctica reflexiva: diseño, implementación y evaluación. *Kinesis. Revista Veracruzana de Investigación Docente*, 49-60.
- Justis, O., Alcestro, S., & Astorga, S. (2017). Pedagogía para el desarrollo socioemocional. A propósito de la gestión de aprendizaje en el contexto santiaguero. *Revista Iberoamericana de Educación*, 109-126.
- Kerlinger, F. (2002). *Investigación del comportamiento: Métodos de investigación en ciencias sociales*. México: Mc Graw Hill.
- Lagos, N., Ossa, C., Palma, M., & Arriagada, C. (2020). Autopercepción de desarrollo emocional de los estudiantes Secundarios de la región de Ñuble, Chile. *Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 17-27.
- Lambert, C. (2006). Edmund Husserl: la idea de la fenomenología (1). *Teología y Vida*, Vol. XLVII, 517-529.
- Leon, J. (2011). Hitos y Retos del Psicólogo Educativo. *Psicología Educativa*, 3-11.
- López, D., Valdovinos, A., Méndez, M., & Mendoza, V. (2009). El Sistema Límbico y las Emociones: Empatía en Humanos y Primates. *Psicología Iberoamericana*, 60-69.
- Lopez, V. (2007). La Inteligencia Social: Aportes Desde su Estudio en Niños y Adolescentes. . *PSYKHE*, 17-28.
- Medina, E. ¿Hay diferencia en la Inteligencia Emocional de Hombres y Mujeres? Un estudio empírico realizado en la Comunidad Valenciana . (TESIS LICENCIATURA). Universitat Jaume I, España .
- Mejía, J., Rodríguez, G., Guerra, N., Bustamante, A., Chaparro, M., & Castellanos, M. (3 de Junio de 2017). [www.bancomundial.org.pe](http://www.bancomundial.org.pe). Recuperado el 27 de Noviembre de 2020, de [www.bancomundial.org.pe](http://www.bancomundial.org.pe): [https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-385321\\_recurso.pdf](https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-385321_recurso.pdf)
- Messi, L., Rossi, B., & Ventura, A. (2016). LA PSICOPEDAGOGÍA EN EL ÁMBITO ESCOLAR: ¿QUÉ Y CÓMO REPRESENTAN LOS DOCENTES LA INTERVENCIÓN PSICOPEDAGÓGICA? *Perspectiva Educativa, Formación de Profesores*, 110-128.
- Monje, C. (2011). *METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN CUANTITATIVA Y CUALITATIVA. Guía didáctica*. NEIVA : UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA .
- Moraga, M. LAS COMPETENCIAS RELACIONALES DEL DOCENTE: SU ROL TRANSFORMADOR. (tesis de licenciatura). Universidad de Chile, Chile.
- Obez, R., Avalos, L., Steier, M., & Balbi, M. (2018). Técnicas mixtas de recolección de datos en la investigación cualitativa. Proceso de construcción de las prácticas evaluativas de los profesores expertos en la UNNE. *Investigación Cualitativa en Educación*, 587-596.
- Ojeda, P. (2017). Psicología educativa, más allá del contexto escolar . *Informes Psicológicos*, 79-91.

- Palomera, R., Fernández-Berrocal, P., & Brackett, M. (2008). La inteligencia emocional como una competencia básica en la formación inicial de los docentes: algunas evidencias. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 437-454.
- Pérez, I. Diferencias de género en las prácticas docentes de profesores universitarios. (Tesis Licenciatura). Universidad Pedagógica Nacional, México.
- Quintero, L., & Leiva, M. DESARROLLO EMOCIONAL Y AFECTIVO EN LA PRIMERA INFANCIA. "Un Mundo Por Descubrir y Formar En Los Infantes". Tesis de Licenciatura . UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA, Colombia.
- Rendón, A. (2015). Educación de la competencia socioemocional y estilos de enseñanza en la educación media. *Sophia*, 237-256.
- Repetto, E., & Pena, M. (2010). Las Competencias Socioemocionales como Factor de Calidad en la Educación. *REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 82-95.
- Repetto, E., & Pérez, J. (2007). Formación de competencias socioemocionales a través de las prácticas en las empresas. *Revista Europea de Formación Profesional*, 92-112.
- Rivera, E., Pons, J. I., Rosario-Hernández, E., & Ortiz, N. (2008). Traducción y adaptación para la población puertorriqueña del Inventario Bar-On de Cociente Emocional (Bar-On EQ-i): Análisis de propiedades psicométricas. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 148-182.
- Ruay, R. (2010). El rol de docente en el contexto actual. *Revista Electrónica de Desarrollo de Competencias (REDEC)*, 115-123.
- Ruiz, J. (2016). El bienestar emocional del docente. *Revista nacional e internacional de educación inclusiva*, 183-194.
- Salguero, M., & Panduro, A. (2001). Emociones y genes . *Investigación en Salud*, 35-40.
- Salvatore, T. (2018). Pinceladas teóricas en torno al Cerebro Triuno para mejorar nuestra hermenéutica en el ámbito de toda «Negociación». *Revista Venezolana de Gerencia*, 23, 1-10.
- Sánchez-Olavarría, C. (2021). Trayectorias profesionales docentes: ¿una cuestión de experiencia? *Revista de la educación superior*, 39-56.
- Schuster, A., Puente, M., Andrada, O., & Maiza, M. (2013). La Metodología Cualitativa, Herramienta para Investigar los Fenómenos que Ocurren en el Aula. La Investigación Educativa. *Revista Electrónica Iberoamericana de Educación en Ciencias y Tecnología*, 109.
- Seid, G. (2016). Procedimientos para el análisis cualitativo de entrevistas. Una propuesta didáctica. *V Encuentro Latinoamericano de Metodología de las Ciencias Sociales (ELMeCS)*, 1-24.

- SEP. (2017). *Aprendizajes clave para la educación integral*. México: Secretaría de Educación Pública.
- Signes, T., Amado, L., Acereda, A., & López, A. (2014). Desarrollo de las competencias emocionales del maestro: eje vertebrador del proceso de enseñanza-aprendizaje. . *Revista Internacional de Educación y Aprendizaje* , 27-36.
- Tejero, J. (2021). *TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN CUALITATIVA EN LOS ÁMBITOS SANITARIO Y SOCIOSANITARIO*. España: Ediciones de la Universidad de Castilla-La Mancha.
- Tijeras, A., & Monsalve, L. (2018). Desarrollo de la competencia comunicativa en la formación inicial del profesorado . *Revista Científico Pedagógica* , 86-99.
- Timoneda, C. (1999). UNA PROPUESTA DE DIAGNÓSTICO E INTERVENCIÓN PSICOPEDAGÓGICA BASADA EN Y DESDE LA PRÁCTICA. *Revista de Investigación Educativa*, 515-520.
- Treviño, D., González, M., & Montemayor, K. (2020). Habilidades socioemocionales y su relación con el logro educativo en alumnos de Educación Media Superior. *Rev. de psicol. y cienc. del comport. de la Unidad Académica de Cienc. Juríd. y Sociales*, 32-48.
- Ugarriza, N. (2001). *ADAPTACIÓN Y ESTANDARIZACIÓN DEL INVENTARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL DE BarOn-ICE- JA EN JOVENES Y ADULTOS, MUESTRA DE LIMA METROPOLITANA*. Lima, Perú: Persona.
- Ugarriza, N., & Pajares, L. (2005). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn ICE: NA, en una muestra de niños y adolescentes. *Persona, núm. 8*, 11-58.
- Viñals, B., & Cuenca, J. (2016). El rol del docente en la era digital. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 103-114.
- Vivas, M. (2003). La educación emocional: conceptos fundamentales. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación, vol. 4*, 1-22.
- Zacarías, J. (2018). *Código de ética de las y los psicólogos mexicanos*. México : FENAPSIME.
- Zúñiga, L., & Liza, C. (2016). Modelo de inteligencia social para la formación integral de los estudiantes de economía en la Universidad Nacional de Trujillo. *Ciencia y Tecnología*, 113-127.

## ANEXO 1

El cuestionario contiene una serie de frases cortas que permite hacer una descripción de ti mismo(a). Para ello, debes indicar en qué medida cada una de las frases que aparecen seguidamente es verdadera, de acuerdo a cómo te sientes, piensas o actúas la mayoría de las veces.

Hay cinco respuestas por cada frase:

1. Nunca es mi caso. 2. Pocas veces es mi caso. 3. A veces es mi caso. 4. Muchas veces es mi caso. 5. Siempre es mi caso.

N	Ítems	Nunca es mi caso	Pocas veces es mi caso	A veces es mi caso	Muchas veces es mi caso	Siempre es mi caso
		1	2	3	4	5
1	Para superar las dificultades que se me presentan actúo paso a paso.					
2	Es duro para mí disfrutar de la vida					
3	Prefiero un trabajo en el que se me diga casi todo lo que tengo que hacer					
4	Sé cómo afrontar los problemas más desagradables.					
5	Me agradan las personas que conozco.					
6	Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida.					
7	Me resulta relativamente fácil expresar mis sentimientos.					
8	Trato de ser realista, no me gusta fantasear ni soñar despierto(a).					
9	Reconozco con facilidad mis emociones.					
10	Soy incapaz de demostrar afecto.					
11	Me siento seguro(a) de mí mismo(a) en la mayoría de situaciones.					
12	Tengo la sensación de que algo no está bien en mi cabeza.					
13	Tengo problemas para controlarme cuando me enojo.					

14	Me resulta difícil comenzar cosas nuevas.					
15	Cuando afronto una situación difícil me gusta reunir toda la información que pueda sobre ella					
16	Me gusta ayudar a la gente.					
17	Me es difícil sonreír.					
18	Soy incapaz de comprender cómo se sienten los demás.					
19	Cuando trabajo con otros tiendo a confiar más en sus ideas que en las mías.					
20	Creo que puedo controlarme en situaciones muy difíciles.					
21	Realmente no sé para que soy bueno(a)					
22	No soy capaz de expresar mis ideas					
23	Me es difícil compartir mis sentimientos más íntimos con los demás.					
24	No tengo confianza en mí mismo(a).					
25	Creo que he perdido la cabeza.					
26	Soy optimista en la mayoría de las cosas que hago					
27	Cuando comienzo a hablar me resulta difícil detenerme.					
28	En general, me resulta difícil adaptarme.					
29	Me gusta tener una visión general de un problema antes de intentar solucionarlo.					
30	No me molesta aprovecharme de los demás, especialmente si se lo merecen.					
31	Soy una persona bastante alegre y optimista					
32	Prefiero que otros tomen decisiones por mí.					
33	Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado nervioso.					

34	Pienso bien de las personas.					
35	Me es difícil entender cómo me siento					
36	He logrado muy poco en los últimos años					
37	Cuando estoy enojado(a) con alguien se lo puedo decir.					
38	He tenido experiencias extrañas que no puedo explicar.					
39	Me resulta fácil hacer amigos(as).					
40	Me tengo mucho respeto.					
41	Hago cosas muy raras.					
42	Soy impulsivo(a), y eso me trae problemas					
43	Me resulta difícil cambiar de opinión.					
44	Soy bueno para comprender los sentimientos de las personas.					
45	Lo primero que hago cuando tengo un problema es detenerme a pensar.					
46	A la gente le resulta difícil confiar en mí.					
47	Estoy contento(a) con mi vida					
48	Me resulta difícil tomar decisiones por mí mismo(a).					
49	No puedo soportar el estrés.					
50	En mi vida no hago nada malo.					
51	No disfruto con lo que hago.					
52	Me resulta difícil expresar mis sentimientos más íntimos.					
53	La gente no comprende mi manera de pensar.					
54	Generalmente espero lo mejor.					
55	Mis amigos me confían sus intimidades					
56	No me siento bien conmigo mismo(a).					
57	Percibo cosas extrañas que los demás no ven					
58	La gente me dice que baje el tono de voz cuando discuto.					

59	Me resulta fácil adaptarme a situaciones nuevas.					
60	Cuando intento resolver un problema analizo todas las posibles soluciones y luego escojo la que considero mejor.					
61	Me detendría y ayudaría a un niño que llora por encontrar a sus padres, aun cuando tuviese algo que hacer en ese momento.					
62	Soy una persona divertida.					
63	Soy consciente de cómo me siento.					
64	Siento que me resulta difícil controlar mi ansiedad.					
65	Nada me perturba.					
66	No me entusiasman mucho mis intereses.					
67	Cuando estoy en desacuerdo con alguien soy capaz de decírselo.					
68	Tengo tendencia a fantasear y a perder contacto con lo que ocurre a mi alrededor.					
69	Me es difícil llevarme con los demás.					
70	Me resulta difícil aceptarme tal como soy.					
71	Me siento como si estuviera separado(a) de mi cuerpo.					
72	Me importa lo que puede sucederle a los demás					
73	Soy impaciente.					
74	Puedo cambiar mis viejas costumbres.					
75	Me resulta difícil escoger la mejor solución cuando tengo que resolver un problema.					
76	Si pudiera violar la ley sin pagar las consecuencias, lo haría en determinadas situaciones.					
77	Me deprimó					
78	Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles.					

79	Nunca he mentido					
80	En general me siento motivado(a) para continuar adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles.					
81	Trato de continuar y desarrollar aquellas cosas que me divierten.					
82	Me resulta difícil decir “no” aunque tenga el deseo de hacerlo.					
83	Me dejo llevar por mi imaginación y mis fantasías					
84	Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos.					
85	Me siento feliz con el tipo de persona que soy					
86	Tengo reacciones fuertes, intensas, que son difíciles de controlar.					
87	En general, me resulta difícil realizar cambios en mi vida cotidiana.					
88	Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterado(a).					
89	Para poder resolver una situación que se presenta, analizo todas las posibilidades existentes.					
90	Soy capaz de respetar a los demás.					
91	No estoy muy contento(a) con mi vida.					
92	Prefiero seguir a otros a ser líder.					
93	Me resulta difícil afrontar las cosas desagradables de la vida.					
94	Nunca he violado la ley.					
95	Disfruto de las cosas que me interesan.					
96	Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso.					
97	Tiendo a exagerar					
98	Soy sensible ante los					

	sentimientos de las otras personas.					
99	Mantengo buenas relaciones con los demás.					
100	Estoy contento(a) con mi cuerpo					
101	Soy una persona muy extraña.					
102	Soy impulsivo(a).					
103	Me resulta difícil cambiar mis costumbres.					
104	Considero que es muy importante ser un(a) ciudadano(a) que respeta la ley					
105	Disfruto las vacaciones y los fines de semana.					
106	En general tengo una actitud positiva para todo, aun cuando surgen problemas					
107	Tengo tendencia a depender de otros.					
108	Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles					
109	No me siento avergonzado(a) por nada de lo que he hecho hasta ahora.					
110	Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan y me divierten.					
111	Los demás piensan que no me hago valer, que me falta firmeza					
112	Soy capaz de dejar de fantasear para volver a ponerme en contacto con la realidad.					
113	Los demás opinan que soy una persona sociable.					
114	Estoy contento(a) con la forma en que me veo.					
115	Tengo pensamientos extraños que los demás no logran entender					
116	Me es difícil describir lo que siento.					
117	Tengo mal carácter.					
118	Por lo general, me trabo cuando pienso acerca de las diferentes maneras de resolver					

	un problema.					
119	Me es difícil ver sufrir a la gente.					
120	Me gusta divertirme.					
121	Me parece que necesito de los demás más de lo que ellos me necesitan.					
122	Me pongo ansioso(a).					
123	No tengo días malos					
124	Intento no herir los sentimientos de los demás.					
125	No tengo una buena idea de lo que quiero en la vida					
126	Me es difícil hacer valer mis derechos.					
127	Me es difícil ser realista.					
128	No mantengo relación con mis amistades					
129	Haciendo un balance de mis puntos positivos y negativos me siento bien conmigo mismo(a).					
130	Tengo una tendencia a explotar de cólera fácilmente.					
131	Si me viera obligado(a) a dejar mi casa actual, me sería difícil adaptarme nuevamente.					
132	En general, cuando comienzo algo nuevo tengo la sensación de que voy a fracasar					
133	He respondido sincera y honestamente a las frases anteriores					

## **ANEXO 2**

### **Guía de preguntas para la entrevista semiestructurada**

**Nombre:**

**Edad:**

**Grado de estudios**

¿Por qué es importante la educación socioemocional?

¿Cómo cree que impactas las habilidades socioemocionales en la sociedad mexicana?

¿Cómo cree que será el impacto a futuro del tema de las HSE en la educación mexicana y en la sociedad mexicana?

¿Con base en el plan de estudios 2017 al incluir este tema, como impacto en su labor docente?

¿Qué tan importante es para usted que los docentes de México tengan control y manejo de sus emociones?

¿Usted recibió o a recibido algún taller, programas o curso donde se le capacite para poder instruir y enseñar este tema?

¿Cómo cree que esto se vería reflejado en su contexto o escenario de clases?

¿En su labor docente cree que es importante este tema?

¿Cuáles son las recomendaciones que usted haría para impulsar las habilidades socioemocionales en los docentes?

¿Existe autopercepción de sus habilidades socioemocionales?

¿De las cinco dimensiones socioemocionales: autoconocimiento, autorregulación, autonomía, empatía y colaboración; para usted cual considera que es la más importante?

¿Cómo cree que influyen las habilidades socioemocionales en sus relaciones intrapersonales en su contexto de trabajo?