

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD UPN 098, CIUDAD DE MÉXICO, ORIENTE**

**Planeación didáctica para fomentar el aprendizaje
significativo en la asignatura de Ámbito de
Formación Socioemocional en Nivel Medio
Superior**

Propuesta Pedagógica

**Que para obtener el título de
Licenciada en Pedagogía**

Presenta:

Lourdes Vianney Aguilar Pérez

Directora de la Propuesta:

Dra. Gabriela Hernández Valderrama

CDMX, junio de 2025



Ciudad de México a 26 de junio de 2025

LOURDES VIANNEY AGUILAR PÉREZ

Matrícula número 200980017

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad y como resultado del análisis realizado a su trabajo de titulado:

Planeación Didáctica para Fomentar el Aprendizaje Significativo en la Asignatura de Ámbito de Formación Socioemocional en Nivel Medio Superior

Opción: **Propuesta Pedagógica**

A propuesta de la Asesora **Gabriela Hernández Valderrama**, manifiesto a usted que reúne los requisitos académicos establecidos al respecto por la institución.

Por lo anterior se dictamina favorablemente su trabajo y se le autoriza a presentar su examen profesional, de la **Licenciatura en Pedagogía**.

El jurado quedará integrado de la siguiente manera:

Presidente: **Christian López Gutiérrez**

Secretario: **Gabriela Hernández Valderrama**

Vocal: **María Luisa López Esquer**

Atentamente

"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"

VICENTE PAZ RUIZ
DIRECTOR


S.E.P.
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD UPN 098
CDMX ORIENTE
DIRECCION



Agradecimientos

Quiero expresar mi más profundo agradecimiento a todas las personas que han sido parte fundamental en este camino, quienes me han visto crecer y desarrollarme a lo largo de estos 4 años que he cursado mi carrera en pedagogía. Aquellos que vieron pasar por muchas dificultades derramando lágrimas en el proceso y que además me brindaron su mano para no rendirme y desistir. Agradezco que a lo largo de esta transición conocí a gente que me regaló una bella sonrisa y apoyo, espero que cada una de esas bellas personas consigan lograr sus sueños y metas.

Es importante resaltar a mi papá y mi mamá, quienes siempre me han otorgado su amor incondicional, su apoyo constante y por ser mi guía en los momentos de duda. A mi papa le agradezco por brindarme su apoyo, en especial en la parte tecnológica y ayudarme a saber que contaré con su apoyo sin importar lo que pase. A mi mamá por demostrarme que el camino suele tener muchas trabas, pero lo importante es nunca rendirse. Al mismo tiempo, ambos me brindaron sus enseñanzas y sacrificios que han tenido a lo largo de los años, pero jamás desistieron y permanecieron junto a mí.

También a mi hermano, por ser no sólo un compañero de vida, sino también mi mejor amigo y confidente. Gracias por tus consejos, por las risas que me recordaron no tomarme las cosas demasiado en serio y por estar ahí, aunque siento que discutimos por muchos motivos siempre me haces ver que realmente estará a mi lado. Tus palabras de aliento en los momentos difíciles y tu fe en mí han sido un motor que me impulsó a dar lo mejor de mí misma, en especial para darte un buen ejemplo de hermana mayor, aunque en ocasiones tu pareces más el mayor.

A mis abuelos y mi abuela, por ser un pilar de fortaleza y sabiduría, por sus palabras alentadoras y por estar siempre presentes, celebrando cada uno de mis logros y motivándome a buscar más y no sólo estancarme en un solo nivel. Aunque quisiera que estuvieran toda mi

vida acompañándome y ayudándome a crecer, como lo hizo mi abuela, mamá Juana, quien desde que era niña me enseñó a respetar y terminar todo lo que me proponía, su historia de vida para mí ha sido un impulso para crecer y ser autosuficiente, todo lo que he vivido con ella jamás lo olvidaré. A mi abuelo, papá Víctor, aunque ya no está con nosotros, sigue siendo un motor para mí, desde que fui una niña, me inculcó la importancia de los estudios para poder depender de mí misma, creyó en mí y en mis habilidades, haciéndome ver que lo que me proponía siempre lo lograría. A mi abuelo Pablo, quien es una persona admirable, es una persona que no se ha rendido y siempre logró sus metas, admiro todo su desarrollo como persona y sus estudios.

A mis amigas, quienes han sido mi red de apoyo en los momentos difíciles, que cuando vieron que me hundía en el fondo me brindaron su mano para terminar, agradezco que se hayan tomado el tiempo de conocerme quién era en verdad, reconozco que suelo ser una persona callada pero cada una de ustedes lograron sacarme de mi zona de confort y me conocieron mucho mejor.

A mis compañeros por otorgar muchas risas y alegrías en estos 4 años, me hicieron darme cuenta de que existen personas que no sólo brindan su apoyo sólo por amistad sino por sinceridad. Gracias por su amistad sincera y por motivarme a seguir adelante.

A mis maestros de la UPN, quienes con su dedicación y conocimientos han contribuido significativamente a mi formación profesional y personal. Aquellos que me ayudaron a comprender de mejor forma mi carrera, me apoyaron en dificultades y me acompañaron sin desesperarse, conocieron mis habilidades y trabajaron duro para que comprendiera los temas importantes de una manera diferente.

A mi asesora de tesis, Gabriela, por su paciencia, orientación y valiosos consejos que enriquecieron esta propuesta y lo hicieron posible, porque sin su apoyo estaría perdida sin saber que hacer o que corregir, le agradezco profundamente por estar al pendiente cuando

necesitaba su opinión, para mí es uno de las mejores maestras, gracias por su dedicación y acompañamiento.

Finalmente, quiero agradecerme a mí misma, por no rendirme cuando los retos parecían imposibles, por confiar en mis capacidades y por seguir adelante con determinación. Aunque en muchas de las ocasiones no sentí que lograra llegar al final, este logro es un reflejo del esfuerzo, la perseverancia y la pasión que puse en cada paso de este camino, que al final puedo decir que es un trabajo en conjunto con todas estas bellas personas que conocí a lo largo de los 4 años que estuve en la UPN.

A todos ustedes, gracias de corazón.

Índice

Agradecimientos	3
Capítulo I. Introducción	9
1. Conceptualización del Ámbito Socioemocional	9
1.1. Educación Socioemocional	9
1.2. Habilidades Socioemocionales	18
1.3. Formación Socioemocional	21
2. Concepto Teórico del Aprendizaje Significativo	25
2.1. Principios Fundamentales	26
2.2. Aprendizaje Significativo vs Aprendizaje Memorístico	28
2.3. Aplicación del Aprendizaje Significativo en la Educación	30
2.4. Estrategias de Enseñanza y Aprendizaje	33
3. Los Jóvenes y Adolescentes	37
3.1. Etapa de Desarrollo	38
3.2. Aspectos Socioemocionales en los Jóvenes	40
4. Educación Socioemocional en México	46
4.1. Políticas y Programas Educativos	47
5. Contextualización de la Escuela Media Superior: Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N*01 “Coronel Matilde García Rioja”	53
Capítulo II. Método	55
1. Tipo de Investigación	55
2. Procedimiento	59
3. Etapa de Diagnóstico	60
3.1 Contexto y Población	60

3.2. Sujetos y Muestra	72
4. Resultados del Diagnóstico	73
5. Problematicación	79
6. Preguntas de Investigación	85
7. Objetivos de la Investigación	86
Capítulo III. Propuesta para la Elaboración de la Planeación Didáctica en la Asignatura de Ámbito de Formación Socioemocional	87
1. Fundamentación Teórica de la Propuesta	89
2. Diseño de la Planeación Didáctica	93
2.1. Objetivo de la Planeación Didáctica	97
2.2. Propuesta de Planeación Didáctica en la Asignatura de Ámbito de Formación Socioemocional	97
Sesión 1. Presentación de la Secuencia Didáctica y Presentación grupal	97
Sesión 2, Tema 1. Autoconocimiento y Autoaceptación (Enamorándose de uno mismo)	101
Sesión 3, Tema 2. Desarrollo de la Autoestima y la Confianza en Uno Mismo (Se tu propio héroe)	107
Sesión 4, Tema 3. Conflictos y manejo de las emociones (Surfeando las olas del conflicto)	111
Sesión 5, Tema 4. Empatía y comprensión hacia los demás (Descubriendo corazones)	116

Sesión 6, Tema 5. Habilidades Sociales y Comunicación Asertiva (Expresa, Conecta y Lidera)	120
Sesión 7, Tema 6. Construcción de Relaciones Positivas y Saludables (Relaciones que suman).....	125
Sesión 8, Tema 7. Toma de Decisiones Responsables (Tú tienes la llave)	129
Sesión 9. Actividad Final (Y si hacemos un juego)	135
3. Conclusión del capítulo	138
Discusión.....	140
Lista de Referencias.....	143
Anexo 1	154
Anexo 2	156
Anexo 3	158
Anexo 4	160
Anexo 5	161

Capítulo I. Introducción

1. Conceptualización del Ámbito Socioemocional

El ámbito socioemocional es relevante, debido a que puede ayudar a regular las emociones, además tendrá una vinculación con las relaciones interpersonales, estas pueden ser desarrolladas mediante diversos contextos, en especial en el familiar, es con quien se tiene un lazo más cercano entre las personas. Estos contextos, tendrán un efecto que genere, a la larga, un bienestar o en su defecto, un desequilibrio emocional en la persona (Muelas, 2018).

Al mismo tiempo, el término socioemocional, se refiere a la relación entre el aspecto social y emocional de la vida humana, puede abarcar desde la interacción que se tenga con las demás personas, manejo de las emociones y la adaptación de diversas situaciones sociales. De esa manera se pueden considerar diversos aspectos como la empatía, la autoconciencia, las habilidades de comunicación y la inteligencia emocional, siendo componentes esenciales del desarrollo socioemocional, aunque también se podrían considerar como habilidades (Delgado y Sánchez, 2022).

Las habilidades anteriores, son fundamentales para establecer y mantener relaciones saludables, gestionar conflictos de manera constructiva y adaptarse eficazmente a los cambios del entorno social, además, la comprensión y el desarrollo de estas habilidades contribuyen significativamente al bienestar emocional y social tanto a nivel individual como colectivo de una persona (Delgado y Sánchez, 2022).

1.1. Educación Socioemocional

Para empezar, es importante considerar que la educación va más allá de la enseñanza que se otorga a través de las escuelas, dado que, también implica la participación de la familia, la comunidad y la sociedad en general. De igual manera, se puede considerar que el aprendizaje puede ser obtenido por las vivencias diarias y la interacción que tiene con sus

diversos contextos, como la familia, la comunidad, la escuela y la sociedad en general (Marías, 2019).

La educación es un proceso que requiere la participación activa de la sociedad y la necesidad de la comunidad, ocasionando que la educación se adapte y sea flexible ante los cambios del entorno local y global. Estos aspectos están estrechamente relacionados con el desarrollo de la educación socioemocional, debido a que actualmente se le da reconocimiento al aprendizaje emocional como un proceso, haciendo comparación con la educación tradicional o pasada que sólo otorgaba datos e información de memoria. Así pues, la educación emocional se extiende más allá de la etapa escolar y que requiere la promoción de habilidades socioemocionales en diferentes momentos de la vida de una persona (Marías, 2019).

Además, los cambios constantes en las leyes educativas, a través del tiempo, quizás provoque una premisa errónea de lo que es la educación, el cual, ha sido asignado en las escuelas, ignorando otros factores y agentes que influyen en la formación de los individuos, como el papel de los padres, los medios de comunicación y la sociedad (Gámiz, 2014).

En relación a la educación socioemocional, se vincula con el desarrollo de estrategias de aprendizaje, destinadas a mejorar el manejo de las emociones y la toma de decisiones, con el objetivo de favorecer el bienestar general y prevenir acciones que puedan perjudicar la salud emocional de cada individuo (Muelas, 2018).

Con relación a la salud emocional, los orientales, específicamente los que practican el taoísmo y el budismo, abordan el manejo de las emociones para alcanzar la serenidad y la felicidad. Además, varios pensadores han explorado el tema de las emociones, reconociendo la relevancia de la educación socioemocional a través de la razón y la sabiduría, esto se ha observado desde distintas perspectivas históricas y filosóficas (Álvarez, 2020).

De esa manera, a lo largo de la historia, por un lado, se visualizan figuras como Aristóteles y los estoicos, los cuales, enfatizaron la importancia de regular las emociones para alcanzar la felicidad y la virtud, destacando el papel crucial de la autodisciplina emocional en el

desarrollo humano. Por otro lado, pensadores como Descartes, Spinoza y Hobbes han adoptado una perspectiva más mecanicista al analizar las emociones, asociándose con el movimiento del cuerpo y la supervivencia, lo que sugiere una visión más pragmática de las mismas en el contexto de la adaptación y la supervivencia humana (Álvarez, 2020).

Por otra parte, podemos considerar la educación socioemocional dentro de las instancias educativas, donde es posible que ayude a conocer las aptitudes, actitudes y vicios de cada persona, pero más que nada, puede fortalecer la formación dentro de un aula. Además de promover valores principales, con el fin de fortalecer el respeto entre compañeros, de esa forma, se puede prevenir el acoso, violencia escolar o los posibles riesgos que tengan los estudiantes (Muelas, 2018).

Al considerar las emociones, podemos visualizarlas como un "virus" debido a su capacidad de propagarse dentro de las sociedades, diversas emociones pueden difundirse entre las personas, generando un impacto colectivo que puede ser positivo o negativo; este fenómeno de contagio emocional puede fomentar un bienestar generalizado o, por el contrario, propagar malestar y tensión (Goleman, 2008).

Los medios de comunicación son fomentan la reproducción o la propagación de información objetivas y subjetivas; las televisoras, por ejemplo, además de brindar información, también pueden plasmar emociones, que en muchas ocasiones son emociones que están fuera de control, expresando una ineptitud emocional cómo lo puede ser la desesperación, imprudencia o rabia (Goleman, 2008).

Es posible suponer que, al estar rodeado de este tipo de información puede causar enfermedades emocionales como lo puede ser la depresión o el aumento de agresividad. No obstante, no estamos solos en la vida emocional, esto es compartido debido a que somos entes sociales, permitiendo crear diferentes redes de apoyo a lo largo de la vida (Goleman, 2008).

Considerando la parte emocional y escolar, puede utilizarse como un medio para mejorar el rendimiento académico para cumplir, tal vez, con los requisitos del sistema educativo, para integrarse de manera formal en el desarrollo de valores y en el aspecto humanista que debería caracterizarla. Las emociones también tienen un impacto significativo en la interacción maestro-alumno, una relación clave en el proceso de enseñanza y aprendizaje (Álvarez, 2020).

Al mismo tiempo Hattie (2015, citado en Álvarez, 2020), realizó una investigación acerca de la importancia de las emociones entre el maestro y el alumno, y cómo esta relación es clave en el proceso de enseñanza-aprendizaje. De acuerdo con la investigación de Hattie, las emociones juegan un papel crucial en la educación, realizó un estudio extenso durante 15 años, que incluyó 1200 meta-análisis y aproximadamente 250,000 participantes, entre estudiantes y maestros. Los resultados del estudio resaltan que, es fundamental aprender a gestionar las emociones, debido a que en ocasiones pueden obstaculizar el aprendizaje, como la ira y la ansiedad. Así como es importante fomentar emociones que facilitan el aprendizaje, como el optimismo y la esperanza. Además, se resalta la importancia de desarrollar relaciones interpersonales maduras, la capacidad de actuar con independencia y autonomía, y de tomar decisiones que refuercen la autoestima y la autoeficacia (Hattie, 2015; citado en Álvarez, 2020).

Las emociones actúan de manera inconsciente y sobresalen cuando ocurren situaciones impresionantes, estas respuestas emocionales pueden variar dependiendo de la intensidad, el motivo y la forma en que se esté dando la acción del momento o el comportamiento de una persona. Además, factores como las experiencias previas, el entorno social, la cultura y las creencias personales pueden influir en la manera en que se experimentan y expresan las emociones (Aristóteles s/f; citado en Goleman 2008).

De acuerdo con De Saint-Exupéry en *El principito* (2012, p. 72), hay un pasaje significativo cuando el principito se encuentra con el zorro y ambos observan un campo lleno de rosas. Aunque estas rosas parecen idénticas a la rosa del principito, el zorro hace una

observación importante: "Es con el corazón como vemos correctamente; lo esencial es invisible a los ojos". Con lo que se ha visto hasta este momento, hace reflexionar sobre cómo la verdadera percepción y comprensión de las cosas no se basa únicamente en la vista física, sino en los sentimientos y emociones que emanan del corazón.

Es decir, hay aspectos esenciales que van más allá de lo superficial y lo evidente, sólo pueden ser captados cuando se mira con atención desde el interior. Esto implica una conexión emocional y la empatía, las cuales, son fundamentales para comprender profundamente el significado y el valor de las experiencias, relaciones y aspectos importantes de la vida social e individual (Goleman, 2008).

De acuerdo con Goleman (2008), las emociones suelen controlar el cuerpo cuando reaccionar para la protección de la familia de cualquier peligro, el cual es impulsado en ocasiones por el miedo, quién actúa de manera inconsciente dentro del sistema nervioso, haciendo a un lado la propia supervivencia y propia muerte, se suele actuar de manera irracional, pero con la emoción a flor de piel.

De igual manera, las emociones son guías sabías que favorecen el desarrollo humano a largo plazo, las interacciones sociales son parte de la naturaleza humana debido a que favorece a la civilización humana, está quizás provoque un freno a la vida emocional de las personas, porque se tiene que adaptar a las necesidades y convivencias de esta, sometiendo y domesticando su vida emocional ante su entorno, sin considerar las propias emociones (Goleman, 2008).

Como ya se ha estado mencionando, las emociones van ligadas a un entorno social, donde se llevó a cabo para el desarrollo del modelo de personalidad y comportamiento que engloba habilidades como sensibilidad social, comunicación, empatía y comprensión social, haciendo destacar las habilidades sociales, las cuales son necesarias para establecer relaciones satisfactorias en diferentes contextos (Bisquerra, 2009).

Si se habla de interacciones sociales, implica la integración de pensamientos, sentimientos y comportamientos para lograr relaciones positivas, debe ser desarrollada en diversos ámbitos de la vida. Debido a eso se considera la importancia de la educación emocional, que incluye la competencia social como aspecto fundamental (Bisquerra, 2009).

Además, Bisquerra (2009) define que es la inteligencia social, abarca aspectos de la inteligencia intrapersonal e interpersonal, ha contribuido a su comprensión, incluyendo la personalidad y la psicología social del individuo. Dentro de las habilidades sociales y la inteligencia emocional están estrechamente relacionadas, considerándose las habilidades sociales como parte de la inteligencia emocional.

De esa manera, Bisquerra (2009) en su libro, Psicopedagogía de las emociones, abarca la competencia social, el cual, incluye diversas habilidades que permiten establecer y mantener relaciones positivas con otras personas. Esto implica dominar habilidades sociales básicas, como escuchar, saludar, despedirse, expresar gratitud y disculparse, entre otras; también conlleva tener respeto por los demás, aceptando y valorando las diferencias individuales y grupales, así como practicar una comunicación receptiva y expresiva para comprender y expresar pensamientos y sentimientos de manera clara (Bisquerra, 2009).

Así mismo, ser asertivo es fundamental para expresar opiniones y sentimientos, al mismo tiempo que se respeta la participación de los demás, de esa manera, se podría resolver conflictos interpersonales de manera constructiva, incluyendo la capacidad de negociación y mediación. Además, la capacidad para gestionar situaciones emocionales y regular las emociones tanto en uno mismo como en los demás es crucial para una interacción social efectiva (Bisquerra, 2009).

No obstante, lo anterior parte de una utopía, debido a que algunos individuos, fueron educados reprimiendo sus emociones, siendo reforzada por la familia y la sociedad, que en ocasiones tratan evitar manifestar sentimientos como el deseo, la tristeza, el miedo o la ira, como por ejemplo, utilizan frases para delimitar que algunas emociones son parte esencial para

algún género en específico como “los hombres no lloran”, la frase anterior lo suelen decir algunas personas adultas mayores debido a la transmisión de pensamientos de generación en generación (Brito y Cullen, 2020).

De igual manera, en ocasiones, es común observar situaciones en las que se intenta abordar el estado emocional de alguien y se recibe una respuesta negativa o evasiva, como cuando se le señala a alguien que parece enojado y responde con negaciones. Además de preguntar a alguien sobre sus sentimientos puede provocar confusión, como si se le pidiera resolver un problema matemático complejo (Brito y Cullen, 2020).

Así pues, es importante considerar la participación activa de los diversos actores educativos como docentes, padres de familia, directivos, autoridades educativas, entre otros; los anteriores, son importantes, debido a que son observadores cercanos y que pueden visualizar los cambios de actitudes repentinos, por ejemplo, su desempeño académico, su cotidiana alimentación, carácter, entre otras cosas (Muelas, 2018).

Hoy en día se prioriza las emociones, debido a la violencia que existe actualmente, ya que, las emociones anteceden a la conducta, es decir, las emociones son fundamentales debido a que son motivadores del comportamiento humano. Es importante resaltar que no todas las emociones necesariamente inducen a comportamientos violentos, más bien, algunas emociones específicas tienen el potencial de desencadenar comportamientos violentos (Muelas, 2018).

En la actualidad, se refleja la importancia de desarrollar habilidades socioemocionales en estudiantes y docentes, reconociendo la influencia de las interacciones maestro - alumno en el desarrollo emocional y social; estas interacciones no sólo afectan a los docentes, de igual manera, a los padres de familia afectan en el desarrollo de los mismos estudiantes (Muelas, 2018).

La educación socioemocional, también es importante en el ámbito familiar, debido a que tienen la responsabilidad de la formación del niño, ya que, es donde se produce gran parte de

la socialización emocional; los padres ejercen un papel fundamental influyendo en el desarrollo de habilidades emocionales. La salud emocional de los padres se convierte así en un factor crucial para el bienestar emocional de los niños (Cedeño et al., 2019).

Además, los padres juegan un papel fundamental en el crecimiento emocional de sus hijos al ofrecerles amor, apoyo y guía, también tienen la responsabilidad de ayudar a los niños a reconocer, comprender y gestionar sus emociones de manera positiva. A través del establecimiento de límites claros, una comunicación abierta y honesta, y al servir como modelos de comportamiento emocional saludable, los padres pueden fomentar relaciones positivas y un desarrollo emocional sólido en sus hijos (Delgado y Sánchez, 2022).

Los niños aprenden rápidamente ciertos comportamientos, los cuales se fijan en el circuito sináptico del cerebro y son difíciles de modificar en etapas posteriores de la vida. Es importante destacar que la niñez es un período crucial para el desarrollo de la inteligencia emocional, debido a que los niños adquieren conocimientos básicos sobre su conducta emocional desde temprana edad y pueden utilizar sus pensamientos para controlarlas (Cedeño et al., 2019).

Como ya se había mencionado, los padres de familia pueden dejar de lado, en ocasiones, sus instintos de supervivencia debido a que suelen actuar en un momento de crisis, realizando acciones por el amor que se le tiene a sus hijos, promoviendo su heroísmo y sus sentimientos más profundos (Goleman, 2008). Este tipo de actos hacen ver que el corazón domina más que la cabeza, tal vez, actúan de manera inconsciente debido a que las emociones guían en los momentos difíciles dejando de lado el intelecto, se actúa conforme a las experiencias, ayudando a sus hijos a tomar decisiones que le otorgan un bienestar en general, dejando de lado lo racional, dominando en este caso las emociones (Goleman, 2008).

Además, es esencial que los padres dialoguen con sus hijos sobre sus emociones, los ayuden a identificarlas y validen sus sentimientos, incluso cuando no estén de acuerdo con su comportamiento. Enseñarles estrategias para manejar sus emociones de manera saludable

requiere paciencia y comprensión, pero la inversión en el desarrollo emocional de los hijos es invaluable, ya que contribuye a su bienestar y éxito a largo plazo (Delgado y Sánchez, 2022).

De igual manera, en el trabajo de Cedeño, Maitta y Baquerizo (2019), destacan cuatro factores mediante los cuales los padres pueden facilitar el manejo de las emociones de sus hijos: modelamiento, motivación, facilitación y reforzamiento. Además, se señala la importancia de las experiencias favorables en el entorno familiar para el desarrollo de herramientas que faciliten la expresión y contención de emociones en los niños.

La educación impartida por los padres afecta el desarrollo emocional, por ejemplo, el castigo severo ante las emociones de los niños está asociado con la falta de estrategias de regulación emocional, y considerando la importancia de la atención familiar para el equilibrio emocional de los niños (Cedeño et al., 2019).

Según Brito y Cullen (2020), el equilibrio emocional implica estar en contacto con nuestras emociones, viviéndolas plenamente mientras desarrollamos hábitos mentales y del corazón que fomenten la paz y la alegría en nosotros y en los demás. Además, argumentan que para desarrollar la mente y el corazón requiere paciencia y práctica, se podría decir que es como el cuidado de un jardín, se aprende a nutrir las semillas y controlar las malas hierbas sin dañarlas.

También se aprende a comprender las propias emociones y regularlas mediante la práctica de la atención plena. Esta práctica nos brinda herramientas para mantener la conciencia de nuestros estados mentales, emocionales y físicos, lo que nos permite regular y equilibrar gradualmente nuestras emociones, cultivando así la paz y la alegría en nuestra vida y en la de los demás (Brito y Cullen, 2020).

Por último, la United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (en adelante UNESCO, 2023), llevó a cabo la primera reunión de la Comunidad de Práctica sobre Habilidades Socioemocionales, con la finalidad de conectar a profesionales y académicos para promover el desarrollo de aprendizajes significativos en niños y adolescentes, resaltando la

importancia de fomentar un aprendizaje socioemocional, además de los posibles desafíos en la evaluación de estas habilidades, y se propuso establecer una comunidad de práctica para compartir experiencias (UNESCO, 2023).

1.2. Habilidades Socioemocionales

Las habilidades socioemocionales en la educación se han estado proponiendo diversas formas de integrarlas en el trabajo docente. Estas habilidades, según la UNESCO (2023), se adquieren a lo largo de la vida, incluyen la capacidad de reconocer y gestionar emociones, establecer relaciones y desenvolverse de manera adaptativa. Se ha reconocido que estas habilidades son fundamentales para el aprendizaje y contribuyen significativamente a la enseñanza.

Además, se ha identificado dimensiones clave de estas habilidades, que abarcan desde la autoconciencia hasta la regulación emocional y las habilidades de relación. Además, se espera que estos enfoques ayuden a las escuelas y docentes a planificar y desarrollar estrategias efectivas para promover el aprendizaje socioemocional (UNESCO, 2023).

Por ejemplo, de acuerdo con la UNESCO (2023), quien menciona el modelo de educación para la paz, ciudadanía mundial y aprendizaje socioemocional del Instituto Mahatma Gandhi UNESCO, propuesto en 2020, se enfoca en cuatro habilidades clave:

- Empatía: Comprender y regular las emociones de los demás.
- Compasión: Reconocer y ayudar a aliviar el sufrimiento ajeno.
- Mindfulness: Desarrollar atención y regulación emocional.
- Pensamiento crítico: Expresarse y crear soluciones para una ciudadanía comprometida.

Estas habilidades buscan empoderar a niños y adolescentes para participar de manera activa y responsable en sus comunidades, promoviendo la comprensión emocional, la conciencia del sufrimiento ajeno, la atención plena y la capacidad de expresarse de manera

autónoma y creativa en la búsqueda de soluciones para construir sociedades más justas y sostenibles (UNESCO, 2023).

De esa manera, las habilidades socioemocionales desempeñan un papel crucial en diversos ámbitos de la vida, incluyendo las relaciones interpersonales, la familia, el ámbito económico, laboral y social. Pueden que faciliten el establecimiento de vínculos positivos entre pares, contribuyen a relaciones familiares más satisfactorias, promueven el éxito académico y laboral, y fomentan la participación cívica y el compromiso social, además, son fundamentales para la construcción de sociedades inclusivas y sostenibles (UNESCO, 2023).

Si estas habilidades las relacionamos con el desarrollo integral de los jóvenes, se puede relacionar con su capacidad para entender y regular las emociones propias y ajenas, así como para establecer relaciones positivas y tomar decisiones responsables. Estas habilidades pueden ser enseñadas de manera intencional en el contexto educativo, siendo la infancia y la adolescencia momentos clave para su aprendizaje (Hernández et al., 2018).

De igual manera, es importante poder integrar las habilidades socioemocionales en el currículo educativo como una innovación, reconociendo que el desarrollo de estas habilidades comienza en la familia, pero puede ser moldeado y fortalecido desde la escuela. Los beneficios de la educación socioemocional en el entorno escolar, puede que mejore el rendimiento académico, junto con la promoción de actitudes positivas y mejore clima escolar (Hernández et al., 2018).

Estas habilidades se adquieren a lo largo de la vida a través de diversos contextos e interacciones, los cuidadores principales, como padres y madres, desempeñan un papel crucial al satisfacer las necesidades básicas y socioemocionales de sus hijos. Además, el aprendizaje vicario, que implica la observación e imitación de comportamientos, y el entorno sociocultural, incluyendo factores como la cultura y el género, también influyen en el desarrollo de estas habilidades. Las habilidades socioemocionales son fundamentales para el bienestar individual y

colectivo, y su desarrollo comienza desde los primeros días de vida y continúa a lo largo del ciclo vital (UNESCO, 2023).

Así mismo, en la actualidad, los jóvenes necesitan una formación que vaya más allá de los conocimientos académicos y que les dote de herramientas para enfrentar los desafíos de un mundo complejo y cambiante. Se argumenta que el desarrollo de habilidades socioemocionales no sólo previene situaciones de riesgo como la violencia o la depresión, sino que también prepara a los jóvenes para un mercado laboral altamente competitivo (Hernández et al., 2018).

Además, se señala que las intervenciones en habilidades socioemocionales están asociadas con una mayor asistencia escolar, un mayor compromiso en el aula y una mejor resolución de conflictos entre pares. Los estudiantes que adquieran estas habilidades socioemocionales son capaces de relacionarse mejor con los demás, trabajar de manera cooperativa, resolver problemas de manera efectiva y mantenerse motivados para aprender (Hernández et al., 2018).

Por otra parte, lo anterior se puede relacionar con la inteligencia emocional, debido a que contiene un conjunto de habilidades psicológicas que involucran la percepción, comprensión, control y gestión de las emociones propias y de los demás. Una persona con inteligencia emocional es capaz de manejar sus emociones de manera efectiva para lograr resultados positivos en sus relaciones interpersonales y en su vida en general (Goleman, 2008)

Así pues, las personas con inteligencia emocional poseen ventajas prácticas, como la empatía, la motivación, la autoconciencia y el control emocional, que son fundamentales para el éxito en las relaciones personales, familiares y laborales. Además, estas habilidades influyen en el funcionamiento de las organizaciones, afectando la eficiencia y la satisfacción en el trabajo en equipo (Hernández et al., 2018).

De igual manera, la inteligencia emocional también ha tenido un impacto significativo en el ámbito educativo al resaltar la importancia de los aspectos emocionales en la relación entre

docentes y alumnos. Tanto la inteligencia emocional del docente como la del alumno son determinantes para el éxito del proceso de enseñanza y aprendizaje (Hernández, et al., 2018).

Además, existen estudios científicos sobre la inteligencia emocional exploran diversos aspectos, desde el desarrollo emocional durante la infancia y adolescencia hasta los factores biológicos y anatómicos que influyen en las emociones. En la literatura científica, existen dos grandes modelos de inteligencia emocional: el modelo mixto, que combina habilidades emocionales con elementos de la personalidad, y el modelo de habilidad, que se enfoca exclusivamente en el procesamiento emocional de la información. Aunque el primer modelo es más conocido, el segundo cuenta con un mayor respaldo dentro de la comunidad científica (Goleman, 2008).

1.3. Formación Socioemocional

De acuerdo con lo ya visto, hasta ahora, podemos definir que es la formación socioemocional, siendo un proceso educativo que busca desarrollar individuos con las habilidades necesarias para comprender y gestionar sus emociones, establecer y mantener relaciones positivas, tomar decisiones responsables, y enfrentar los desafíos de la vida diaria y la interacción social de manera efectiva. Este proceso es fundamental para contribuir a una convivencia armoniosa y solidaria en la comunidad, es crucial para el bienestar personal y el éxito en diversas áreas de la vida, incluyendo el ámbito académico, social y profesional (UNESCO, 2024).

De esa manera, en nuestra actualidad, se vio en la necesidad de poder formar ciudadanos con este nuevo enfoque combinando un conocimiento científico y humano, con la finalidad de que cada individuo pueda enfrentar desafíos técnicos, éticos y sociales. Esta formación será impulsada por el profesorado, quien se encargará de desarrollar competencias socioemocionales dentro del aula, de esa manera, se contempla el desarrollo personal, la

relación interpersonal e intrapersonal, y por supuesto, la prevención de la violencia (Paz y Muñoz, 2019).

Además, es importante considerar la formación de los profesores, ya que, se tendría que reflexionar diversos aspectos como relacionados con las competencias intrapersonales (autoconocimiento) como también las interpersonales (convivencia y colaboración). Estas competencias ayudan a los estudiantes a mejorar su autoestima, rendimiento académico, salud mental, y habilidades sociales. También contribuyen a un mejor clima en las aulas y a la prevención de conductas antisociales (Paz y Muñoz, 2019).

Entonces, la formación socioemocional es necesaria en cada uno de los docentes de todos los niveles educativos, debido a que en el salón de clases es un espacio donde se lleva a cabo diversas interacciones sociales y emocionales, las cuales, influyen en el desarrollo del aprendizaje. Puede que algunos docentes consideren trabajar con una inteligencia emocional en su día a día, esta puede ser definida como la capacidad de percibir, comprender y regular las emociones, teniendo un impacto positivo en los estudiantes (Brito et al., 2022).

Además, en el trabajo de Brito y otros (2022), mencionan que la formación en competencias emocionales es crucial para que los docentes puedan gestionar adecuadamente sus emociones y las de sus estudiantes, creando un ambiente de aula favorable. También señalan que se pueden trabajar con algunos programas que promuevan temas de desarrollo emocional para docentes, para contribuir, más adelante, en el bienestar general, mejoran la salud física y mental, y aumentan el éxito profesional de los estudiantes (Brito et al., 2022).

No obstante, no podemos decir que todo es de color de rosas, debido a que no todos los docentes cuentan con una inteligencia emocional o se les complica gestionar sus emociones, generando y experimentando, en ocasiones, situaciones de insatisfacción y estrés, con ello se podría explicar el malestar un proceso dinámico que resulta de la interacción continua entre él y su entorno (Sureda y Colom, 2002).

Los posibles factores que influyen negativamente en la motivación docente incluyen el contexto social, la percepción social del docente, y los desafíos de la práctica docente, como la delincuencia escolar. Además, otro factor relevante podría ser la evaluación continua del trabajo docente, si no es objetiva, puede perjudicar la autoestima del profesor (Sureda y Colom, 2002).

Para poder abordar esta insatisfacción que suelen tener los docentes, en el trabajo de Sureda y Colom (2002), proponen un modelo de formación integral que combine inteligencia racional, emocional y actitudinal. Este busca desarrollar competencias en el manejo de las emociones, la motivación personal, el reconocimiento de las emociones ajenas, y el control de las relaciones interpersonales.

La propuesta sugiere que los currículos docentes deben integrar aspectos científicos y emocionales para favorecer el desarrollo cognitivo y el equilibrio psíquico. Enfatizando la necesidad de educar a los docentes en estas competencias para mejorar su bienestar personal y profesional (Sureda y Colom, 2002).

Por otra parte, la importancia de la gestión de la convivencia escolar, se ha convertido en uno de los cuatro ejes clave de la gestión escolar junto con la gestión pedagógica, de liderazgo y de recursos. En Chile, se propuso una gestión de la convivencia escolar organizada en tres subdimensiones: formación integral de los estudiantes, creación de un ambiente propicio para el desarrollo personal y social, y fomento de la participación democrática (Paz et al., 2018).

Lo anterior, contiene dos paradigmas de convivencia escolar: uno de control y sanción, y otro de convivencia democrática. El enfoque tradicional de control se basa en el castigo y la imposición de normas, mientras que el enfoque democrático fomenta la participación, la construcción conjunta de normas y la reflexión crítica. Además de que, el enfoque democrático, puede ayudar a que los estudiantes puedan expresar su pensar, pero también su sentir en situaciones de inconformidad, expresándose de una manera asertiva (Paz et al., 2018).

De acuerdo con Paz y otros (2018), el trabajar con un enfoque de convivencia democrático, puede promover una formación socioemocional, previniendo la violencia y fortaleciendo el sentido de pertenencia y la participación en la comunidad escolar. Este enfoque busca crear un ambiente acogedor y seguro, donde se desarrollen habilidades socioemocionales, lo que a su vez mejora el bienestar, la motivación y el rendimiento de los estudiantes (Paz et al., 2018).

Al mismo tiempo, la gestión de la convivencia escolar es fundamental adoptar un enfoque formativo y participativo, pero también, se puede considerar inclusivo, eso se debe a que todos los actores de la comunidad educativa se hacen corresponsables en la promoción de un ambiente seguro y respetuoso (Paz et al., 2018).

La investigación de Paz, Becerra y Moncada (2018), revela que los estudiantes valoran las prácticas de convivencia escolar debido a la claridad de las normas, pero perciben como débiles las acciones formativas para la no violencia. Se destaca la necesidad de intervenciones sistemáticas que fortalezcan las competencias socioemocionales y promuevan la participación activa de estudiantes y familias, además de incluir estas competencias en los currículos de educación superior para mejorar la convivencia escolar. Ampliando la necesidad de contemplar una práctica socioemocional dentro y fuera de un aula.

De acuerdo a lo que se ha hablado, en relación a la formación socioemocional, la UNESCO Santiago y la Fundación Súmate (2024), en el 2022, publicaron el documento Transformar-nos: Marco para la transformación educativa basado en el aprendizaje socioemocional en América Latina y el Caribe, promueve procesos colectivos de transformación en centros educativos para fomentar una sociedad más solidaria, diversa, inclusiva y democrática.

Para implementar lo anterior, ambas instituciones lanzaron dos manuales con el propósito de que se trabajara de ambos lados como docente y estudiante. El manual facilitador (docente) se enfoca en la formación profesional por competencias, organizándose en módulos

que integran conceptos y actividades reflexivas basadas en experiencias educativas. Por su parte, el manual de construcción para participantes (estudiantes) sirve como herramienta para documentar y guiar el proceso de cambio, permitiendo a los participantes recopilar información y tomar decisiones como comunidad (UNESCO, 2022).

2. Concepto Teórico del Aprendizaje Significativo

Comprender la educación socioemocional es fundamental, pero también es crucial entender el aprendizaje significativo, ya que este es clave para desarrollar habilidades socioemocionales tanto dentro como fuera del aula. Podemos entender que, el aprendizaje significativo es un proceso en el que el nuevo conocimiento se integra de manera profunda y lógica con la estructura cognitiva existente del estudiante. A diferencia del aprendizaje basado en la memorización, del cual se profundizará más adelante, este tipo de aprendizaje requiere que el estudiante esté predispuesto a aprender y que el contenido sea relevante y significativo para él (Moreira, 2017).

Este enfoque, además, de brindar una interacción activa entre la nueva información y los conocimientos previos, permite la retención de la información, también su aplicación en diferentes contextos. Así, el aprendizaje significativo no se trata sólo de acumular datos, sino de construir un conocimiento más profundo y conectado, que puede ser utilizado en diversas situaciones de la vida (Moreira, 2017).

De igual modo, Carneros (2018) indica que el aprendizaje significativo promueve un conocimiento en el cual el estudiante parte de la selección, recolección y análisis de la información, relacionándola con sus conocimientos previos y experiencias vividas. De esa manera, podemos deducir que el aprendizaje significativo es una estrategia que promueve aprendizajes con sentido, conectado con el contexto socioeducativo del aprendiz, de modo que se convierten en conocimientos útiles en diversas situaciones (citado en Baque y Portilla, 2021).

2.1. Principios Fundamentales

El aprendizaje significativo, según diversos autores, se basa en la capacidad del estudiante para relacionar los nuevos conocimientos con los previos, lo que le permite asignar significado a lo aprendido y aplicarlo en distintas situaciones de la vida. Carneros (2018) señala que el aprendizaje significativo implica que el estudiante participe activamente en la selección, recolección y análisis de la información, relacionándola con sus conocimientos previos y experiencias cotidianas resaltando a dos autores importantes Ausubel y Vygotsky (citado en Baque y Portilla, 2021).

Por otra parte, Ausubel (1983) se basa en la idea de que el aprendizaje ocurre cuando las personas interactúan con su entorno para dar sentido a lo que perciben. Se opone al aprendizaje memorístico y enfatiza la importancia de relacionar nuevos conocimientos con los previos (citado en Rivera, 2004).

Además, Ausubel (1983) menciona que el aprendiz puede atribuir utilidad al nuevo contenido aprendido, relacionándolo con su conocimiento previo. Requiere la presencia de un profesor mediador y la participación activa del alumno en su autorrealización. Este tipo de aprendizaje se caracteriza por una serie de actividades y actitudes significativas que conducen a un cambio relativamente permanente en los contenidos de aprendizaje del individuo (citado en Rivera, 2004).

El aprendizaje significativo implica aprovechar el conocimiento previo para adquirir nuevas habilidades de manera autónoma, considerando a Vygotsky (1995; citado en Trejo, 2018), quien considera importante la interacción con el entorno y la existencia de una "zona de desarrollo próximo" que puede ser alcanzada con la ayuda de un tutor. Estas perspectivas teóricas nos ayudan a entender cómo mejorar nuestro proceso de aprendizaje autónomo.

Además, Vygotsky (1995), mencionó que el andamiaje proporcionado por compañeros avanzados es esencial para que el aprendiz cierre la brecha entre su zona de desarrollo actual

y su zona de desarrollo próximo. El andamiaje, se refiere a la diferencia entre lo que uno puede hacer solo y lo que puede lograr con ayuda. Por otro lado, la teoría del aprendizaje significativo de acuerdo con Ausubel (1983), resalta la importancia de relacionar el nuevo conocimiento con el previo, esto implica que el aprendizaje debe tener sentido para el individuo, y no ser arbitrario o memorístico (citado en Trejo, 2018).

La importancia del aprendizaje significativo, radica en su capacidad para nutrir continuamente el conocimiento a lo largo de la vida, permitiendo que los aprendizajes perduren y se apliquen en diferentes contextos. Esta visión se alinea con el concepto de aprendizaje a lo largo de la vida, que abarca todas las posibilidades de formación en cualquier momento y ámbito de la vida de una persona (Baque y Portilla, 2021).

El aprendizaje significativo implica tres fases: exposición, asimilación y producción, además, requiere motivación personal para aprender y puede potenciar las habilidades del aprendizaje autónomo. Este último implica monitorear y evaluar el propio proceso de aprendizaje, desarrollando habilidades como búsqueda de información, organización, toma de decisiones y autorregulación (Trejo, 2018).

Entre las ventajas del aprendizaje significativo se destaca el alto nivel de participación de los estudiantes, la facilidad para conceptualizar los contenidos y la integración de los conocimientos adquiridos con la vida cotidiana. Para que se produzca un aprendizaje significativo, es necesario que el estudiante esté motivado y que el material de aprendizaje sea potencialmente significativo, es decir, relevante y relacionable con su estructura cognitiva (Baque y Portilla, 2021).

Finalmente, las estrategias para un aprendizaje significativo incluyen la creación de procedimientos basados en la vida real, la delegación de responsabilidades al estudiante y la confianza en sus capacidades para resolver problemas y buscar información de manera autónoma. Las estrategias significativas buscan promover un aprendizaje innovador y perdurable en el tiempo facilitando un recuerdo visible y presente (Baque y Portilla, 2021).

2.2. Aprendizaje Significativo vs Aprendizaje Memorístico

De esa manera, se considera importante conocer el aprendizaje significativo para comprender mejor su relevancia en la educación, debido a que este puede ayudar a perdurar el conocimiento a lo largo de la vida. No obstante, no es el único aprendizaje, existen varios tipos de aprendizajes, pero con el que contrasta es con el aprendizaje memorístico, utilizado en la educación tradicional o mecánica (Trejo, 2018).

El aprendizaje memorístico, se centra en memorizar o repetir información como definiciones, fechas o conceptos sin alguna comprensión, además de que la información se almacena en la memoria de corto plazo, es decir, tiende a ser olvidada fácilmente. Al contrario del aprendizaje significativo, esta logra llegar a la memoria de largo plazo debido a que los conocimientos se irán entrelazando poco a poco con los previos y los nuevos, agregando que, se implementa la reflexión dentro del conocimiento (Cladera, 2013).

No obstante, el aprendizaje significativo ha estado presente por mucho tiempo en el sistema educativo, que junto a un enfoque tradicional prioriza la memorización y la repetición sobre la participación activa de los estudiantes. Este enfoque ha fomentado una educación pasiva, donde los alumnos adquieren conocimientos de manera superficial y sin una comprensión real, lo que limita su desarrollo intelectual y su capacidad para aplicar lo aprendido en diversas situaciones (Galván y Siado, 2021).

Además, el aprendizaje memorístico suele generar a un pensamiento conformista que restringe la creatividad y la proactividad de los alumnos. Está enfocado en la autoridad del docente y la repetición de contenidos, este enfoque perjudica la calidad del proceso de enseñanza y aprendizaje en algunos niveles educativos. Para mejorar la educación, es fundamental implementar ideas innovadoras que transformen las metodologías tradicionales, impulsando una enseñanza activa y participativa que prepare de manera más efectiva a los estudiantes para enfrentar los retos futuros (Cladera, 2013).

Por otra parte, el aprendizaje memorístico, tiene un vínculo con el modelo pedagógico tradicional, eso se debe a que se basa en la transmisión unidireccional del conocimiento, es decir, del docente a estudiante. Este modelo también reconoce al docente como una figura de autoridad incuestionable, y los estudiantes son receptores pasivos, que trabajan con repetición y memorización de contenidos e información (Pérez, 2006).

Históricamente, la pedagogía tradicional surgió para transmitir conocimientos en una sociedad en cambio, y desde la antigüedad, favorecía la formación de una élite intelectual. Este modelo establecía una clara división de roles entre las clases sociales, usando la escuela para mantener el orden social, centrado en transmitir conocimientos sin tomar en cuenta la experiencia individual del estudiante. Además, de que, este sistema, está inspirado en ideales medievales de disciplina, virtud y voluntad, busca formar el carácter de los estudiantes a través de la imitación del buen ejemplo que encarna el maestro (Pérez, 2006).

De igual manera, la educación tradicional a apoyado en la preservación del orden social, preparando a las clases altas para liderar y a las bajas para obedecer, perpetuando prácticas que aún persisten en la educación actual, enfocadas en la autoridad y la transmisión de conocimientos sin consideración por la experiencia individual del estudiante, además, de que se le da la autoridad al maestro, utilizando recompensas y castigos para inculcar disciplina y esfuerzo en los estudiantes (Pérez, 2006).

Actualmente, los métodos tradicionales de enseñanza no han sido adaptadas a las nuevas necesidades educativas y de aprendizaje, donde la tecnología y la cultura digital requieren un enfoque más dinámico y flexible. Sin embargo, el sistema educativo tradicional, de alguna manera, sigue separando a los estudiantes de manera rígida, tratando la educación como una fábrica que produce resultados uniformes (Galván y Siado, 2021).

Aunque, no podemos llegar a la conclusión de que el aprendizaje memorístico sea un aprendizaje que no se debería de ocupar en ningún espacio, el problema es que se limita a repetir la información de envés de entenderla, sin embargo, si es requerida y ocupada en

algunos casos como: el aprenderse las tablas de multiplicar, poesía o hasta en la misma rama de medicina (Cladera, 2013).

2.3. Aplicación del Aprendizaje Significativo en la Educación

Si bien, el aprendizaje significativo ayuda a mejorar la comprensión de la información mediante la reflexión y relacionando el conocimiento previo con el conocimiento nuevo para poder ir estructurando una propia definición o pensamiento. Además, el conocimiento será perpetuado por más tiempo, al contrario del aprendizaje memorístico, el cual, será olvidado con el paso del tiempo (Díaz y Hernández, 2002).

También, el saber aplicar el aprendizaje significativo en la educación es importante, debido a que se puede generar un aprendizaje propio y subjetivo, esto ayuda a que las personas puedan cuestionar su realidad sin ser otra oveja en el rebaño que sólo acata ordenes sin cuestionar lo que está aprendiendo (Díaz y Hernández, 2002).

Además, el aprendizaje significativo está relacionado con el constructivismo, este último, es un proceso activo, donde los estudiantes construyen su propio conocimiento a partir de la interacción con su entorno y la integración de experiencias previas. Al igual que el aprendizaje significativo, no busca recibir información de manera pasiva, sino que, el estudiante es el protagonista de su aprendizaje, reorganizando y transformando el conocimiento para darle sentido y aplicarlo en diferentes contextos (Díaz y Hernández, 2002).

De acuerdo con Díaz y Hernández (2002), mencionan el valor que tiene el trabajar con el aprendizaje significativo y el constructivismo, debido que con ellas pueden desarrollar dos vertientes: los procesos psicológicos relacionados con el aprendizaje y los mecanismos educativos que promueven, guían y orientan el aprendizaje. Estos serán fundamentales para tener conocimiento en el ámbito social y físico, para que posteriormente el aprendizaje obtenido lo puedan utilizar en su vida diaria.

Sin embargo, la aplicación del aprendizaje significativo es, en ocasiones, complejo, debido a que la circunstancia de cada instancia educativa es diferente, además de que se busca un acercamiento con la propia cultura y una autenticidad en las prácticas haciéndolo cotidiano, significativo y relevante (Díaz y Hernández, 2002).

Pero, ¿Cómo estas prácticas serían relevantes? Eso se deberá al impacto cultural que tenga en esa instancia, además de la misma participación social y de las estrategias que se lleven a cabo dentro del aula para fortalecer un aprendizaje significativo (Díaz y Hernández, 2002).

Así mismo, esas prácticas también formarán parte del docente, ya que, buscará la forma de facilitar el conocimiento del estudiante, utilizando dos dimensiones en los estudiantes: la recepción y el descubrimiento. La primera no trata de memorizar la información, más bien, el que el contenido es presentado por el docente de manera organizada y estructurada al estudiante para su mejor entendimiento (Díaz y Hernández, 2002).

La segunda dimensión, el descubrimiento, es un proceso en el cual los estudiantes adquieren el conocimiento por sí mismos, descubriendo información nueva a través de la exploración, experimentación y resolución de problemas. El docente se encargará de guiar la información, por ejemplo, les dejan una actividad en donde los estudiantes busquen por su cuenta la respuesta utilizando diversos medios como lo tecnológico o su lógica, hasta su entorno social (Díaz y Hernández, 2002).

Pero, existe una disyuntiva, ¿Qué pasaría si uno de los estudiantes no cuenta con el aprendizaje previo para consolidar el nuevo? Es parte del trabajo docente poner a la par de conocimientos y aprendizaje todos los estudiantes, pero puede realizarlo mediante estrategias para que se siga avanzando en el aprendizaje, pero también nivelando el conocimiento del aula, porque si no se realiza este tipo de acciones se estaría aislando al estudiante y ya se estaría hablando de discriminación (Díaz y Hernández, 2002).

Por otra parte, Ausubel, Novak y Hanesian (1998), quienes mencionan que existen tres tipos principales de aprendizaje significativo:

- **Aprendizaje de representaciones:** Se refiere a aprender el significado de símbolos, generalmente palabras, que representan objetos o ideas. Por ejemplo, cuando un niño aprende la palabra "perro", la asocia con el objeto real. Este tipo de aprendizaje es fundamental, ya que nos permite comprender los símbolos que usamos para comunicar ideas. En especial en la etapa inicial.
- **Aprendizaje de conceptos:** Implica aprender ideas generales o categóricas, como "animal" o "mamífero". Este tipo de aprendizaje permite a los estudiantes comprender características comunes que definen una categoría y asociarlas con los términos adecuados.
- **Aprendizaje de proposiciones:** Es la combinación de palabras para formar ideas complejas, expresadas en oraciones o proposiciones. Aquí, no sólo se aprende el significado de las palabras individuales, sino también el de las ideas completas que se generan al combinarlas.

Estos tipos de aprendizaje se interrelacionan: primero se aprende a reconocer símbolos (representaciones), luego conceptos y, finalmente, se combinan para entender proposiciones o ideas más complejas. Al mismo tiempo, estos tipos de aprendizaje tienen relación con las etapas de desarrollo humano, las cuales cada una será utilizada con mayor frecuencia en esa etapa (Ausubel et al., 1998).

No obstante, el utilizar el aprendizaje significativo dentro del aula no garantiza un aprendizaje total, se deben de utilizar diversos métodos y estrategias para mejorar el aprendizaje y la enseñanza, lo anterior va a depender del grupo y población que se esté dirigiendo, además de las personalidades que tengan (Ausubel et al. 1998).

De esa manera, la capacidad de los seres humanos para este tipo de aprendizaje depende de habilidades cognitivas como la representación simbólica, abstracción y categorización. Aunque existen métodos como la repetición mecánica o la memorización, el aprendizaje significativo es crucial para adquirir grandes volúmenes de conocimiento de manera eficiente y duradera (Ausubel et al. 1998).

2.4. Estrategias de Enseñanza y Aprendizaje

Para poder llevar a cabo el aprendizaje significativo, se debe de considerar las estrategias de enseñanza, debido a que son vistos como medios y recursos para poder llevar a cabo la pedagogía (Díaz y Hernández, 2002).

Estas estrategias, según Díaz y Hernández (2002), suelen combinarse o utilizarse junto con motivaciones y el trabajo cooperativo para mejorar el desarrollo de la enseñanza y aprendizaje. De esa forma, hay que considerar los diversos factores al momento de aplicar alguna estrategia, como lo puede ser:

- Considerar las características generales de los estudiantes.
- Identificar el tipo de conocimiento, tanto general como específico del contenido curricular, que se va a tratar.
- Definir el objetivo a alcanzar y las actividades cognitivas y pedagógicas que los estudiantes deben realizar para lograrlo.
- Supervisar el proceso de enseñanza y monitorear el progreso y aprendizaje de los alumnos.
- Establecer el contexto de interacción creado con los estudiantes hasta ese momento.

Lo anterior, tiene la finalidad de verificar si se está llevando de manera adecuada la enseñanza y el aprendizaje, y si de alguna manera llegase a faltar alguna de estos puntos, se

trabajaría para tener un mejor impacto en el aprendizaje, en pocas palabras, priorizar el aprendizaje de los estudiantes con ayuda de la pedagogía (Díaz y Hernández, 2002).

Al mismo tiempo, existen dos ámbitos, uno de ellos es estrategias de enseñanza y el otro es estrategias de aprendizaje. El primero va dirigido hacia el trabajo docente y el segundo son las herramientas que el mismo estudiante para mejorar su aprendizaje (Guerrero, 2019).

Las estrategias de aprendizaje son importantes debido a que con ellas el docente podrá trabajar para lograr obtener un aprendizaje significativo adecuado y supervisado. Además, cuando se esté llevando a cabo las estrategias, estas se deberían realizar mediante fases como lo son: la fase inicial (preinstruccionales), durante (coinstruccionales) y al final (pos instruccionales; Díaz y Hernández, 2002).

La primera fase, la inicial o pre instruccional, el docente prepara y orienta al estudiante sobre qué y cómo va a aprender (activando conocimientos y experiencias previas relevantes), y lo ayudan a situarse en el contexto adecuado de aprendizaje. Por ejemplo, se empezaría por definir los objetivos de la clase y hacer una recapitulación de lo que se vio en una clase previa a esa (Guerrero, 2019; Díaz y Hernández, 2002).

Dentro de la fase co instruccional, en este punto, los docentes facilitan la comprensión de los contenidos mientras se lleva a cabo la enseñanza o se lee el material educativo. Al mismo tiempo, ayudan a identificar la información clave, estructurar los conceptos, y visualizar cómo se relacionan entre sí, manteniendo la atención y motivación del estudiante. Por ejemplo, pueden ocupar ilustraciones, redes semánticas, mapas conceptuales y analogías, entre otros, para la mejora de la enseñanza (Guerrero, 2019; Díaz y Hernández, 2002).

Por último, la fase final o post instruccional, se trabaja después del contenido estudiado y ayudan al estudiante a tener una visión global, integradora e incluso crítica del material. También le permiten evaluar su propio aprendizaje. Por ejemplo, preguntas intercaladas, resúmenes finales o mapas conceptuales (Guerrero, 2019; Díaz y Hernández, 2002).

De esa manera, Guerrero (2019) elabora un cuadro basado en el trabajo de Díaz y Hernández (2002) con el objetivo de proporcionar una mejor visualización de las diversas estrategias de enseñanza según su finalidad, como se observa en la Tabla 1. Por ejemplo, el docente puede aprovechar los conocimientos previos de los estudiantes mediante un repaso de los puntos clave, facilitando que los estudiantes los recuerden y apliquen en algún problema o actividad. Además, la implementación de estas estrategias puede variar según el grupo de estudiantes al que se dirija.

Tabla 1

Estrategias de Enseñanza Según su Finalidad

Finalidad	Ejemplos
1. Activar y usar los conocimientos previos, y generar expectativas apropiadas en los alumnos.	- Actividad focal introductorias - Discusiones guiadas - Actividad generadora de información previa - Objetivos o intenciones
2. Mejorará la integración constructiva entre los conocimientos previos y la nueva información por aprender.	- Organizadores previos - Analogías
3. Discursiva y enseñanza.	- El discurso docente: explicar y convencer
4. Ayuda a organizar la información nueva por aprender.	- Mapas conceptuales - Cuadros C-Q-A - Cuadros sinópticos - Cuadro de doble columna - Organizadores de clasificación - Diagramas de flujo - Líneas de tiempo
5. Promueve una enseñanza situada.	- Aprendizaje basado en problemas - Aprendizaje basado en el análisis y discusión de casos - El aprendizaje mediante proyectos
6. Mantener la atención y favorecer la práctica, la retención y la obtención de información relevante.	- Señalizaciones - Preguntas intercaladas - Resúmenes - Ilustraciones

Nota. La tabla ofrece una visión general de cómo diferentes estrategias de enseñanza pueden contribuir a diferentes aspectos del proceso de aprendizaje. Reproducida de Guerrero (2019).

Este cuadro puede ser una herramienta útil para que los docentes implementen en sus clases, ofreciendo a los estudiantes un acompañamiento adecuado para mejorar sus habilidades y conocimientos en su vida diaria. Sin embargo, esta labor no recae únicamente en el docente, sino que es un esfuerzo conjunto (Díaz y Hernández, 2002).

Como se mencionó anteriormente, el docente puede esforzarse al máximo para guiar el proceso de enseñanza, pero si los estudiantes no se esfuerzan por aprender o mejorar, todo ese trabajo será en vano. Por ello, Díaz y Hernández (2002) propusieron diversas estrategias de aprendizaje que pueden ser aplicadas tanto por estudiantes como por docentes.

Las estrategias de aprendizaje también se pueden visualizar como procesos mentales que el estudiante utiliza para aprender, constituyendo una serie de pasos cognitivos y operativos que emplea para asimilar la información y lograr un aprendizaje significativo (Guerrero, 2019).

Para comprender mejor las estrategias de aprendizaje, Guerrero (2019), sintetiza el trabajo de Ferreiro (2004), se puede ver en la Tabla 2, en él se ven algunas acciones que se pueden realizar para mejorar el aprendizaje, como observar, repasar, mapas, entre otros, los anteriores serán clasificados mediante su finalidad, como lo puede ser la comunicación, interpretación comprensión, entre otros. No obstante, lo anterior, se debe de trabajar mediante el acompañamiento del docente debido a que este va ser el enlace con el conocimiento, debido a que en ocasiones la información no es tan clara para los estudiantes (Guerrero, 2019).

Tabla 2

Estrategias de Aprendizaje

Se Clasifican en	Acciones que se Realizan
Adquisición	- Observación - Búsqueda de la información - Manejo de fuentes documentales - Selección de la información - Toma de notas y apuntes - Subrayar - Repaso y retención

	- Recirculación
Interpretación	- Decodificación de la información - Aplicación de modelos para interpretar situaciones - Uso de analogías y metáforas
Análisis y razonamiento	- Análisis y comparación de modelos - Razonamiento y realización de inferencias - Investigación y solución de problemas
Comprensión y organización	- Comprensión del discurso oral y escrito - Establecimiento de relaciones conceptuales - Elaboración de mapas conceptuales
Comunicación	- Expresión oral - Expresión escrita - Expresión a través de información: gráfica numérica, icónica

Nota. La tabla muestra cómo es el proceso de aprendizaje. Reproducida de Guerrero (2019).

Por último, el papel del docente en la promoción del aprendizaje significativo en el aula implica no sólo acompañar, sino también guiar y supervisar de manera constante tanto el proceso de enseñanza como el de aprendizaje de los estudiantes. Para lograr esto, el docente debe emplear diversas estrategias didácticas y herramientas que faciliten la comprensión profunda de los contenidos, buscando que el conocimiento se almacene en la memoria a largo plazo. De esta manera, los estudiantes podrán no sólo recordar lo aprendido, sino también aplicarlo de manera relevante en su vida cotidiana, desarrollando habilidades prácticas y significativas que perduren más allá del entorno escolar (Guerrero, 2019; Díaz y Hernández, 2002).

3. Los Jóvenes y Adolescentes

Es necesario aclarar que la adolescencia y los jóvenes son palabras similares, debido a que la palabra joven ya está incluida en la definición de adolescente, en este apartado se tomará en cuenta la palabra adolescente, ya que, muchos autores se refieren a esta etapa de esa manera, adolescentes (Real academia española, 2014).

De igual manera, a pesar de la diversidad de enfoques, existen teorías contradictorias y confusas respecto a la adolescencia. Sin embargo, cada disciplina puede ofrecer formulaciones teóricas claras y distintas. Se sugiere que es más preciso caracterizar la adolescencia que

definirla, ya que las definiciones pueden variar dependiendo del enfoque disciplinario (Lozano, 2014).

3.1. Etapa de Desarrollo

La adolescencia es una etapa crucial en el desarrollo humano, su concepto se ha ido estructurando a lo largo de los años, Papalia y Martorell (2017) mencionaron que, parte de una estructura social y cultural, esta etapa va a variar en la edad según el lugar y el contexto histórico y social donde se encuentre.

Por otra parte, se le asemeja a esta etapa con la transición hacia la adultez o se relaciona con la pubertad, los dos conceptos anteriores son totalmente diferentes a la adolescencia, el primero es posterior a la adolescencia, mientras que, la pubertad será el antecesor de esta etapa. Al querer otorgarle un solo concepto a la adolescencia se puede caer en lo ambiguo, no obstante, podemos considerar que se caracteriza mediante una serie de influencias como lo puede ser lo social, histórico y cultural (Lozano, 2014).

De igual manera, podemos identificar a la etapa de la adolescencia mediante los cambios físicos, sociales y emocionales; que van a ser importantes para la definición de su identidad y para el desarrollo de su autonomía (Lozano, 2014).

En esta etapa, los jóvenes, experimentan una serie de cambios físicos y emocionales significativos que marcan una transición; los caracteres físicos secundarios que se denotan dentro de este desarrollo humano como el crecimiento del vello púbico (tanto en los hombres como las mujeres), el crecimiento de los senos en las mujeres y el desarrollo de la musculatura en los hombres, son indicadores del progreso en su maduración sexual (Iglesias, 2013).

Al mismo tiempo, la adolescencia se diferencia de otros conceptos como pubertad y juventud, debido a que se centra en las características que son propias de la adolescencia como etapa de transición. A pesar de la superposición con otras etapas de la vida, se busca

delimitar y comprender mejor el fenómeno de la adolescencia desde diferentes enfoques teóricos (Lozano, 2014).

Si nos concentramos en explicar cada uno de las características físicas de cada género tenemos que, a las mujeres, además del crecimiento de los senos y el desarrollo del vello púbico; existe un aumento acelerado en la altura debido a la hormona del crecimiento, conocido como estirón puberal, también comienzan a tener su ciclo menstrual. En los chicos, además del desarrollo muscular y del vello corporal, se produce el alargamiento del pene, las primeras erecciones y la primera eyaculación (Papalia y Martorell, 2017).

Estos cambios físicos son parte natural del proceso de crecimiento y desarrollo durante la adolescencia, que suele comenzar entre los 13 y 15 años y estabilizarse alrededor de los 19 años; la adolescencia también está marcada por cambios emocionales, como la búsqueda de independencia y la experimentación con las relaciones románticas y sexuales (Lillo, 2004).

Además, durante la adolescencia se experimenta un fuerte despertar sexual, manifestado en juegos grupales y relaciones de pareja cargadas de erotismo. Al mismo tiempo, surgen sentimientos de afecto, empatía y valores morales que ayudan a equilibrar la intensidad del impulso sexual (Céspedes, 2013).

La UNICEF (2020), mencionó que la etapa de la adolescencia es un tabú en algunas sociedades, debido a que los considera como problemáticos, apáticos e irresponsables, en realidad, esta etapa ofrece muchas oportunidades para el aprendizaje y el desarrollo de habilidades.

No obstante, en la etapa de la adolescencia, el cerebro sigue experimentando transformaciones especialmente en áreas relacionadas con la inteligencia y la integración del yo. Los adolescentes se tornan más conscientes de sus procesos mentales y experimentan un despertar intelectual que los lleva a creer que tienen la verdad y pueden desafiar a los adultos. Que en pocas palabras podemos decir que ya son conscientes de sus actos (Céspedes, 2013).

Así, la adolescencia es un tema que despierta un gran interés en la sociedad actual, provocando debates entre diferentes actores como científicos sociales, educadores, padres, políticos y ciudadanos. Este tema es abordado desde diversas disciplinas como la antropología, psicología, biología del desarrollo, sociología e historia, entre otras. Cada una de estas disciplinas ofrece enfoques teóricos y metodológicos diferentes para su estudio (Lozano, 2014).

Durante la adolescencia, se sienten atrapados entre la infancia y la adultez, o en ocasiones, se sienten incomprendidos, además, experimentan momentos de madurez y responsabilidad, que, en ocasiones, los adultos prefieren no tomar en cuenta este crecimiento cognitivo y formativo, es importante comprender esta etapa antes de ir en contra de sus acciones (UNICEF, 2020).

3.2. Aspectos Socioemocionales en los Jóvenes

Si nos adentramos más en lo que sucede durante la adolescencia, podemos considerar que no hay una capacidad del control de impulsos, dando como resultado a un comportamiento de riesgo. Además, los adolescentes pueden volverse agresivos, inestables emocionalmente y cuestionar las órdenes parentales mientras buscan independencia y construyen relaciones significativas con sus compañeros (López, 2021).

De ese modo, durante la adolescencia, la educación emocional juega un papel fundamental, las emociones, lejos de ser obstáculos para la racionalidad, son esenciales para el desarrollo de habilidades de relación e inteligencia (López, 2021).

Así mismo, durante la adolescencia, se experimentan cambios significativos, como ya se había mencionado, los aspectos sociales y emocionales, marcando la transición hacia la vida adulta. Desde una perspectiva psicológica, este período se caracteriza por el desarrollo de nuevas habilidades y la adquisición de comportamientos que influyen en la forma en que los individuos interactúan con el mundo que los rodea (Pérez et al., 2020).

Además, la adolescencia es una etapa crucial en la vida de un individuo, podemos encontrar que es una etapa de vulnerabilidad para los adolescentes debido a que emocionalmente no están equilibrados y pueden tener crisis emocionales, según la UNICEF (2020), las crisis emocionales pueden afectar a personas de todas las edades, generando angustia, ansiedad y emociones intensas como el miedo o la frustración.

En relación a las emociones, juegan un papel crucial en la existencia humana y en esta etapa, ya que no sólo proporcionan un elemento diferenciador, sino que también influyen en procesos psicológicos como la memoria y el pensamiento. En años recientes, se ha desarrollado una línea de investigación centrada en las emociones, desafiando las ideas tradicionales de que la afectividad y la racionalidad son aspectos opuestos. Considerando que las emociones no son obstáculos para la racionalidad, sino que contribuyen a hacerla más efectiva (Colom y Fernández, 2009).

De modo, en el ámbito emocional en los adolescentes, estos últimos buscan estímulos más intensos para disfrutar la vida, ya que en esta etapa se da el comienzo del goce. Se cree que este comportamiento puede ser una adaptación evolutiva del hombre como cazador y guerrero, lo que requería una mayor receptividad a estos estímulos. Dentro de sus grupos de pares, los jóvenes se sienten valientes, poderosos e invencibles, lo que aumenta la intensidad de las experiencias compartidas (Céspedes, 2013).

Así pues, la adolescencia también conlleva cambios emocionales significativos, que a menudo son desproporcionados y difíciles de manejar. Los adolescentes experimentan fluctuaciones en su estado de ánimo, pasando fácilmente de la risa al llanto sin razón aparente. Además, tienden a centrarse en sí mismos, lo que puede llevar a sentimientos de soledad y aislamiento, así como a cambios en la forma en que expresan sus emociones (Pérez et al., 2020).

Por lo tanto, cuando un adolescente enfrenta una crisis emocional, es fundamental ofrecer apoyo de manera adecuada, siendo un apoyo para ellos, considerando una escucha

atenta y sin interrupciones, mostrar empatía genuina, reconocer el valor de la angustia, enseñar técnicas de relajación, expresar confianza en su capacidad para superar la situación, ofrecer ayuda para resolver el problema si es aceptada, dividir el problema en partes y buscar soluciones prácticas para lo que se puede cambiar (UNICEF, 2020). Al mismo tiempo, se puede considerar un modelo que propone identificar estados de identidad que están determinados por la presencia de crisis y compromiso en la toma de decisiones (Papalia y Martorell, 2017).

Además, durante esta etapa, las competencias emocionales experimentan un importante desarrollo debido a los cambios biológicos, intelectuales y de identidad personal que se experimentan. Los adolescentes adquieren, en ocasiones, una mayor conciencia y comprensión de sus emociones, así como de las emociones de los demás, se vuelven más capaces de regular sus estados emocionales y de adaptarse a diferentes situaciones sociales (Colom y Fernández, 2009).

También, la falta de competencias emocionales durante la adolescencia puede tener graves repercusiones en la vida cotidiana, como problemas de identidad, estrés, depresión y comportamientos problemáticos o de riesgo. Es por eso que es crucial promover el desarrollo de competencias emocionales desde la infancia, ya que esto puede prevenir o disminuir problemas emocionales y comportamentales en la adolescencia y más adelante en la vida adulta (Colom y Fernández, 2009).

De igual manera, en la parte de la búsqueda de la propia identidad, se exploran diversas opciones y se establecen relaciones significativas. Además, este período es fundamental para el desarrollo de la sexualidad y para enfrentar desafíos como la conducta antisocial. Según un enfoque psicológico, la búsqueda de identidad implica una lucha entre la claridad de identidad y la confusión de la misma, y se construye a partir de la elección de ocupación, valores y una identidad sexual satisfactoria (Papalia y Martorell 2017).

No obstante, como ya se había mencionado, los cambios biológicos son una parte importante de la adolescencia, pero también lo son los cambios sociales, que incluyen la adquisición de habilidades para la vida independiente y la formación de nuevas relaciones interpersonales. Entre estas habilidades se encuentran el autocuidado, la independencia emocional, el establecimiento de relaciones más complejas y la internalización de sistemas de valores (Pérez et al., 2020).

De esa manera, en el ámbito social, los adolescentes buscan independizarse de sus padres y establecer relaciones con personas de su misma edad. La identidad y el rol sexual son aspectos que comienzan a explorarse durante esta etapa, lo que puede implicar la experimentación con nuevas relaciones y la exploración de la sexualidad. También se observa una tendencia hacia la internalización de valores propios, aunque en algunos casos esto puede dar lugar a conductas de riesgo o asociales (Pérez et al., 2020).

La formación de la identidad étnica y de género también juegan un papel importante en la adolescencia y su entorno social, debido a que suele ser influenciado de cómo una persona lo percibe y cómo se relaciona consigo misma y con los demás. La sexualidad es un aspecto crucial en el desarrollo de la identidad, donde la orientación sexual se aclara y las relaciones románticas adquieren mayor importancia (Papalia y Martorell, 2017).

Se podría ejemplificar en varias películas y series actuales, como la serie "Merlí". Esta serie española gira en torno a un maestro de filosofía llamado Merlí, quien enseña a sus estudiantes de 1º año de Bachillerato acerca de grandes filósofos como Pitágoras, Platón, Aristóteles, entre otros, desde una perspectiva contemporánea. A lo largo de los episodios, la serie aborda los diversos problemas que enfrentan los jóvenes estudiantes en sus vidas cotidianas, ya sea en casa, en la escuela o en la calle, tratando temas como la sexualidad, la comunicación con sus pares y familiares, responsabilidades excesivas, la aceptación social, y el valor personal, entre otros. Cada uno de estos temas se desarrolla a lo largo de los capítulos, donde el maestro Merlí identifica estos problemas y trata de brindar apoyo a cada uno de sus

estudiantes. Un ejemplo notable es el caso de Pol, conocido como el 'alumno problemático' del salón, quien era visto con baja expectativa por parte de los profesores y su familia, quienes sólo esperaban que terminara su bachillerato para meterlo a trabajar. Sin embargo, Pol decidió completar sus estudios y seguir adelante con una carrera universitaria en filosofía, demostrando así su búsqueda de apoyo y orientación (Lozano y Cortés, 2015).

Dentro de esta trama, se reafirma, la importancia de las relaciones sociales, las cuales, son fundamentales en la adolescencia, donde las relaciones con la familia, pares y parejas románticas se transforman e intensifican. Es importante prestar atención a la calidad de estas relaciones para garantizar un desarrollo saludable y positivo. La conducta antisocial y la delincuencia juvenil son fenómenos complejos que pueden ser influenciados por factores genéticos, familiares y ambientales, pero la prevención a través de la crianza afectuosa, programas preventivos y apoyo comunitario puede ayudar a los jóvenes a evitar riesgos y aprovechar sus fortalezas para un desarrollo saludable hacia la adultez (Papalia y Martorell, 2017).

Por lo que se refiere a los cambios socioculturales, también influyen en la experiencia emocional, creando nuevas formas de experimentar la subjetividad. Por ejemplo, la sociedad contemporánea, caracterizada por la incertidumbre y el riesgo, puede generar sentimientos de soledad, vulnerabilidad y desconfianza (Colom y Fernández, 2009).

Al mismo tiempo, es importante señalar que la adolescencia es una etapa vulnerable a la psicopatología, que puede ser desencadenada o empeorada por el consumo de alcohol y drogas. Por ello, es fundamental que los padres comprendan las características neurobiológicas y psicológicas de sus hijos para poder acompañarlos durante este periodo. Asimismo, deben brindarles apoyo en el cumplimiento de las tareas propias de esta etapa, lo que demanda una orientación sabia y la capacidad de ejercer un rol de educador emocional adecuado (Céspedes, 2013).

Todo lo anterior, lo podemos visualizar y poner de ejemplo con la serie japonesa (anime), *Assassination Classroom*, los estudiantes de la clase 3-E enfrentan marginación y aislamiento, etiquetados como "fracasados" por la escuela y, en muchos casos, por sus propias familias. Este rechazo afecta tanto su vida escolar como emocional, reforzando su baja autoestima. Koro-sensei, su extraño maestro, no sólo les enseña, sino que también los apoya emocionalmente. Los ayuda a descubrir sus talentos y a manejar sus emociones, creando un entorno donde pueden superar las etiquetas negativas y crecer como personas (Kishi, 2015).

Un ejemplo, destacado al personaje de Nagisa Shiota, creció bajo el control estricto de su mamá, quien lo obligaba a vivir según sus propias frustraciones y expectativas, hasta el punto de vestirlo como niña. Esta situación familiar lo hacía sentir impotente y atrapado, la clase 3-E, junto con el apoyo de Koro-sensei, se convierte en el espacio donde Nagisa descubre su propia identidad y aprende a tomar control sobre su vida. A través del proceso de autodescubrimiento, finalmente él logra enfrentar a su madre en un diálogo abierto, con la ayuda de un mediador, tomando las riendas de su vida y marcando el inicio de su crecimiento emocional y personal. Este proceso de crecimiento emocional es compartido por todos los estudiantes, quienes, gracias a Koro-sensei, logran superar las barreras impuestas y descubren su verdadero potencial (Kishi, 2015).

De esa forma, es importante para los adolescentes y sus familias estar atentos a cambios emocionales excesivos o prolongados, ya que pueden indicar problemas subyacentes, además de no sobreestimar y subestimar a sus hijos, como consecuencia, podría generar problemas en su vida adulta. Sin embargo, también es importante reconocer que los cambios emocionales son una parte normal del desarrollo y pueden ayudar a los adolescentes a crecer y desarrollarse de manera saludable, reconociendo de igual forma quien es realmente sin imponer la propia ideología. A medida que crecen, aprenden a gestionar y canalizar sus emociones de manera más efectiva, lo que les permite adaptarse mejor a los desafíos de la vida adulta (Pérez et al., 2020).

4. Educación Socioemocional en México

Como ya se ha visto, la educación socioemocional es importante, en especial en nuestra época, debido a la pandemia que acaba de atravesar el mundo y nuestro país, la Dirección de Evaluación Educativa, parte de la Secretaría de Educación Jalisco (SEJ), presentó el Diagnóstico Socioemocional 2020, que se aplicó a 741,981 estudiantes de educación básica en Jalisco. Su objetivo fue conocer el estado socioemocional de los estudiantes durante la pandemia (Mexicanos Primero Jalisco, 2023).

Además, de acuerdo con la valoración en el contexto de educación media superior durante el 2021, los estudiantes evaluaron su bienestar emocional durante la pandemia con un promedio de 53.9. El 15.7% admitió haber tenido comportamientos agresivos, mientras que el 15.1% señaló que su estabilidad emocional mejoró en algunos momentos. Sin embargo, el 55% indicó que su estabilidad emocional fue uno de los aspectos más afectados. De igual manera, el 68.3% intentó mantener pensamientos positivos, aunque se sintieran mal, y el 43.5% expresó dificultades para controlar sus emociones. Finalmente, el 34% dijo haber necesitado apoyo de familiares y amigos para sentirse mejor (Mexicanos Primero Jalisco, 2023).

Según el Diagnóstico Socioemocional 2021 en Educación Básica (Secretaría de Educación Jalisco, 2021), casi el 85% de los estudiantes de educación especial estaban en niveles de bienestar que indican progreso o necesidad de atención prioritaria. Esto refleja que muchos de ellos se sintieron tristes debido a los efectos del COVID-19 en sus familias y por permanecer en casa durante la pandemia. De los encuestados, 15.4% (299 estudiantes) estaban en un nivel deseable, 41.7% (810) en progreso y 42.9% (834) necesitaron atención prioritaria (Mexicanos Primero Jalisco, 2023).

De acuerdo con lo anterior, la Secretaría de Educación Pública (en adelante SEP; s/f) junto con otras instituciones educativas, observaron los diversos impactos que tuvo la pandemia en todas las instancias educativas, como lo fue la salud física y la salud mental, con

un aumento considerable de síntomas de depresión y ansiedad, especialmente entre los jóvenes (Secretaría de Educación Pública et al., s/f).

En términos políticos, la confianza en las instituciones es baja, y la participación ciudadana, especialmente entre los jóvenes, sigue siendo limitada. Se destaca la necesidad de transformar la educación para que no sólo sea presencial, sino también integral, promoviendo el bienestar tanto cognitivo como socioemocional. Esto es crucial para formar una ciudadanía activa, capaz de enfrentar los desafíos sociales y ambientales actuales (SEP et al., s/f).

4.1. Políticas y Programas Educativos

De esa manera, la Educación Media Superior en México, tiene como objetivo formar personas capaces de reflexionar sobre su vida presente y futura, en algunas ocasiones, promueven el bienestar y la satisfacción personal, así como el sentido de pertenencia social y la conciencia de los problemas de la humanidad. Además, a veces, desarrolla individuos dispuestos a participar de manera responsable en procesos democráticos, comprometidos con la mejora de la sociedad y capaces de aprender a lo largo de su vida (Ramírez et al., 2023).

El Marco Curricular Común para la Educación Media Superior (MCCEMS) en México, reconoce a los docentes como diseñadores didácticos y agentes de transformación social, otorgándoles autonomía didáctica para adaptar estrategias pedagógicas a diferentes contextos. El MCCEMS se basa en Áreas de Conocimiento, como las Ciencias Naturales, Sociales y Humanidades, y en Recursos Socioemocionales, que promueven el bienestar físico, mental y emocional de los estudiantes (Ramírez et al., 2023).

Con relación a los Recursos Socioemocionales, se desarrollan a través de cinco Ámbitos de Formación Socioemocional: Práctica y Colaboración Ciudadana, Educación para la Salud, Actividades Físicas y Deportivas, Educación Integral en Sexualidad y Género, y Actividades Artísticas y Culturales. Estos recursos se integran en Unidades de Aprendizaje

Curricular (UAC), que representan conjuntos de aprendizajes evaluados y reconocidos por su valor curricular (Ramírez et al., 2023).

Los aprendizajes de trayectoria en los Recursos Socioemocionales se enfocan en formar ciudadanos responsables y comprometidos con su comunidad, promoviendo el cuidado físico, corporal y emocional. Estos aprendizajes se reflejan en el perfil de egreso de los estudiantes, que incluye la promoción de la igualdad, la colaboración en la resolución de conflictos, la incorporación de hábitos saludables, el autocuidado, el desarrollo de habilidades emocionales y la construcción de relaciones saludables (Ramírez et al., 2023).

El abordaje de los contenidos de las progresiones de aprendizaje se centrará en estrategias didácticas activas, con un enfoque constructivista, donde los estudiantes son protagonistas de su proceso de aprendizaje. Se promoverán enfoques como el descubrimiento, la indagación, los proyectos y el aprendizaje cooperativo. La selección del Ámbito de Formación Socioemocional se basará en un diagnóstico de necesidades y recursos disponibles en la institución, buscando beneficiar a las problemáticas detectadas y establecer vínculos con la comunidad (Ramírez et al., 2023).

Así, la evaluación será principalmente formativa, ofreciendo retroalimentación continua para mejorar el proceso de enseñanza y aprendizaje. De esa manera, se les recomienda a las instituciones diversificar las estrategias de evaluación formativa y de retroalimentación para adaptarse a las diversas formas de aprendizaje de los estudiantes (Ramírez et al., 2023).

Ya que, no hay una única receta para desarrollar el aprendizaje socioemocional de los estudiantes en el contexto escolar, existen diversas estrategias diseñadas con base en la evidencia empírica de los últimos 20 años. Las intervenciones en habilidades socioemocionales (HSE) en México, están asociadas con una mayor asistencia escolar, un mayor involucramiento en el aula y una mayor resolución de conflictos entre pares (Hernández et al., 2018).

Las características de los programas exitosos de educación socioemocional se resumen en el acrónimo SAFE: Secuenciales, Activos, Focalizados y Explícitos. Estos programas

presentan actividades coordinadas, promueven prácticas pedagógicas de aprendizaje activo, dan tiempo y espacio para el desarrollo de cada habilidad, y tienen objetivos de aprendizaje claros y observables (Hernández et al., 2018).

Al mismo tiempo, en México, se propuso trabajar con el programa Construye T, impulsado por la SEP y el Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD), promueve el desarrollo de HSE en estudiantes de Educación Media Superior (EMS). El programa capacita a docentes y directivos, ofreciendo materiales pedagógicos para trabajar seis habilidades socioemocionales organizadas en tres dimensiones: Conoce T, Relaciona T y Elige T; lo anterior, dependía del grado que estuviesen cursando los estudiantes (Hernández et al., 2018).

Aunque, el Modelo Educativo 2017 de México no incorpora una materia específica para el desarrollo en habilidades socioemocionales, se contempla que cada docente imparte 12 sesiones de clase por semestre, priorizando una de las seis habilidades promovidas por Construye T en cada semestre (Hernández et al., 2018).

Debido a los desafíos para la implementación de la educación socioemocional en México se incluyen diversos diseños de estrategias de capacitación para docentes y directivos, la falta de investigación sobre la efectividad de los procesos de enseñanza en habilidades socioemocionales, y la necesidad de una estrategia nacional de acompañamiento para resolver dudas sobre la puesta en la práctica de habilidades socioemocionales en el aula (Hernández et al., 2018).

A pesar de los retos, la implementación de un programa de habilidades socioemocionales en México puede traer grandes beneficios para los estudiantes, al proporcionarles una educación más integral y equiparlos con habilidades para enfrentar los desafíos de un mundo complejo y competitivo. Lo anterior, requiere el compromiso conjunto de docentes, directivos y autoridades educativas (Hernández et al., 2018).

En suma, en las habilidades socioemocionales, estas abarcan capacidades que permiten a una persona comprender y regular sus emociones, establecer relaciones

constructivas, y tomar decisiones responsables. Pueden aprenderse de manera deliberada a través de estrategias individuales y grupales (Campos, 2020).

Las bases pedagógicas de la educación socioemocional en México se sustentan en varias consideraciones teóricas (Campos, 2020):

- Las emociones son aprendizajes en los contextos donde convive la persona.
- Las emociones pueden ser analizadas y reguladas para promover el bienestar y la convivencia.
- Las emociones están profundamente conectadas con el aprendizaje y los aspectos cognitivos.

De acuerdo con Campos (2020), las dimensiones de las habilidades socioemocionales son:

- Autoconocimiento: Atención, conciencia de las emociones propias, autoestima, aprecio, gratitud y bienestar.
- Autorregulación: Metacognición, expresión de emociones, autogeneración de emociones positivas, perseverancia.
- Autonomía: Iniciativa personal, identificación de necesidades, liderazgo, toma de decisiones, compromisos y autoeficacia.
- Empatía: Bienestar hacia otros, toma de perspectiva, reconocimiento de prejuicios, sensibilidad hacia la diversidad, cuidado hacia otros y la naturaleza.
- Colaboración: Comunicación asertiva, responsabilidad, inclusión, resolución de conflictos e interdependencia.

La importancia de las habilidades socioemocionales (HSE) en diversos ámbitos de la vida, desde el éxito profesional hasta el bienestar personal. Se destaca que habilidades como la perseverancia, el autocontrol, la mentalidad de crecimiento y la empatía son fundamentales para lograr metas, mantener relaciones saludables y tomar decisiones efectivas (García, 2018).

De esa manera, estas habilidades emocionales, se pueden considerar como rasgos fijos de la personalidad, ahora se entienden como capacidades que se pueden aprender y mejorar.

Además, poder tener una relación con el desarrollo en el ámbito educativo, laboral y personal, y que cada vez son más valoradas por empleadores y sistemas educativos (García, 2018).

Para evaluar las habilidades socioemocionales, se han desarrollado diversos instrumentos que incluyen cuestionarios de autoinforme, evaluaciones por observadores externos y pruebas de habilidad o ejecución. Sin embargo, se reconoce que medir estas habilidades presenta desafíos, como definir qué habilidades evaluar, seleccionar los instrumentos adecuados y evitar sesgos en las respuestas (García, 2018).

Al mismo tiempo, en el documento de la UNESCO, establece que la finalidad principal de la educación en el siglo XXI debe ser apoyar y aumentar la dignidad, capacidad y bienestar de las personas en relación con los demás y con la naturaleza. Esto implica considerar conocimientos, valores, habilidades y actitudes socioemocionales en los sistemas educativos (Chao, 2018).

Los valores humanistas fundamentales para la educación en este siglo incluyen el respeto a la vida y la dignidad humana; la igualdad de derechos y justicia social; la diversidad cultural y social; por último, el sentido de solidaridad y responsabilidad compartida (Chao, 2018).

De igual manera, la educación socioemocional se refiere a intervenciones educativas que abordan habilidades emocionales y sociales, como la resolución de conflictos, la educación para la paz y el desarrollo de habilidades blandas. Investigaciones muestran que estas habilidades contribuyen al bienestar subjetivo y al desarrollo social integral (Chao, 2018)

De acuerdo con Chao (2018), la educación socioemocional contiene diversos propósitos, como el logro de autoconocimiento mediante la motivación propia y externa; autorregular las emociones para mejorar las diversas habilidades individuales; comprender al otro de manera empática; fortalecer la autoconfianza y capacidad de elección; cultivar una actitud positiva y optimista; desarrollar la resiliencia y minimizar la vulnerabilidad (Chao, 2018).

De esa manera, los propósitos, que se mencionaron anteriormente, buscan formar sociedades más humanas, justas e inclusivas, donde el bienestar auténtico e integral de los individuos sea el centro de la formación educativa. Además, el trabajo de Chao (2018) presenta experiencias educativas que desarrollan habilidades socioemocionales en diversas poblaciones y destaca la importancia de estas habilidades en los procesos de aprendizaje y convivencia (Chao, 2018).

De esa forma, actualmente, en México se integró La Nueva Escuela Mexicana (en adelante NEM), este es un proyecto político - educativo que busca formar estudiantes con una visión integral, enfocándose en aspectos como el autoconocimiento, el pensamiento crítico, el diálogo, la adquisición de valores éticos y democráticos, y la colaboración comunitaria para la transformación social (Ramírez et al., 2023).

La NEM surge como respuesta a la necesidad de superar las desigualdades académicas, económicas y sociales reproducidas por el sistema educativo actual, que enfatiza la acumulación de conocimientos como medio para el éxito individual. Además, propone una educación con sentido crítico, humanista y comunitario, que reconoce la importancia de la participación de la comunidad en el proceso educativo y valora el papel de los maestros como profesionales (Ramírez et al., 2023).

Este proyecto, se centra en un enfoque pedagógico que motiva el aprendizaje situado, la reflexión crítica y la colaboración entre docentes y estudiantes. Además, promueve el desarrollo de trayectorias educativas coherentes y progresivas, desde la educación básica hasta la educación superior, para favorecer el desarrollo integral de los estudiantes a lo largo de su vida (Ramírez et al., 2023).

La Nueva Escuela Mexicana, según Ramírez y otros (2023), promueve varios principios fundamentales para el desarrollo integral de los estudiantes y la transformación social. Entre estos principios se encuentran:

1. Identidad con México

2. Responsabilidad ciudadana y social
3. Honestidad
4. Participación en la transformación de la sociedad
5. Respeto de la dignidad humana
6. Interculturalidad
7. Cultura de la paz
8. Respeto por la naturaleza y cuidado del medio ambiente

La Nueva Escuela Mexicana busca garantizar una educación de excelencia, inclusiva, pluricultural, colaborativa y equitativa para todas las y los estudiantes, formando personas con orientación integral y humanista (Ramírez et al., 2023).

Así, reconoce a la educación como motor de la transformación y desarrollo social y tiene como beneficios la formación integral de las nuevas generaciones, la adaptación del proceso educativo a las necesidades sociales y el fortalecimiento del rol de los docentes como líderes educativos. Sus ejes de acción prioritarios incluyen la revalorización del magisterio, la mejora de la infraestructura escolar, la promoción de la gobernanza participativa y la adecuación de los objetivos del aprendizaje y las estrategias didácticas a las necesidades de los estudiantes (Ramírez et al., 2023).

La implementación de la NEM (SEP, 2019) requiere la colaboración activa de toda la comunidad educativa y social. Esto implica un cambio de actitud, pasando de la apatía a la movilización y el compromiso con la educación de las futuras generaciones. La NEM es un proceso gradual que necesita de la participación colectiva para consolidarse (Ramírez et al., 2023).

5. Contextualización de la Escuela Media Superior: Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N°01 “Coronel Matilde García Rioja”

Analizando lo anterior, la investigación que se ha desarrollado, se desarrolla en el Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N°01 “Coronel Matilde Galicia Rioja”, ubicado en la alcaldía Tláhuac, Ciudad de México. De acuerdo con Data México (2020), la alcaldía cuenta con una población total de 392,313 personas, contando con un porcentaje de género del 51.5% son mujeres y 48.5% de hombres. La escuela de nivel medio superior, cuenta con aproximadamente 2,039 estudiantes inscritos, de los cuales 731 cursan el segundo semestre. Se seleccionó el grupo 2D4, compuesto por 42 estudiantes de 15 a 16 años, especializados en mecánica automotriz, de los cuales se tomaron en cuenta 30 estudiantes como muestra base.

Los estudiantes de segundo grado del Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N°01 “Coronel Matilde Galicia Rioja”, fueron los primeros grupos en conocer y tomar la nueva asignatura de Ámbito de Formación Socioemocional. El grupo 2D4, cursa el segundo semestre y comparten la misma asignatura con sus demás compañeros de segundo semestre. Además, reflejan diferentes actitudes y aptitudes, contruidos a lo largo de sus propias experiencias.

De esa manera, se propone diseñar una planeación dinámica para la asignatura de Ámbito de Formación Socioemocional, es crucial para los estudiantes, ya que les proporciona las herramientas necesarias para comprender, regular y expresar sus emociones de manera saludable, así como para establecer relaciones intrapersonales e interpersonales positivas. Además, es necesario poder promover un ambiente escolar seguro y acogedor, para promover un aprendizaje significativo, implementando la motivación.

Capítulo II. Método

1. Tipo de Investigación

Para realizar el presente estudio, se utilizó el enfoque cualitativo, se caracteriza por recopilar datos de manera no estandarizada, sin realizar mediciones numéricas, centrándose en entender las experiencias y perspectivas de los participantes. De esa manera se intentará interpretar la información recopilada para construir datos coherentes y de manera objetiva, sumergiéndose en las experiencias de los participantes, siendo consciente de su implicación en el tema estudiado, no se busca generalizar los resultados a poblaciones más amplias, sino reconstruir la realidad según la percepción de los actores sociales (Hernández et al., 2014).

En esta investigación cualitativa se optó por el diseño etnográfico y narrativo, ya que estos enfoques permiten obtener una comprensión profunda y contextualizada del fenómeno estudiado. Este enfoque facilitará alcanzar el objetivo de diseñar una planeación didáctica para la asignatura de Ámbito de Formación Socioemocional en el nivel medio superior, promoviendo un aprendizaje significativo en los estudiantes.

El diseño etnográfico fue elegido por su capacidad para explorar prácticas educativas en contextos reales y el narrativo por permitir la reconstrucción de experiencias personales relevantes al tema. Para la recolección de datos, se emplearon instrumentos como entrevista semiestructurada, diarios de campo y observación participante, según lo propuesto por Armijo et al. (2021) permitiéndonos comprender la interacción entre pares, su participación grupal e individual, de igual manera de sus emociones ante situaciones de frustración y la relación que tiene con los docentes y sus pares.

Por otra parte, el diseño narrativo, se considera debido para capturar y dar voz a las experiencias personales de los estudiantes y de expertos que consideran o no relevante la construcción de un desarrollo socioemocional, que se puede dar de una manera comprensible y accesible. Utilizando diversas herramientas para la obtención de datos, como lo pueden ver

las herramientas de multimedia para registrar y recabar datos, en ocasiones, se puede utilizar en el momento que se realizan las entrevistas (Armijo et al., 2021).

Además, el diseño narrativo nos permite centrarnos en las historias y experiencias personales de los estudiantes, principalmente, se busca escuchar directamente lo que piensan, sienten y experimentan respecto a sus relaciones sociales como escolar, familiar y social. Mediante la recolección de historias narrativas, explicadas por los mismos sujetos de estudio, podemos contextualizar las experiencias; en la institución educativa, ayudará a comprender si las dinámicas escolares, familiares y extracurriculares pueden ayudar en el manejo de emociones, llevándolo a cabo mediante entrevistas (Armijo et al., 2021).

De acuerdo con Steinar (2011), la entrevista semiestructurada tiene como objetivo principal descubrir los significados y percepciones del entrevistado sobre el tema en cuestión, el cual se llevará a cabo mediante un guion de preguntas para las entrevistas, estas tendrán que reformularse si en entrevistado responde cortante o no nos brinda información relevante.

Según Armijo y otros (2021), el estudio cualitativo se caracteriza por ser flexible y adaptativo. En este contexto, se llevó a cabo un trabajo de campo consistente en la realización de un servicio social durante seis meses en el Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N°01 “Coronel Matilde Galicia Rioja” (en adelante CETIS 1). Durante este periodo, se realizaron entrevistas semiestructuradas a 7 estudiantes y 3 padres de familia, aunque, también se realizaron entrevistas a especialistas como sociólogos, psicólogos, orientadores y psicólogos sociales.

Las preguntas de entrevistas que se utilizaron con los estudiantes fueron: ¿Es importante aprender a manejar tus emociones y relaciones sociales en la escuela? ¿Cómo?, ¿Cuáles son las dificultades más grandes que has enfrentado al tratar de controlar tus emociones?, ¿Cómo describirías tu relación con tus compañeros de clase?, ¿Qué opinas sobre tu relación con tus profesores de otras materias?, ¿Qué situaciones en la escuela te generan más estrés o ansiedad?, ¿Cómo crees que aprender sobre emociones y relaciones sociales

podría mejorar tu experiencia en la escuela?, ¿Qué clase adicional te gustaría tener en la escuela para trabajar en tu bienestar emocional?, ¿Has notado alguna relación entre cómo te sientes emocionalmente y tu desempeño académico? ¿Qué observas?, ¿Cómo crees que aprender sobre emociones y relaciones podría ayudar en el desarrollo de tu autoestima?, ¿De qué forma crees que aprender sobre emociones podría ayudarte a relacionarte mejor con los demás?, ¿Qué actividades o programas te gustaría tener en la escuela para apoyar la salud emocional tuya y la de tus compañeros?, las preguntas anteriores se realizaron a 7 estudiantes muestra (Anexo 1).

Por otra parte, las preguntas de las entrevistas que se realizaron a los padres de familia y tutores, las cuales fueron ¿Por qué cree que es importante que sus hijos aprendan sobre emociones y relaciones en la escuela?, ¿Qué creen que hace su hijo para sentirse bien emocionalmente mientras está en la escuela o durante las clases?, ¿Cuáles desafíos cree que enfrentan sus hijos para entender y manejar sus emociones en la escuela?, ¿Qué habilidades sociales cree que sus hijos podrían desarrollar al aprender a manejar sus emociones?, ¿Cómo puede, usted como padre o madre ayudar a sus hijos a comprender mejor sus emociones y relaciones sociales?, ¿Cree que las habilidades emocionales pueden afectar el rendimiento académico de sus hijos? ¿Cómo?, ¿Tienen alguna sugerencia para que la educación emocional se integre de manera efectiva en la escuela?, ¿Qué tipo de actividades o programas les gustaría ver en la escuela para promover el bienestar emocional de los estudiantes?, ¿Qué acciones podrían ayudar a sus hijos a comprender mejor sus emociones y relaciones en la escuela? ¿Por qué creen que es importante enseñar y promover la educación emocional dentro y fuera de la escuela? Las preguntas anteriores se les realizaron a 3 padres de familia (Anexo 2).

En las últimas entrevistas se dirigió a una muestra de expertos, a quienes se les realizó la entrevista fue a una socióloga, psicóloga, orientadora y psicóloga social, y se ocuparon las siguientes preguntas semiestructuradas: ¿Cuáles son las habilidades emocionales clave que

los estudiantes deben desarrollar para su proceso de aprendizaje? ¿Qué estrategias pueden implementarse para fomentar la reflexión en los estudiantes sobre sus propias emociones? ¿Cómo podemos promover el autoconocimiento en los estudiantes a través de actividades en el aula? ¿Cuáles son los beneficios de fomentar la inteligencia emocional en el proceso de enseñanza y aprendizaje? ¿Qué recursos pueden ser efectivos para ayudar a los estudiantes a gestionar sus emociones? ¿Cómo podrían identificar y abordar las necesidades emocionales de los estudiantes de manera efectiva? ¿Qué estrategias pueden utilizarse para fomentar un ambiente seguro y cómodo para expresar sus emociones? ¿Qué papel juega la empatía en el proceso de enseñanza y aprendizaje? En relación a la empatía ¿Cómo puede fomentarse en el aula? ¿Qué recomendaciones daría para implementar con éxito actividades que fomenten la reflexión, el autoconocimiento y la autorregulación emocional en el aula? (Anexo 3)

Contextualizando en el CETIS 1, las entrevistas realizadas a los jóvenes estudiantes de segundo semestre, que tuvo como objetivo general comprender la perspectiva de los estudiantes con respecto a la integración de la materia de ámbito de formación socioemocional, comprendiendo sus expectativas, preocupaciones y opiniones. En relación a las entrevistas realizadas a los padres de familia se tuvo como objetivo general explorar las opiniones y expectativas de los padres de familia sobre la incorporación de la materia de ámbito de formación socioemocional en el currículo escolar, comprendiendo sus perspectivas, inquietudes y deseos en relación con lo que aprendan y experimenten sus hijos en clase.

Por otro lado, las observaciones realizadas se llevaron a cabo mediante una función formativa como se puede ver en el Anexo 4, ya que este trabajo buscó optimizar el contexto de la asignatura Ámbito de Formación Socioemocional en el Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N°01 “Coronel Matilde Galicia Rioja”, con el fin de promover didácticas integrales y mejorar las habilidades y técnicas pedagógicas que favorecen el aprendizaje significativo en esta materia (Postic y Ketele, 1998).

De esa manera, se tiene como principales instrumentos de recolección de datos a las observaciones y las entrevistas, estos permitieron obtener y analizar la información a partir de la representación e interpretación que los sujetos de investigación que daban a la situación estudiada (Armijo et al., 2021).

2. Procedimiento

El ingreso al Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N°01 “Coronel Matilde Galicia Rioja” donde se llevó a cabo la investigación, fue debido a que, en esta escuela se realizó el servicio social, por lo tanto, se tuvo la facilidad de realizar el estudio, cumpliendo un intervalo de tiempo de seis meses asistiendo de lunes a viernes completando las 480 horas solicitadas. Las funciones a realizar dentro de la institución fue brindar asesoría, orientar, resolver dudas y aconsejar a los alumnos pertenecientes a las tutorías, contemplando de esa manera el manejo de grupo y aplicando diversas estrategias didácticas para el asesoramiento hacia los estudiantes, durante esos seis meses, se tuvo en total 13 grupos (1ro, 3ro, 4to, 5to y 6to) con una hora al día, se tuvo a cargo cuatro grupos de 1er semestre en el 2023, como docente sustituto en la asignatura de ámbito de formación socioemocional con 2 horas al día.

Uno de los problemas encontrados en la entrada al campo, fue en el momento que se estuvo frente a grupo, en especial porque no contaba con la participación de los tutores encargados de dar la clase, sólo algunos estuvieron en acompañamiento constante para dar los temas. Por otra parte, al ser la encargada de los grupos de primer semestre no se otorgó una planeación para dar los temas, debido a que es una asignatura nueva y no tenían maestros y profesores para que se encargaran de las clases, recurrieron a las personas que estaban realizando su servicio social, éramos en total 4, a cada una se nos dieron cuatro grupos, en conjunto con mis compañeras se realizó un reglamento y un formato de evaluación.

En relación a los instrumentos de recolección de datos, aparte de la entrevistas y observaciones, se consideró crear un formulario en google (Google Forms), con la finalidad de

recabar datos personales, escolares y familiares de los sujetos de investigación, incluye preguntas de opción múltiple y abiertas para conocer más de cómo se expresa. Teniendo como objetivo principal en este formulario analizar la percepción que los estudiantes tienen de sí mismos, así como son su relación que entabla con sus compañeros de la escuela y su familia, antes de otorgarles el link a los estudiantes se les dio aviso que los datos recopilados tienen un fin académico, garantizando confidencialidad de sus datos. Algunas de las preguntas fueron: “¿Cuántas horas duermes al día? teniendo como opciones. 1 - 4 horas al día o 5 - 7 horas al día o 8 - 10 horas al día o Más de 10 horas al día o No duermo”. También se consideran preguntas abiertas como “¿Qué otra materia te gustaría agregar para mejorar tus calificaciones? y ¿Por qué? o “Describe tu relación con tus familiares y tutor”, fue elaborado para conocer la perspectiva de los estudiantes de segundo semestre de media superior en el Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N°01 “Coronel Matilde Galicia Rioja”, el cual se puede encontrar en la siguiente liga <https://forms.gle/VP6jmHE1iw5eezVX6>

3. Etapa de Diagnóstico

El interés de esta investigación fue el desarrollo de una planeación en la asignatura ámbito de formación socioemocional desde una perspectiva pedagógica para el desarrollo del aprendizaje significativo en el Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N°01 “Coronel Matilde Galicia Rioja”. Cuando se realizó el servicio social, se observó la importancia de contar con una planeación para la asignatura, en este trabajo se contempló la materia ámbito de formación socioemocional debido a que es importante, ya que, puede ayudar a regularizar las emociones, al mismo tiempo podría tener un impacto en las relaciones interpersonales (Álvarez, 2020).

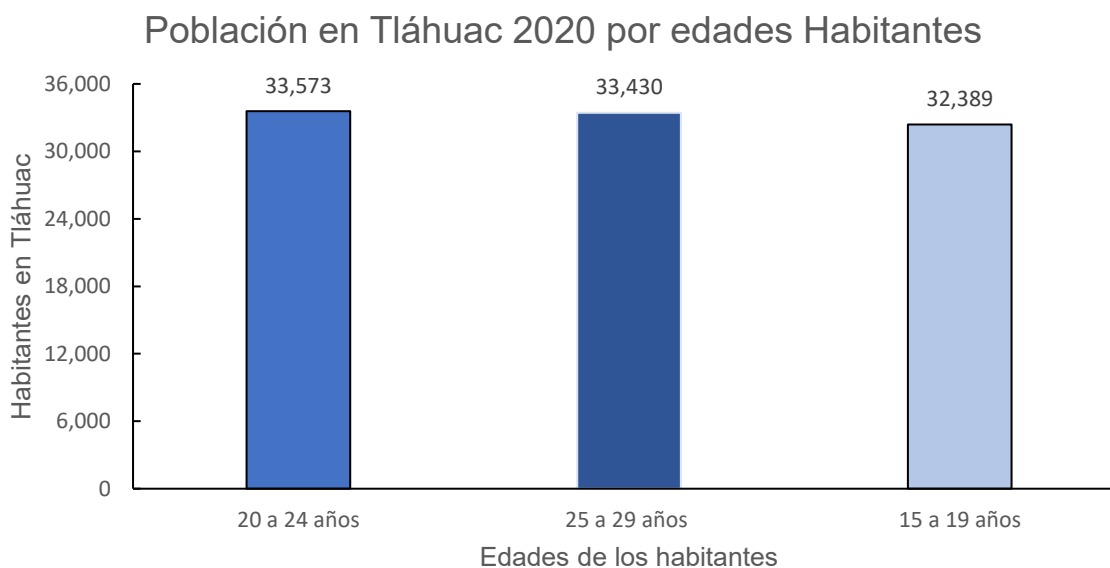
3.1 Contexto y Población

Comunidad

La escuela media superior Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N°01 “Coronel Matilde Galicia Rioja” (CETIS 1), se encuentra ubicada en la Av. Estanislao

Ramírez Ruiz 301, Ampliación Selene, alcaldía Tláhuac, código postal 13430, Ciudad de México.

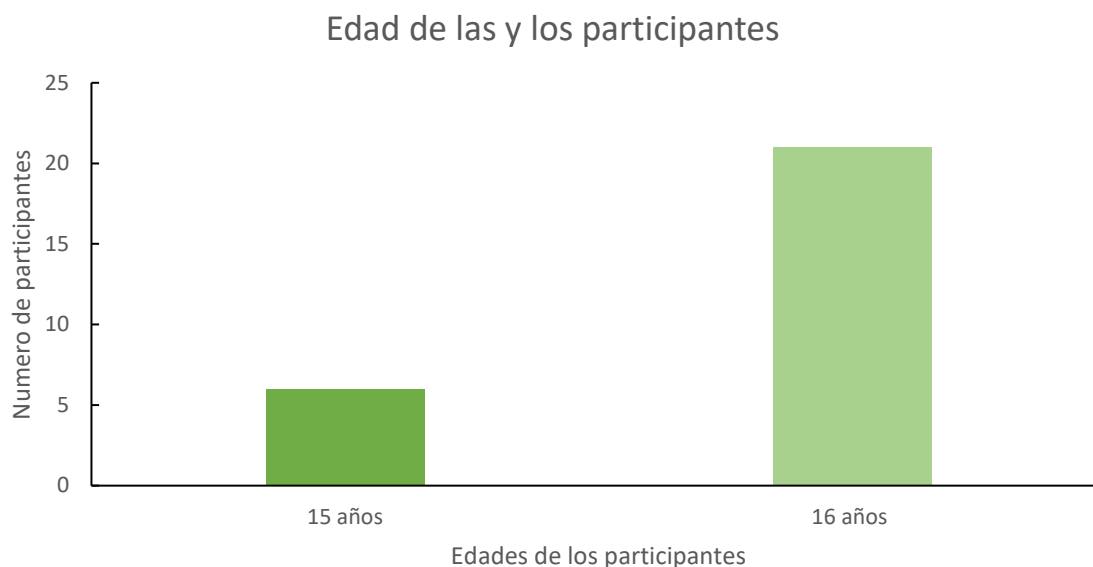
De acuerdo con Data México (2020), la alcaldía Tláhuac cuenta con una población total de 392,313 personas. Del mismo un 51.5% es población femenina (202,123 personas); mientras que la población masculina es de 190,190 personas teniendo un porcentaje de 48.5%. Las edades con mayor población son de 20 a 24 años con una cantidad de 33,573 habitantes (34%), siguiendo las personas con 25 a 29 años con una cantidad de 33,430 (34%) habitantes y el rango de edad que se interesa investigar es de 15 a 19 años contando con una población de 32,389 (32%) habitantes como se muestra en la Figura 1.

Figura 1*Frecuencia de edad de la población*

Nota. Adaptada con la información otorgada por Data México (2020), la gráfica muestra una concentración de jóvenes adultos en la población de Tláhuac, la información es útil para comprender la demografía de la alcaldía. Brindando importancia a los jóvenes de 15 a 19 años. Reproducción propia (2024).

El Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N°01 “Coronel Matilde Galicia Rioja” (CETIS 1), de acuerdo con el Sistema de Información y Gestión Educativa (en adelante SIGED), cuenta con una población aproximada de 2,039 estudiantes inscritos, los jóvenes que están cursando el segundo semestre, son aproximadamente en total 731 estudiantes (SIGED, 2023).

En la Figura 2 se presenta el número de jóvenes que forman parte del grupo 2D4 que cursan el segundo semestre de medio superior, el grupo está conformado por 42 estudiantes con una edad aproximada entre los 15 a 16 años, con templando a 27 estudiantes para la muestra base, los jóvenes pertenecientes al grupo 2D4 tienen la misma especialidad: mecánica automotriz.

Figura 2*Edad de las y los participantes*

Nota. La mayoría de los participantes se encuentran en la etapa de la adolescencia, donde el grupo de 16 años destaca significativamente. Los datos fueron obtenidos mediante un formulario que se les otorgó a los estudiantes. Reproducción propia (2024).

Es relevante considerar a la comunidad que rodea a la escuela debido a que es el espacio que se relaciona con los estudiantes, al igual que concreta vivencias y experiencias significativas a lo largo de su avance escolar; además hay varios agentes activos, que tienen una función específica dependiendo del rol dentro de las instancias educativas, como: los estudiantes, la familia, los docentes y la sociedad.

El lugar donde se ubica la escuela, es poco transitado, se puede observar más estudiantes que personas de afuera. Además, los vecinos no tienen mucho acercamiento con la escuela. Hay mucho flujo de carros, debido a que en frente de la escuela se encuentra la Avenida Estanislao Ramírez Ruiz y Eje 10, esta última es un eje que conecta con el estado de México, por lo que, es muy fluido.

En la hora de entrada abren el portón, algunos padres de familia o tutores vienen a dejar a los estudiantes hasta la escuela, otros sólo los encaminan o ellos llegan solos, ya sea, en su medio de transporte (motocicleta, caminando, automóviles, bicicletas o mediante transporte alternativo), los estudiantes van entrando por grupos de 5 personas, debido a que se revisa que traigan el uniforme completo, que consta de playera blanca, sudadera de la escuela, pantalón, pants o falda de color gris; sin gorras, sombreros, capuchas, playeras de otro color, entre otros.

Después entran en los detectores de metal cabe señalar que, tienen detectores para prevenir la introducción de armas punzo cortante o de fuego, pasan su tarjeta escolar sobre los torniquetes; si llegasen a incumplir con el uniforme o no traen la credencial pasan a orientación, en caso de que sea el uniforme se les retira la credencial y si se les olvidó o se las recogieron se les da un citatorio para llamar al padre de familia o tutor.

Afuera de la escuela, se encuentra un pabellón entre la Avenida Estanislao Ramírez Ruiz, entre la ida y venida de los automóviles; este atraviesa toda la avenida. Sobre el pabellón podemos encontrar una estructura parecida a un anfiteatro, que se encuentra en frente de la entrada de la escuela, los jóvenes lo suelen ocupar para reunirse, también hay juegos de plástico para los niños, y hay estructuras para hacer ejercicio. Por último, todo el pabellón cuenta con áreas verdes, árboles y pasto.

Cerca de la escuela existen locales comerciales, como de comida (específicamente tacos, sopes gorditas, huaraches, entre otras cosas), una papelería, farmacias y un OXXO; a un costado de la escuela se encuentran dos instancias educativas, la Telesecundaria 143 y el Instituto Tecnológico de Tláhuac; hay un banco Bienestar; y en la parte de atrás existe un deportivo exclusivo para fútbol.

En relación con los agentes educativos, que se mencionaron anteriormente, los estudiantes, la familia, los docentes y la sociedad; el primero, los estudiantes, quienes son los beneficiarios de la educación, participan cuando se realizan actividades extracurriculares,

relacionadas con una fecha específica, coordinadas por los docentes, como por ejemplo, el 14 de febrero del 2024, de ahí realizan propuestas de cómo se va a recolectar los materiales, puede ser mediante una cooperación económica o repartiendo los materiales, el docente o tutor del grupo será mediador en este tipo de selecciones para prevenir conflictos o discusiones agresivas.

Por otra parte, se procura tener un respeto recíproco, es decir, que exista un respeto entre el docente – alumno y entre pares, algunos jóvenes resaltan el respeto hacia las autoridades, no obstante, otros actúan de forma agresiva. Se denota en su comunicación verbal y corporal o que llegue a agredir físicamente a un compañero o docente, este último no se ha observado, sin embargo, lo que sí se ha percibido son disputas y agresiones entre pares.

En relación al aprendizaje podemos decir que algunos jóvenes no tienen el interés de entrar a la clase debido a diversas circunstancias, por ejemplo, no le gusta el docente a cargo de alguna asignatura, los compañeros los molestan, tiene problemas en casa, no comprende algún tema, entre otras cosas. Lo anterior lo suelen relacionar con excusas, pero en algunos casos, existe maestros que comprenden situaciones como las anteriores, además de que demuestran empatía hacia los estudiantes que viven con algún trastorno neurobiológico como el autismo o asperger, al mismo tiempo dentro de su clase procura resaltar valores como la empatía y el respeto.

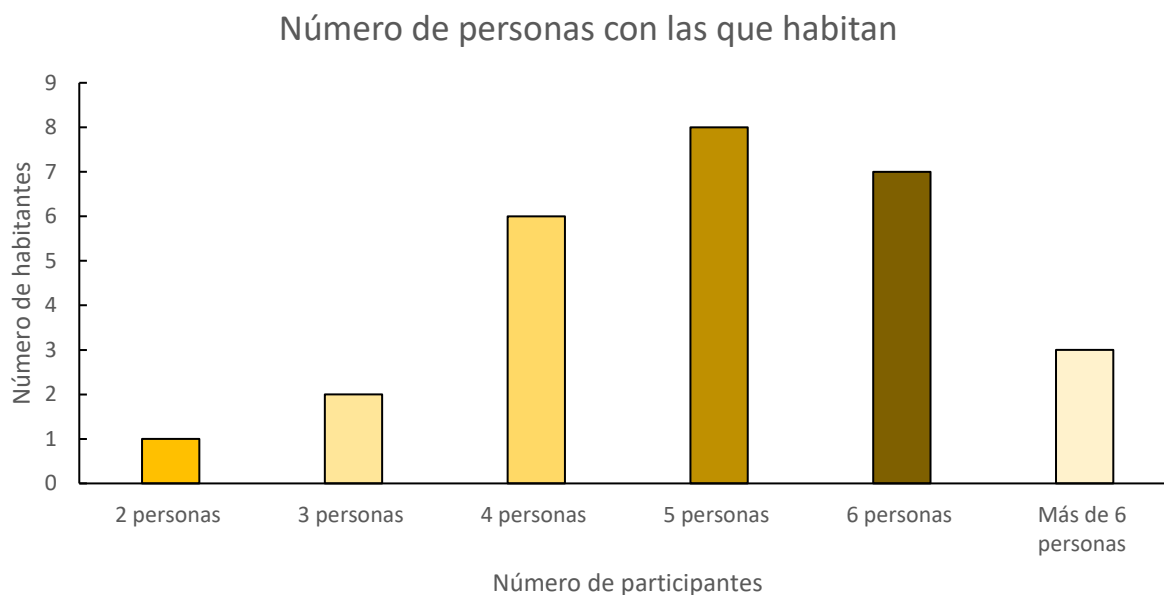
Por otra parte, los docentes, quienes podemos determinar cómo los responsables de impartir conocimientos y de guiar a los estudiantes en su proceso de aprendizaje y desarrollo académico; en el Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N°01 “Coronel Matilde Galicia Rioja” (CETIS 1), podemos decir que cumplen con un rol importante, pero no podemos generalizar el trabajo de todos los docentes en esta instancia educativa. Hay algunos docentes procuran que los estudiantes se encuentren en óptimas condiciones, por ejemplo, que estén desayunados, promuevan valores sociales, como el respeto, la empatía, colaboración, libertad, entre otras cosas más; otros docentes, promueven un individualismo, no le prestan la

atención en las situaciones problemáticas que esté viviendo los alumnos, les piden materiales costosos sin considerar su economía, entre otros.

Al mismo tiempo, el sujeto importante relacionado con el estudiante son los padres de familia o tutores, cumple un papel importante en el apoyo y seguimiento de la educación de sus hijos, contribuyendo con la colaboración con la escuela. En el CETIS 1, si existe la colaboración de algunos padres, en especial en días festivos, podemos encontrar su apoyo económico y quienes otorgan material que es requerido; además los padres de familia o tutores procuran estar presentes para brindarle el apoyo que necesiten sus hijos.

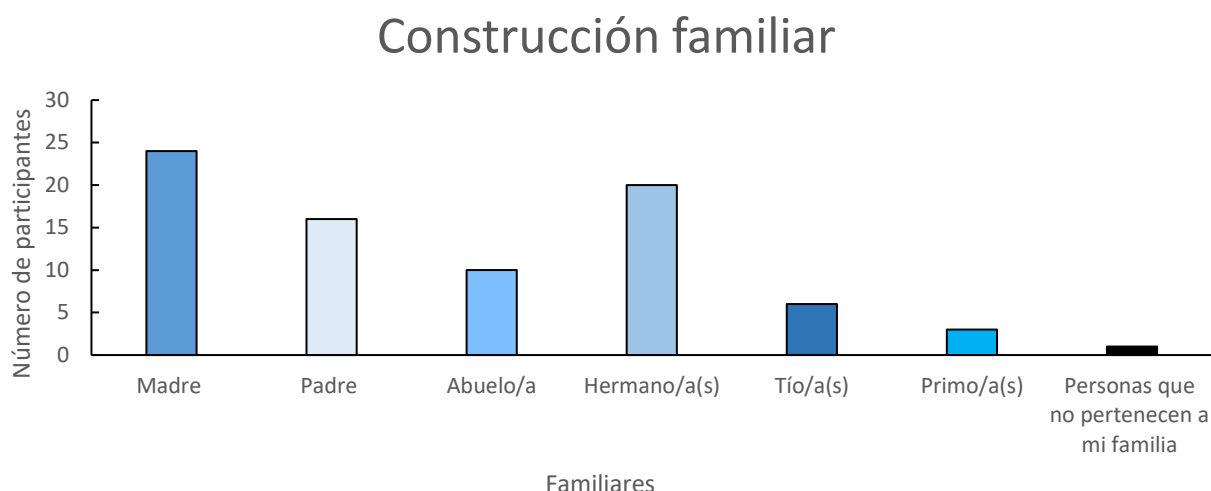
La encuesta realizada el 12 de marzo de 2024, otorgó información acerca del contexto familiar de los estudiantes del Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N°01 “Coronel Matilde Galicia Rioja”. Sólo contestaron los sujetos de investigación, 27 jóvenes del grupo 2D4, ellos respondieron varias preguntas relacionadas a la interacción que tienen con sus familiares.

El 29.6% del grupo muestra vive con 5 personas en casa, siguiéndole un 25.9% que viven con 6 personas en el hogar y 22.2% vive con 4 personas. En otras palabras, la estructura familiar en la comunidad muestra una tendencia hacia una familia nuclear, como se evidencia en la Figura 3. La mayoría de los hogares están compuestos por 5 o 6 miembros, lo que sugiere una configuración familiar típica en la actualidad. Sin embargo, es importante destacar la presencia de hogares más pequeños, lo que podría indicar cambios en los patrones familiares o individuales.

Figura 3*Número de personas con las que habitan*

Nota. Los resultados indican que la mayoría de los hogares encuestados están compuestos por 5 o 6 personas, lo que sugiere una tendencia hacia hogares de tamaño medio. Los hogares más pequeños, con 2 o 3 miembros, y los más grandes, con más de 6, son menos frecuentes. Reproducción propia (2024).

Si bien la mayoría de los encuestados comparten su hogar con su madre, los datos revelan una diversidad en la composición familiar. Hermanos y padres también son compañeros de vivienda comunes, seguido de abuelos, tíos y, en menor medida, personas ajenas al núcleo familiar. Estos resultados sugieren que, aunque la figura materna es predominante, existen múltiples configuraciones familiares en la muestra. Donde el 88.9% se encuentra viviendo con su madre, junto con el 74.1% que viven con sus hermanos/as y el 59.3% tiene padre como se observa en la Figura 4.

Figura 4*Construcción familiar*

Nota. La gráfica nos permite visualizar rápidamente con quiénes comparten hogar los participantes. La figura materna parece ser la más presente en los hogares de los participantes, además sólo una persona convive con personas que no forman parte de su familia.

Reproducción propia (2024).

Los que participan dentro de esta comunidad escolar deben de garantizar la educación de calidad, teniendo una participación activa para lograr los objetivos educativos; al mismo tiempo de que se debería de trabajar en conjunto, tanto los docentes, alumnos y padres de familia o tutores.

Dentro del CETIS 1, es complejo poder trabajar en conjunto debido a los horarios, se ha intentado colaborar de manera conjunta entre padres de familia o tutores junto con los docentes, pero muchos de los padres de familia o tutores no se presentan. Podría ser la falta de interés, cuestiones laborales, comunicación o familias disfuncionales.

Centro escolar

Dentro del centro escolar podemos resaltar que es un establecimiento destinado a la enseñanza y al desarrollo educativo, no obstante, se debe de considerar la distribución y

estructura de la escuela. Considerando a la escuela, comparte el terreno con las escuelas aledañas, como lo son la Telesecundaria 143, el Banco Bienestar y el Instituto Tecnológico de Tláhuac; entre todos estos, podríamos decir que el terreno cubre una cuadra o hasta más, entonces el CETIS 1 ocupa un poco más de la mitad de su terreno.

La escuela está conformada por aproximadamente 25 edificios, de los cuales, 10 son edificios para salones, con 40 aulas; 1 biblioteca, 1 edificio de área docente y directivas, una sala de maestros, 4 laboratorios, 1 salas de cómputo, edificios para las especialidades como automotriz, electricidad, electrónica y ofimática. Cuenta con una gran cantidad de patio y áreas verdes, las cuales se suelen ocupar para actividades recreativa o días festivos, que en ocasiones está descuidada lo que ocasiona que los jóvenes le dan un mal uso; cuenta con 5 canchas, 3 son de fútbol, 1 de básquetbol y otra de vólibol. Además, cuentan con una asta para la bandera, pero lo quitan para prevenir accidentes, al mismo tiempo cuenta con un pequeño espacio donde se encuentran estructuras metálicas para hacer ejercicio.

Marco contextual del centro escolar

Dentro del centro escolar podemos resaltar que es un establecimiento destinado a la enseñanza y al desarrollo educativo, específicamente donde se llevará a cabo la investigación será dentro de una escuela de nivel media superior, las cuales son instituciones educativas que imparten conocimientos y habilidades a los estudiantes. Dentro del CETIS 1, podemos observar que su ubicación influye en su proceso de aprendizaje debido a que su lugar se ve un poco aislado, no hay muchos comercios donde puedan consumir alimentos que favorezcan su salud, fuera de la escuela sólo hay una papelería, una tienda y un Oxxo; dentro de la escuela existe sólo una tienda de alimentos donde venden comida procesada y de alimentos naturales, además de la venta de helados y aguas. Se rescata esta parte de la influencia de la comida debido a que favorece al rendimiento académico y a la atención en clase.

Por otra parte, cada centro tiene su propia filosofía y enfoque educativo, pero todos comparten el objetivo común de formar individuos competentes y comprometidos con la sociedad; considerando lo anterior podemos considerar la misión de la escuela que es formar personas con conocimientos tecnológicos en el área industrial, comercial y de servicios a través de la preparación técnico profesional, con el fin de contribuir al desarrollo sustentable del país, para el logro de su mejor desempeño laboral y de su calidad de vida.

Con relación a la pedagogía educativa dentro de la escuela la podemos definir como el estudio, comprende y procura mejorar el proceso educativo; dentro de la instancia educativa no se encuentra un pedagogo, no obstante, al parecer no es relevante, debido a que no tendría un área específica.

Al mismo tiempo la pedagogía educativa, se puede observar dentro de esta instancia mediante el trabajo docente, orientación educativa, el manejo y desarrollo curricular, por último en la capacitación y actualización docente; este grupo cumple un rol dentro de las instancia debido a que se enfoca en mejorar la calidad de la enseñanza, apoyando tanto a estudiantes como a docentes, y contribuyendo al desarrollo integral de la comunidad escolar; podemos ejemplificar dentro del campo de investigación, en la escuela Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N°01 “Coronel Matilde Galicia Rioja”, se procura que los chicos que reprobaron tengan dos capacitaciones durante las vacaciones, algunos docentes procuran que los chicos comprendan mejor el tema, otros sólo les dejan trabajos para que realicen en casa y unos pocos sólo pasan asistencia; pero procurando que en dos vueltas puedan pasar las materias.

Es fundamental conocer la historia de la escuela, ya que en 1963 un grupo de personas decidió solicitar la creación de planteles educativos de mayor nivel debido a razones sociales y demográficas. Se solicitó específicamente la instalación de una escuela preparatoria en el área de terreno otorgada por el comisario ejidal de Tláhuac, para lo cual se presentó la petición a la SEP.

La Dirección General de Enseñanzas Tecnológicas Industriales y Comerciales creó la escuela, la cual se construyó en un terreno de cuatro hectáreas ubicado en la periferia de la delegación Tláhuac, sobre la Calzada México Tulyehualco. El edificio contaba con oficinas administrativas, 8 aulas, 5 talleres, área de consejería y servicios sanitarios, y fue nombrada oficialmente como Escuela Técnica Industrial No. 54. En 2012, la escuela cambió su nombre a "Coronel Matilde Galicia Rioja", en honor a una distinguida educadora.

Identidad del centro de estudios

La misión de la escuela es formar personas con conocimientos tecnológicos en áreas industriales, comerciales y de servicios mediante la preparación técnico profesional, contribuyendo así al desarrollo sustentable del país y al mejor desempeño laboral y calidad de vida de los individuos. La visión de la escuela es ser una institución centrada en el estudiante, reconocida por la calidad de su enseñanza y programas académicos, con procesos de evaluación continua y acreditación académica.

El objetivo es satisfacer las necesidades y expectativas de la sociedad en educación medio superior tecnológico, formando bachilleres y técnicos profesionales que promuevan una cultura tecnológica y mejoren la infraestructura industrial y de servicios con enfoque en la calidad.

La misión y visión de la escuela reflejan un compromiso sólido con la formación integral de los estudiantes y el desarrollo de habilidades técnicas necesarias para el mercado laboral. Además, la atención centrada en el estudiante y el énfasis en la calidad de la enseñanza y los programas académicos son aspectos positivos que promueven un ambiente educativo sólido y efectivo.

Asimismo, la aspiración de satisfacer las necesidades de la sociedad en términos de educación y promover una cultura tecnológica resalta la relevancia de la escuela en el contexto actual, que en ocasiones no están reflejadas dentro del aula, lo hacen denotar algunos maestros.

3.2. Sujetos y Muestra

La muestra probabilística intencional, se refiere a que la muestra tiene relación con la investigación, en este caso son los estudiantes de segundo grado, debido a que fueron los primeros en entrar con la nueva asignatura de ámbito de formación socioemocional en Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N°01 "Coronel Matilde Galicia Rioja". Esta muestra va ir conectada a una sensibilidad teórica debido a que se va ir analizando mediante los datos que se van obteniendo yendo más allá de la parte teórica (Armijo, et al., 2021).

Además, se busca manipular la variable para verificar el bienestar emocional y su éxito académico de los jóvenes estudiantes; las variables se irán analizando mediante las observaciones y entrevistas, en momentos existentes, el tipo de observación que se utiliza es participante pasivo, en la hora que se tiene permitido entrar a la clase a observa se anota en el diario de campo (Postic y Ketele, 1998).

Este tipo de muestra es no probabilístico debido a que las circunstancias no lo permitieron, los grupos ya estaban conformados, eligiendo de esa manera a grupo 2D4, los estudiantes de este grupo están cursando el segundo semestre de media superior y cursan la misma asignatura ámbito de formación socioemocional en el Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N°01 "Coronel Matilde Galicia Rioja", por lo tanto, es un grupo que cumple con la principal característica (Armijo et. al, 2021). De esa forma, la presente investigación, se utilizó una muestra tipo homogénea, debido a que, los sujetos de investigación comparten características o atributos similares dentro del contexto de estudio, en este caso será una muestra de individuos, es decir, son elementos que en una muestra homogénea comparten ciertas cualidades o los hacen más parecidos entre sí (Hernández et al., 2014).

Las características que se logran percibir en nuestra muestra (grupo 2D4) es que está conformado por 9 mujeres y 21 hombres, los cuales, cursan el mismo periodo (segundo

semestre), están catalogados como un grupo con bajas calificaciones, la mitad del salón no le importa asistir a clases, tienen problemas familiares y algunos jóvenes estudiantes trabajan, los cuales pertenecen a la misma institución en el Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N°01 “Coronel Matilde Galicia Rioja”. Las diferencias que logremos encontrar, serían los valores y la propia personalidad que se han ido construyendo desde diversos momentos, ya sea de manera interpersonal e intrapersonal como también lo puede ser en el contexto social, escolar y familiar.

Por otro lado, es importante mencionar la relevancia de incluir la opinión de expertos en nuestra investigación, es decir, a la muestra de expertos. Según Hernández et al. (2014), los expertos son individuos especializados en un tema específico y pueden proporcionar información valiosa a través de entrevistas. En este sentido, es fundamental considerar la participación de profesionales como docentes de la institución, psicólogos, pedagogos, orientadores educativos en nuestro estudio. Estos expertos aportarán una perspectiva amplia y enriquecedora sobre el tema de investigación, incluso si no forman parte directamente de la institución (Hernández et al., 2014).

4. Resultados del Diagnóstico

A partir de este punto, se ha decidido no utilizar los nombres reales de los participantes como los estudiantes, padres y expertos, esto con la finalidad de garantizar su confidencialidad y proteger la identidad de los menores involucrados. En su lugar, se emplearán nombres ficticios que permitan mantener la narrativa sin comprometer su privacidad ni vulnerar su seguridad, en el caso de los expertos sólo se utilizará su formación académica. Esta medida responde a la necesidad de cumplir con las normas éticas y legales en la protección de datos sensibles y de asegurar un entorno seguro y respetuoso para todos los implicados.

Es importante considerar una educación socioemocional dentro y fuera de la escuela, debido a que forma parte de la regulación del comportamiento humano, como lo puede ser el

entorno que le rodea, ya sea, familiar, social, escolar, entre otros. En el ámbito escolar una educación socioemocional es importante en las interacciones sociales y expresar sus propios sentimientos, los maestros son los que deberían de estar más presentes de cómo los estudiantes interaccionan con sus pares y cómo se sienten (Fundación CAP, 2020).

No obstante, mediante las observaciones, en el Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios, se refleja que la mayoría de los compañeros se burlan de los intereses de los demás, dificultando el poder expresar sus emociones, se puede suponer que los jóvenes desean trabajar de forma individual para prevenir choques con sus compañeros o ser juzgados por ellos.

De acuerdo con lo anterior, es importante considerar el cómo se debería de llevar a cabo estrategias para lograr que los jóvenes estudiantes gestionen de manera adecuada sus emociones para que se puedan expresar. De acuerdo con la entrevista a la orientadora, mencionó que es importante “El poder tener contacto con las emociones propias nos permite entender las del colectivo minimizando las violencias en los contextos sociales y educativos, se podría hablar de personas con mejor autoestima desde los hogares y que en los espacios educativos se vería reflejado. En el espacio educativo tendría que ser donde se reafirman acciones y conocimientos que permitan que las y los jóvenes convivan en un espacio de libertad y escucha respecto a sus sentires, acompañando su transitar por la escuela en los diferentes espacios y niveles educativos”.

Así, los docentes son de gran apoyo, en especial, en el desarrollo positivo de las interacciones que tienen los estudiantes y el de fomentar un pensamiento crítico y positivo en los jóvenes estudiantes. De esa manera, podría ayudar a fomentar una educación emocional para fortalecer el conocimiento de las propias emociones y distinguir en qué momento pueden salir (Fundación CAP, 2020). Sin embargo, dentro del Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios #1, los docentes procuran realizar trabajos en equipo algo que les incomoda o les desagrada a los jóvenes o en algunos casos son agresivos con sus demás

compañeros. Lo anterior se puede ver reflejado en la entrevista que se le realizó a un estudiante, Arturo, mencionó que, no le era agradable trabajar en equipo, podemos suponer que la interacción de los estudiantes entre ellos no es buena o que le gusta trabajar solos; sea cual sea la situación de no querer trabajar en equipo, la consecuencia se verá afectada en el trabajo o calificación.

Por otra parte, el bienestar emocional se refiere a la capacidad de una persona para reconocer, comprender y gestionar sus emociones, establecer relaciones saludables con los demás y sentirse satisfecho consigo mismo y con su entorno. Lo anterior, se puede verificar con algunas entrevistas que se realizaron a los jóvenes estudiantes del CETIS 1, del grupo 2D4, en relación a identificar situaciones que le generen estrés, en esta ocasión se entrevistó a Frida, quien respondió que “El exceso de trabajo y cuando se acercan mis semanas de entrega de calificaciones y proyectos”. No obstante, otra de las preguntas fue acerca de la relación que tenían con sus compañeros y docentes, de esta forma, Frida respondió que con sus maestros no hay ningún problema, su relación es positiva y de respeto mutuo, por otro lado, mencionó que la actitud de sus compañeros no es siempre agradable debido al carácter que tienen, dificultando la interacción social en su entorno escolar.

Así pues, el bienestar emocional se ve influenciado por factores como la autoestima, la resiliencia, la capacidad de afrontamiento y el apoyo social. Además, promover un bienestar emocional implica practicar hábitos saludables y buscar apoyo cuando sea necesario (Goleman, 2008). Con relación a las influencias podemos destacar al contexto familiar, en las entrevistas realizadas a los padres de familia, se les preguntó su opinión de la implementación de formación socioemocional como asignatura, uno de los padres de familia, Victoria, respondió que es “importante debido a las herramientas emocionales que le pueden brindar a mi hijo, como el poder expresarse o convivir”, su participación reveló que le da importancia a las emociones de su hijo y las relaciones sociales que pueden ser beneficiadas para poder expresarse.

No todos los padres actúan de esa manera, en las observaciones en el CETIS 1, ese día se estaban entregando las boletas de calificaciones a los jóvenes estudiantes de primer semestre. Pero hubo un error en el sistema, donde en la asignatura de Ámbito de Formación Socioemocional todos obtuvieron una calificación de “No Acreditado” (N.A), los tutores de cada joven al ver la boleta de calificaciones les preguntaban por qué habían sacado esa calificación, en ese momento se le explicaba a los tutores que había ocurrido, no obstante, uno de los padres del grupo 1MM, se molestó y quería saber si su hijo, Felipe, había pasado la materia, si no, para darle una “lección”, en ese momento yo era su maestra de Ámbito de Formación Socioemocional, le explique la situación con el sistema, afortunadamente ubique al estudiante Felipe y él sí había acreditado la asignatura. Con esta situación me hizo reflexionar de las diversas situaciones emocionales que puede estar cargando cada estudiante, pero en el caso de Felipe puede ser que viva en un ambiente de violencia, además, este tipo de acciones hacen ver si su círculo más cercano brinda o no el apoyo necesario para su progreso escolar y emocional dirigido al joven estudiante.

De esa manera, se puede considerar que la educación debe de ser un equilibrio, en lugar de que un único contexto (familiar o escolar) deba de hacerse cargo, haciendo que cada individuo pueda generar herramientas para poder desarrollarse. De esa manera, en la entrevista a la psicóloga social, mencionó que para poder tener “una gestión emocional saludable en todas las etapas de la vida, que permiten a las personas regular sus emociones, mostrar empatía por los demás, establecer y desarrollar relaciones con otras personas, tomar decisiones responsables, así como definir y alcanzar metas personales”.

Por otro lado, el concepto de emoción se puede definir como una respuesta involuntaria e inconsciente que experimentamos frente a diferentes estímulos o situaciones, las cuales pueden influir en nuestro bienestar emocional y en nuestras interacciones con los demás (Álvarez, 2020; Goleman, 2008). Con lo anterior, podemos visualizarlo dentro de las entrevistas realizadas hacia los jóvenes estudiantes de la misma institución, en relación a la

siguiente pregunta ¿Cuáles crees que son los mayores desafíos que has enfrentado o te enfrentas en relación al manejo de emociones?, en la entrevista a la estudiante Senku comentó que:

“Mi mayor desafío en el manejo de emociones radica en controlarlas cuando me enfrento a momentos incómodos; tiendo a evitar estas situaciones en lugar de abordarlas directamente. Me resulta difícil confrontar a las personas con las que comparto alguna responsabilidad, como mis compañeros de equipo, por el temor a decepcionarlos o a no estar a la altura de las expectativas en las tareas o actividades que debemos realizar juntos. (...) Esta mentalidad también se traduce en dificultades para señalar cuando alguien ha cometido un error o cuando sus ideas difieren de las mías, quizás por el temor a no agradar o a desilusionar a la otra persona”.

De acuerdo con la estudiante Senku, reconoce situaciones donde salen sus emociones, pero no de una manera adecuada, debido a que su bienestar emocional está siendo afectado por sus relaciones sociales o por su influencia de estas, en este caso sus compañeros de clase.

Además, las emociones pueden ser una herramienta para mejorar el rendimiento académico, el aprendizaje y la convivencia social. Además, factores como la cultura, las experiencias previas y el entorno social pueden influir en la manera en que experimentamos y expresamos nuestras emociones. (Álvarez, 2020; Goleman, 2008). De esa forma en la entrevista a la socióloga, mencionó que se podrían abordar e identificar las emociones de los demás mediante la empatía por parte de los docentes, porque al fin de cuentas se estuvo en sus zapatos, es decir, todos hemos pasado por la etapa de la adolescencia. Además, en las observaciones dentro del plantel, se logró apreciar que, en ocasiones, suelen demostrar necesidades afectivas, los jóvenes estudiantes de esta instancia educativa, CETIS 1, ellos suelen acudir con el docente con quien empatizan o sienten seguridad, para pedir ayuda o algún consejo, cuando realice mi servicio en esa escuela, varios jóvenes de primer semestre,

1MM, me pidieron apoyo, en cada momento escuche cada una de las situaciones, les comentaba que fueran con la psicóloga de la institución para recibir ayuda de un especialista, pero cada vez que me tocaba dar clase, les tenía que recordar que fueran a su cita con la psicóloga .

En relación a las interacciones sociales, es la capacidad de relacionarnos con los demás de manera efectiva, utilizando habilidades sociales y emocionales para establecer relaciones positivas y satisfactorias en diferentes contextos (Bisquerra, 2009). En el caso del CETIS 1, los jóvenes estudiantes mencionaron que la relación que formaban con los docentes no tenían ningún problema, ambas partes tenían que otorgar respeto. No obstante, el problema se sitúa con sus pares, en el grupo 2D4, en la entrevista a uno de los estudiantes, Heinrey, mencionó que tiene una buena relación con sus amistades, no obstante, en general, los demás compañeros no se integran por diversas situaciones, como lo pueden ser las peleas que hubo entre ellos el semestre pasado, “si la miro o no”, entre otras cosas. Además, a Heinrey, no le faltan las habilidades sociales debido a que se suele integrar fácilmente en el grupo, pero dentro del salón de clase, 2D4, a la mayoría podrían necesitar fortalecer sus habilidades emocionales.

La adolescencia es una etapa del desarrollo caracterizada por profundos cambios físicos, emocionales y sociales, que marcan la transición entre la niñez y la adultez. Los adolescentes, al encontrarse en este periodo, enfrentan procesos de transformación que influyen en su identidad, relaciones interpersonales y forma de percibir el mundo. Aunque existen diferentes enfoques y teorías respecto a la definición de la adolescencia, es importante considerar que se trata de una etapa crucial en el desarrollo humano que varía según el contexto social, cultural e histórico en el que se encuentren. Los adolescentes son aquellos que experimentan cambios físicos como el crecimiento del vello púbico, el desarrollo de los senos en las chicas y de la musculatura en los chicos, así como cambios emocionales que influyen en la definición de su identidad y en el desarrollo de su autonomía (Lozano, 2014; Iglesias, 2013;

Papalia y Martorell, 2017). En este caso los estudiantes del Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios #1, están pasando por estos diversos cambios que, a su vez, afecta su rendimiento académico, en especial en el desarrollo emocional, además la estudiante Brunilda mencionó en la entrevista que ella busca “la excelencia y que eso demuestra las capacidades y compromiso, pero al no dar resultados genera frustración”, suponiendo que esté buscando la aprobación de alguien como su familia, maestros o amigos.

Con relación a lo anterior, Abdel, mencionó que se siente frustrado y ansioso cuando las cosas no salen a su manera, como en los trabajos escolares, lo que ocasiona que sus emociones dominen el momento y haga las cosas de “mala manera”, agregó que le gustó mucho que agregaran una materia que se relaciona con las emociones porque podría trabajar el cómo se siente junto con sus compañeros, además, Abdel menciona en la entrevista, que como estudiante siente que sufre “mucho depresión y ansiedad por ser parte de la comunidad LGBT+”. Con relación a lo anterior, en la entrevista a la psicóloga, menciona que es importante fomentar la empatía en la enseñanza y aprendizaje, mencionó también que, “Es elemental, saber que hay diferentes formas de percibir el mundo, da la oportunidad de ubicar necesidades de cada persona para apoyarla”. Además, resaltó la importancia de capacitar y actualizar a la comunidad escolar en los nuevos temas con relación al ámbito socioemocionales, para no sólo implementarlo en una clase si no en todas para que los jóvenes sientan que pueden contar con un apoyo en su escuela.

5. Problematicación

La problemática se centra en la escuela Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N°01 "Coronel Matilde Galicia Rioja" (CETIS 1), el cual se rige por cambios que hizo la SEP, quien integró una nueva política educativa llamada Nueva Escuela Mexicana. Esta abarca dos niveles de educación, por una parte, se consideró a la educación básica (preescolar, primaria y secundaria); por otra parte, se contempla a la educación media superior.

La Nueva Escuela Mexicana integró un nuevo Programa de estudios de los Recursos Socioemocionales en las escuelas de educación básica y media superior. De esa manera se integra una nueva asignatura al currículo del CETIS 1, llamada Ámbito de Formación Socioemocional (en adelante ÁFS). Aunque, los temas que se deberán de tratar no sólo son emocional, sino, responsabilidad social, físico culturismo y bienestar emocional afectivo; estas, a su vez, desglosan otros temas como de salud, sexualidad, deporte, arte, cultura, entre otras.

De esa manera, es importante resaltar, que la signatura ÁFS se integró en agosto del 2023, debido a que este nuevo proyecto educativo en educación media superior, busca formar ciudadanos críticos y comprometidos con su entorno. En consecuencia, esta asignatura tiene un valor curricular cualitativo en el CETIS 1, es decir, esta materia no cuenta con un valor numérico como calificación, se basa en un porcentaje objetivo y subjetivo de acuerdo con el docente, pero dentro de la boleta de calificaciones sólo resalta quien acreditó o no acreditó. Las horas que hay en la asignatura de ÁFS, son un total de 3 horas a la semana, repartiéndose 2 horas en el salón de clases y 1 hora en actividades físico motoras.

En el CETIS 1, donde realicé mi servicio social, estuve trabajando frente a grupo como docente sustituto de 4 grupos de 1er semestre en la asignatura ÁFS I. Durante los meses de octubre a diciembre del 2023, se estuvo observando a los jóvenes estudiantes de la misma instancia educativa, CETIS 1, considerando la actitud y aptitudes que tenían los estudiantes durante la clase. Además, estuve trabajando con el libro que dieron, porque no me dieron una planeación con que guiar la clase, procurando dar los temas de manera dinámica y creativa para promover un aprendizaje significativo, esto se notó en la participación de los estudiantes del CETIS 1.

Durante el servicio social, se visualizan las diversas personalidades de los jóvenes estudiantes del CETIS 1, viendo actitudes violentas, pasivas, introvertidas, extrovertidas, de liderazgo, de superioridad, participativas, entre otros. Además, se denotaba la falta de desarrollo de habilidad social, es decir la interacción con los demás, en especial cuando se

relaciona con sus propios compañeros. Por ejemplo, Fernando, es un estudiante que pertenecía al grupo 1MM y faltaba mucho, debido a que sus padres estaban en proceso de divorcio, al mismo tiempo estaban viendo quién de ellos se quedaba la custodia, agregando la poca relación que tenía con sus compañeros, ocasionando que en las actividades grupales se aislará.

Por otra parte, el primer día de clases con los grupos, los estudiantes desconocían la asignatura y lo que se vería en clase, que como ya se ha mencionado, esta asignatura ÁFS era nueva, tanto para los docentes como para los estudiantes. No obstante, se estuvo trabajando consecutivamente con los temas que venían en el libro. Al paso de los días se observaron actitudes de violencia entre los estudiantes del CETIS 1, ya que, hubo toda una semana donde los jóvenes se peleaban, chica con chica o chico con chico, así como en una ocasión entre padres de familia se pelearon, como consecuencia podemos suponer que los chicos tienen algún problema emocional.

Hubo en otro momento donde uno de los estudiantes que tenía a cargo, se peleó con otro el chico era del grupo 1MM, no me acerqué en ese momento, no obstante, después de dos semanas me acerqué a Ernesto, porque lo suspendieron, y le pregunté qué fue lo que había sucedido, me contestó que el chico le había mordido a su torta, y le volví a preguntar si el golpear era una manera de resolver la situación, Ernesto respondió que si no lo hacía iba a ser débil, le pregunté si él pensaba así, y Ernesto dijo que en su familia si no hacía que los demás lo respetaban eran débiles, le pregunté que era el significado que le daba al respeto, me comentó que era él los demás hicieran lo que diga y si no lo hacían eran golpeados para que se supiera que es fuerte y no débil, y agregó “mi papá eso hace cuando mi mamá no tiene lista la comida o le responde mal a mi papá”. Este acercamiento con este joven estudiante me hizo ver que no sólo se puede cargar con este tipo de situaciones, en este caso puede ser violencia familiar, en esa ocasión quien cargó con la responsabilidad fue este joven, estos últimos cargaban con diversas situaciones emocionales y familiares.

Con las observaciones realizadas en este grupo y el mismo acercamiento con los estudiantes del CETIS 1, y trabajos realizados, se encontró que existe una variedad de tipos de familias en el salón de clase del grupo 1MM, existiendo familias monoparentales, estando presente su mamá; otros viven con una familia separada debido a que sus padres decidieron divorciarse, viviendo tanto en casa de su papá como de su mamá; otros, tienen una familia nuclear contemplando a los dos padres de familia y sus hermanos; por último, los que tienen una familia extensa, encontrando a los padres, tíos, abuelos, entre otros, que viven en la misma casa.

Se empezó la observación de los estudiantes de este grupo, 1MM, debido a diversas situaciones emocionales que se logró captar, en especial con las situaciones que se describieron anteriormente, no obstante, hubo un percance dentro de las observaciones, debido a que en este semestre 2024, pasaron a segundo, tenían que elegir su especialidad, ocasionando que fueran divididos dependiendo de esta, las especialidades que hay en el CETIS 1 son: electricidad, electrónica, mecánica industrial, mecatrónica, programación, ofimática, soporte y mantenimiento de cómputo y mecánica automotriz.

Cabe resaltar, que en este semestre no estuve a cargo de ningún grupo de segundo semestre en el CETIS 1, en esta ocasión unas compañeras de servicio social y un docente con especialidad en el área de psicología, estuvieron a cargo de las clases. Una de mis compañeras, Jazmín, se encargaba de dar temas que consideraba importantes en la cuestión emocional, dentro del salón de clases. Otra compañera, Aranza, estuvo a cargo de las actividades físico motoras en el área de canchas.

Aunque no todos se separaron por completo, este mismo grupo seguía casi igual, sólo la mitad del salón se separó, y se integraron otros jóvenes estudiantes considerando de esa manera nuevas actitudes y aptitudes, aunque en esta ocasión la actitud de estos nuevos jóvenes era más violenta, se le pidió a la maestra a cargo, Jazmín para poder observar, de ahora en adelante al grupo, 2D4.

Durante las observaciones, que se realizaron, en el grupo 2D4, en el primer día con permiso de la maestra Jazmín, se presentó con grupo, todo estaba yendo bien hasta que unos jóvenes estudiantes, de aproximadamente 7 personas, decidieron salir del salón, la maestra intentó detenerlos, pero los jóvenes estudiantes, pero no hicieron caso y se salieron, sin antes de decir que la materia no servía para nada. Además, en otra ocasión estos mismos jóvenes liderados por otro compañero hicieron lo mismo, pero en esta ocasión subieron el tono, esta vez, los estudiantes decidieron decir palabras altisonantes o groserías, no se esperaba este tipo de situaciones la maestra, quedó en blanco unos segundos y decidió seguir con la clase.

Las situaciones descritas permiten suponer que la falta de una educación socioemocional estructurada, sumada a las propias características de la adolescencia —etapa en la que se encuentran los estudiantes, con edades aproximadas entre los 15 y 16 años—, contribuyó a las dificultades que enfrentaron para expresar adecuadamente sus emociones y necesidades. A menudo, los jóvenes encuentran complejo comunicarse de forma clara para ser comprendidos o apoyados por los demás. Durante esta etapa, las emociones suelen manifestarse con gran intensidad, lo que los hace más sensibles en el ámbito emocional y social. Destaca, además, su necesidad de validación por parte de otros, incluso cuando no se trata de figuras familiares.

Se logró conocer un poco más sobre los estudiantes de 2D4 del CETIS 1, tras los cuestionarios y entrevistas, ya que estos denotaron que algunos de ellos trabajan de manera informal debido a que buscan apoyar a su familia, pagar sus estudios y libros, y ganar más. Al mismo tiempo, la mayoría utiliza el transporte público para llegar a la escuela, donde muchos de ellos son de la Ciudad de México, pero otros vienen del Estado de México; lo que ocasiona que varios puedan alimentarse de manera adecuada, consumiendo sus 3 comidas diarias, no obstante, no todos corren con la misma suerte, debido a que algunos sólo tienen una comida al día. Aunque, la mayoría de estos jóvenes, realizan actividades extras después de la escuela como: Box, van al GYM, Juegan videojuegos, actividades artísticas (música y artes), juegos de

balón (Baloncesto, béisbol, básquetbol y fútbol). De igual manera se conoció que es lo que esperan después de salir de la escuela (CETIS 1), muchos de ellos desean seguir estudiando, unos buscan sacar una licenciatura, otros buscan estar a un tecnológico, algunos buscan entrar a la universidad marina o militar, pero unos pocos quieren trabajar conforme a su especialidad (mecánica automotriz).

De acuerdo con lo anterior, en ocasiones los jóvenes son influenciados de manera positiva o negativa por sus diversos contextos donde se encuentran como lo puede ser: su contexto familiar, escolar y social. Además, puede que se le otorguen diversas motivaciones y se genere un bienestar emocional y social, si consideramos la parte familiar dentro de este grupo, ya que, es una parte fundamental para el desarrollo emocional y social de los jóvenes estudiantes del CETIS 1.

En relación al contexto familiar de los estudiantes, la mayoría del grupo 2D4, viven con aproximadamente 5 personas, otros con 6 o 4 personas y unos pocos contestaron que sólo viven con una persona. Las personas que destacaron en las encuestas fueron: mamá, papá, hermanos, abuelos, tíos, primos y personas que no tienen algún parentesco. De esa manera, se contempló quien era su tutor a cargo, más de la mitad de los estudiantes, mencionaron que su mamá, su papá, abuelos, hermanos o tíos. No obstante, me comentó una de las maestras, en relación del porqué los hermanos eran tutores, algunos de estos jóvenes estudiantes perdieron a sus padres durante la pandemia, quedando huérfanos. Esto me hizo reflexionar sobre la carga emocional y social que tenían o tienen, este curiosamente era el joven estudiante que no prestaba atención a las clases.

Al mismo tiempo, es relevante la relación que existe entre los jóvenes estudiantes con su padre de familia o tutor, eso es para comprender un poco de las situaciones que viven los estudiantes del grupo 2D4 con su familia en especial en el apoyo que les dan dentro de la escuela, describieron cómo era su relación con ellos, muchos respondieron que era “buena”, “sana”, “normal”, “perfecta”, entre otras. Pero cuando se les preguntó qué es lo que no les

gustaba y que cambiarían respondieron que tienen poca confianza hacia ellos, las exigencias que les dan, su indiferencia, unir a la familia, mejorar la comunicación, y demás.

Al analizar lo anterior, podemos ver un posible problema de comunicar o expresar las emociones hacia los demás de una manera adecuada y no agresiva o pasiva como los casos anteriores de Fernando y Ernesto, o que ni siquiera saben qué emociones están experimentando en ese momento con sus amigos, familiares, maestros, compañeros, entre los otros; ocasionando que se estresen y puede que afecten su bienestar emocional y social.

Debido a lo anterior, surgió el interés de generar una propuesta acerca de cómo se podría implementar la educación socioemocional para promover habilidades sociales y emocionales en los estudiantes del CETIS 1, en el contexto escolar. Con lo que se ha comentado anteriormente, podría responder el por qué trabajar la propuesta pedagógica, teniendo como pregunta de investigación ¿Cómo diseñar una planeación didáctica centrada en el aprendizaje significativo para la materia de Ámbito de Formación Socioemocional dirigida a estudiantes de segundo semestre del CETIS 1? Específicamente con los jóvenes de segundo semestre en este centro CETIS 1.

En resumen, la problemática central en el CETIS 1 comenzó con la implementación de la asignatura Ámbito de Formación Socioemocional (ÁFS), esta asignatura busca promover el desarrollo emocional y social de los estudiantes, pero enfrenta desafíos significativos como lo es la falta de una estructura curricular, la escasa capacitación docente y la ausencia de un valor en calificación dificultando su integración efectiva en el proceso educativo. Además, la diversidad de contextos familiares y la presencia de situaciones emocionales complejas entre los estudiantes, como violencia familiar o escolar y la falta de apoyo, agravan la situación. Estos factores contribuyen a la manifestación de conductas disruptivas entre ellos y una limitada capacidad para expresar y gestionar emociones adecuadamente.

6. Preguntas de Investigación

Las preguntas planteadas ayudaron a profundizar en la problemática, entender el entorno de los individuos involucrados en el estudio y conocer cuáles son las necesidades que los rodean a los jóvenes estudiantes. En relación a desarrollar un aprendizaje significativo en la asignatura de Ámbito de Formación Socioemocional en el Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N°01 “Coronel Matilde Galicia Rioja”. Teniendo como finalidad hacer una propuesta que fomente una planeación didáctica para los jóvenes estudiantes de segundo semestre.

General. ¿Cómo diseñar una planeación didáctica centrada en el aprendizaje significativo para la materia de Ámbito de Formación Socioemocional dirigida a estudiantes de segundo semestre del CETIS 1?

Específicas

- ¿Cuáles son los contenidos más relevantes que podrían ser incluidos en la planeación didáctica para la materia de Ámbito de Formación Socioemocional?
- ¿Cómo puedo diseñar actividades y recursos pedagógicos que impulsen la reflexión, el autoconocimiento y la autorregulación emocional de los estudiantes durante el proceso de aprendizaje?
- ¿Qué tipos de entrevistas y cuestionarios podrían utilizarse para documentar las experiencias de los estudiantes en relación con sus situaciones emocionales?

7. Objetivos de la Investigación

Los objetivos mencionados anteriormente se establecieron con el fin de investigar y analizar la situación en la que se encontraban los individuos de estudio, respondiendo a cada una de las preguntas planteadas previamente. Estos objetivos permitieron obtener información detallada y precisa sobre el tema en cuestión, así como identificar posibles factores que influyen en dicha situación.

General

Desarrollar una planeación didáctica para la asignatura del Ámbito de Formación Socioemocional en el nivel medio superior que promueva un aprendizaje significativo en los estudiantes.

Específicos

- Identificar contenidos relevantes que podrían abordarse en la planeación didáctica para la materia de Ámbito de Formación Socioemocional.
- Diseñar actividades y recursos pedagógicos que fomenten la reflexión, el autoconocimiento y la autorregulación emocional de los estudiantes en el proceso de aprendizaje.
- Documentar las experiencias de los jóvenes estudiantes mediante entrevistas y cuestionarios relacionados a situaciones emocionales.

Capítulo III. Propuesta para la Elaboración de la Planeación Didáctica en la Asignatura de Ámbito de Formación Socioemocional

En este capítulo se presentará la propuesta de intervención diseñada para ser implementada en la asignatura ámbito de formación socioemocional. El enfoque de la propuesta busca desarrollar competencias socioemocionales en los estudiantes mediante sesiones estructuradas que promuevan el aprendizaje significativo y el bienestar emocional.

Cada planeación se ha conceptualizado con el propósito de abordar los contenidos específicos de cada sesión de manera clara y coherente. Estas planeaciones incluyen objetivos precisos, estrategias didácticas innovadoras y actividades que fomenten la reflexión, el autoconocimiento y la autorregulación emocional. De esta manera, se espera generar un impacto positivo tanto en el desarrollo personal de los estudiantes como en su capacidad para gestionar situaciones emocionales en diversos contextos.

Con relación a los objetivos planteados, dentro de este capítulo, pueden conectarse con la planeación didáctica, debido a que se compone de pasos claros que se alinean con el objetivo general y los objetivos específicos.

De esa manera, el objetivo general actúa como meta integral que orienta todo, siendo directo con lo que se busca lograr, elaborar una planeación didáctica para el ámbito de formación socioemocional que promueva un aprendizaje significativo en los estudiantes.

Además, en cada una de las planeaciones se tuvo que identificar contenidos relevantes y relacionados con el bienestar emocional, permitiendo definir las actividades y que estén alineados con las necesidades específicas de la asignatura.

Con relación al diseño de actividades y recursos pedagógicos, este objetivo específico se centra en desarrollar estrategias prácticas que fomenten habilidades clave en los estudiantes, como la reflexión, el autoconocimiento y la autorregulación emocional. Estas actividades, cuidadosamente diseñadas, aseguran que los temas identificados no sólo sean comprendidos, sino que sean de apoyo en su día a día.

Para enriquecer y contextualizar la planeación, se consideró las experiencias estudiantiles mediante entrevistas, observaciones y cuestionarios, los cuales ya fueron explicados en el capítulo dos. El poder recolectar este tipo de información ayuda a conocer acerca de las realidades emocionales de los estudiantes, lo que contribuye a ajustar los contenidos y actividades a sus necesidades.

En conjunto, este proceso se organiza de manera en que cada objetivo específico forma parte del objetivo general. De esa manera, con relación a la planeación, se procurará contemplar contenidos que ayuden al aprendizaje socioemocional, además de diseñar actividades para impulsar y mejorar la enseñanza. De acuerdo a lo que ya sea documentado mediante las experiencias de los estudiantes, en especial la muestra de estudiantes que se consideró, se desarrolló la siguiente planeación acorde a la información y resultados que se obtuvo en entrevistas y observaciones.

1. Fundamentación Teórica de la Propuesta

De la misma forma, al conseguir la información necesaria para elaborar esta propuesta de intervención, teniendo como finalidad desarrollar una planeación didáctica para la asignatura de Ámbito de Formación Socioemocional para fomentar un aprendizaje significativo en los jóvenes estudiantes de segundo semestre (2D4).

Asimismo, es importante destacar que la función de la planeación, ayuda al docente a identificar los estilos y tipos de aprendizaje, contemplando los métodos de enseñanza, los cuales, son las secuencias de acciones del profesor destinadas a provocar cambios en los alumnos para lograr los objetivos del proceso de enseñanza y aprendizaje. No existe un método universal y aplicación, depende de las condiciones de aprendizaje, las exigencias del contenido y las especificidades del mismo (Instituto Politécnico Nacional, 2016; en adelante IPN)

Además, se debe de considerar el método de enseñanza, porque es la interacción entre profesor y alumno para alcanzar los objetivos del proceso educativo, así como un conjunto de procedimientos de trabajo docente y una vía para conducir a los alumnos del desconocimiento al conocimiento. El método es un medio para lograr un propósito, una reflexión sobre los posibles caminos para alcanzar un objetivo, teniendo función de medio y carácter final. Es el medio que utiliza la didáctica para orientar el proceso enseñanza y aprendizaje, incluyendo la planificación y sistematización (IPN, 2016).

De ese modo, la planeación didáctica es un proceso fundamental para los docentes antes de comenzar un curso académico, donde se definen objetivos, estrategias de enseñanza, contenidos, y métodos de evaluación. Durante este proceso, se crea un programa que integra los conocimientos que se pretenden impartir, teniendo en cuenta las características del alumnado y los contenidos previamente enseñados (Montagud, 2020). Además de hacerla flexible para adaptarse a cambios y contingencias, y planificar la evaluación del aprendizaje

mediante diversas formas de evaluación, como exámenes, trabajos o actividades alternativas (Montagud, 2020).

Esta flexibilidad, permite que el docente ajuste está de acuerdo al contexto y ambiente en el aula, ya que el ambiente áulico es único y se construye por las personas que lo conforman (Islas et al., 2014). Además, las partes fundamentales de una planeación didáctica incluye establecer objetivos y contenidos, diseñar tareas y actividades prácticas, y planificar la evaluación del aprendizaje. Estos elementos deben estar claramente especificados y organizados para guiar eficazmente el proceso de enseñanza y aprendizaje (Montagud, 2020).

Al mismo tiempo, la planeación didáctica implica diseñar un plan que facilita el proceso de enseñanza y aprendizaje, considerando elementos como objetivos, organización de contenidos, actividades de aprendizaje y evaluación. En el contexto de la Escuela Nacional Preparatoria (ENP), se adopta un enfoque basado en la propuesta metodológica de Díaz Barriga (2007), donde se enfatiza la importancia de que los profesores elaboren programas guía que orienten su quehacer cotidiano, más allá de ser un requisito formal (citado en Tejada, 2009).

Con relación a las estrategias de enseñanza y aprendizaje son operaciones cognitivas y afectivas que los estudiantes realizan para organizar, integrar y elaborar información con el fin de facilitar la adquisición, almacenamiento y utilización de conocimientos. Por otro lado, las estrategias de enseñanza son utilizadas por el profesor para mediar, facilitar, promover y organizar el aprendizaje durante el proceso de enseñanza (IPN, 2016).

Lo anterior tiene como finalidad, encontrar estrategias escolares para promover el logro del perfil de egreso; las estrategias se pueden definir como actividades a realizar dentro y fuera del aula para apoyar el desarrollo cognitivo, como proyectos didácticos, actividades extracurriculares, proyectos de vinculación comunitaria y prácticas profesionales (COPEEMS, 2017).

El uso adecuado de estas estrategias conlleva a una instrucción estratégica interactiva y de alta calidad, donde el docente actúa como un mediador y modelo para el alumno. Las estrategias deben ser funcionales, significativas y llevar al incremento del rendimiento académico con un tiempo y esfuerzo razonables. Además, deben demostrar cómo pueden ser aplicadas, cuándo y por qué son útiles, y deben estar conectadas con las percepciones del estudiante sobre el contexto de la tarea (IPN, 2016).

Así mismo, las estrategias de aprendizaje implican conductas y pensamientos que un aprendiz utiliza durante el proceso de aprendizaje con la intención de influir en su proceso de codificación. Se caracterizan por no ser automáticas, sino controladas; implican un uso selectivo de los recursos y capacidades disponibles, y están constituidas por elementos más simples como técnicas de aprendizaje, destrezas o habilidades (IPN, 2016).

La planeación didáctica es fundamental en la labor docente porque permite anticipar y describir de manera específica las actividades que se llevarán a cabo para alcanzar los objetivos del programa de estudios. Esta planeación guía los procesos para el desarrollo exitoso del proceso enseñanza y aprendizaje, convirtiéndose en una herramienta crucial (IPN, 2016).

De esa manera, la planificación didáctica tiende a tener un sentimiento de autoeficacia por parte de los docentes, ya que, influye significativamente en su práctica docente. Los profesores con un elevado sentimiento de autoeficacia están más dispuestos a innovar y mostrar más compromiso y entusiasmo por su labor (Islas et al., 2014).

Para el IPN y la Dirección de Educación Superior (2016), la planeación didáctica es una herramienta que asegura la operatividad del currículo y del Modelo Educativo Institucional. Además, promueve la formación de clases dinámicas, congruentes, aplicables y entendibles.

De acuerdo con Tejada (2009), quien menciona que existen diversas corrientes dentro de la didáctica, resalta que es fundamental que los profesores reflexionen sobre su práctica docente y diseñen planes didácticos coherentes con una posición teórica que guíe el proceso

educativo. Así, como puede ser el constructivismo y la enseñanza basada en competencias, estas ponen énfasis en el aprendizaje activo y el desarrollo de habilidades prácticas. La didáctica crítica, por su parte, propone un enfoque más reflexivo y analítico de los fines de la educación y las prácticas institucionales (Tejada, 2009).

En este contexto, se destaca la importancia del uso de materiales didácticos para generar un aprendizaje más dinámico, especialmente en el nivel preescolar, donde el juego y la interacción con estos materiales son fundamentales para el desarrollo integral de los niños. Por ejemplo, prácticas de los docentes preescolares en relación con el uso del material didáctico, se evidencia la necesidad de renovar las prácticas pedagógicas y promover un aprendizaje más significativo a través de la manipulación y el uso activo de estos recursos en el aula de clase (Manrique y Gallego, 2013).

De igual manera, Manrique y Gallego (2013), mencionaron que los recursos didácticos son elementos materiales o tecnológicos que facilitan el proceso de enseñanza y aprendizaje, utilizados por educadores en instituciones pedagógicas para complementar sus labores. Estos recursos pueden variar en su función, desde proporcionar orientación y motivar el aprendizaje hasta evaluar el desempeño del estudiante.

Además, no existe un concepto universal de recurso didáctico, pero se distingue entre recursos generales de enseñanza, como pizarras y marcadores, y materiales didácticos específicamente diseñados para facilitar el aprendizaje, como libros de texto y presentaciones audiovisuales. La importancia de los recursos didácticos radica en su capacidad para diversificar la enseñanza, adaptándose a diferentes estilos de aprendizaje, y en su potencial para introducir tecnología moderna en el proceso educativo (Manrique y Gallego, 2013).

Lo anterior tiene la finalidad de que se lleve de manera adecuada la educación socioemocional y el aprendizaje significativo. Debido a que la educación socioemocional cumple un papel fundamental que trasciende las fronteras escolares, involucrado a la familia y la comunidad en general, este aprendizaje al no llevarse de manera adecuada puede provocar

complicaciones dentro del aula y otros contextos, es importante poder impulsar la flexibilidad educativa ante el proceso del cambio y el mejorar las interacciones interpersonales e intrapersonal mediante la gestión emocional (Marías, 2019).

Así, podemos entender que las emisiones tienen un efecto dentro de los diversos contextos donde se pueda relacionar un individuo, no obstante puede influir de manera que favorezca o perjudique a su entorno, como o pueden ser las emociones descontroladas y que tengan un impacto en el bienestar colectivo o individual, no obstante, las emociones también pueden ser vistas como un impulso para poder conseguir, por ejemplo, metas o un desarrollo de bienestar, en el caso del contexto educativo puede que mejore las relaciones que existen entre el docente y estudiante, mejorando de alguna manera la enseñanza y el aprendizaje (Goleman, 2008; Álvarez, 2020).

Así mismo, la educación socioemocional puede llevarse a cabo mediante un enfoque que ayude a conocer mejor su objetivo que es el promover el bienestar integral y evitar conductas que puedan afectar negativamente la salud emocional de cada persona, e esa manera se consideró el aprendizaje significativo para integrar nuevos conocimientos sin que sean olvidados al paso del tiempo, pero también dependerá de la disposición de cada estudiante y la aplicación de cada contenido (Muelas, 2018; Moreira, 2017).

Siendo que el aprendizaje significativo es la exposición, asimilación y producción de conocimiento, además de la motivación intrínseca del estudiante. Fomenta habilidades autónomas como la autorregulación, la toma de decisiones y la búsqueda de información. Estas estrategias buscan promover un aprendizaje innovador y duradero (Trejo, 2018; Baque y Portilla, 2021).

2. Diseño de la Planeación Didáctica

De esa manera, en relación al desarrollo de la planeación dentro del Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N°01 "Coronel Matilde Galicia Rioja" y la obtención de

datos mediante diversas herramientas, se pretende que la propuesta consta de 8 sesiones, estas sesiones se trabajarán durante dos meses, que contenga diversas dinámicas y temas que ayuden a su aprendizaje significativo.

Conforme a la información obtenida por medio de las entrevistas realizadas a estudiantes, padres y expertos; estos tres llegaron a la misma conclusión en relación a cómo se podría llevar a cabo la asignatura para promover el aprendizaje significativo y a su vez un bienestar emocional en los jóvenes estudiantes. Algunas de las respuestas que dieron fue que se conformarán mesas de diálogo entre pares, el reconocer quienes son, pláticas con expertos que les brinden mayor información, actividades recreativas, de relajación y reflexivas, entre otros.

Para desarrollar la planeación de esta propuesta, se utilizó la estructura que maneja Sánchez (2016), brindándole un propósito a los temas y contenidos que se dirigen a una población específica, así como conocer las características de los estudiantes y sus condiciones escolares, además, la creatividad es crucial para crear experiencias educativas significativas.

Las actividades se organizaron en tres momentos principales: inicio, desarrollo y cierre (Sánchez, 2016). Considerando que:

- Al inicio de las sesiones, el docente a cargo presentará las actividades y el propósito de cada sesión para la mejora de los estudiantes.
- Durante el desarrollo de la sesión, Sánchez, (2016) propone que las actividades fomenten el trabajo en equipo para favorecer el aprendizaje colaborativo. El docente observa las reacciones de los estudiantes, manteniendo una flexibilidad en la planificación para mejorar los resultados de aprendizaje.
- En el cierre de la sesión, los estudiantes pueden presentar sus conclusiones y elaboraciones, de manera oral o material. La evaluación debería de ser continua, documentando avances y dificultades.

Además, la planificación y evaluación pueden ser flexibles, pero se recomienda que la sesión de clase se realice en una sola. Así, destaca la importancia de la evidencia material como una producción individual que demuestre si el aprendizaje está siendo alcanzado (Sánchez, 2016).

De esa manera, se consideraron varios temas y dinámicas que se implementarían dentro de este proyecto de intervención. Dentro de las sesiones, se dará a conocer cómo se llevará a cabo la planeación con los diversos temas a ver, como el autoconocimiento y autoaceptación; resolución de conflictos y manejo de las emociones; habilidades sociales y comunicación asertiva; empatía y comprensión hacia los demás; toma de decisiones responsables; desarrollo de la autoestima y la confianza en uno mismo; construcción de relaciones positivas y saludables.

Por otra parte, es importante resaltar o dejar en claro, que los materiales elegidos para esta planeación son clave para cumplir con los objetivos de la misma, ya que están diseñados para desarrollar habilidades esenciales como la reflexión, el autoconocimiento y la autorregulación emocional. Además, los recursos audiovisuales e interactivos, como vídeos, están pensados para captar el interés de los jóvenes, adaptándose a sus habilidades tecnológicas y a su contexto (Bautista et al., 2020).

Estos materiales no sólo son relevantes para los contenidos tratados, sino que también aseguran un aprendizaje activo al enlazar los nuevos conocimientos con las experiencias previas de los estudiantes. Por otro lado, su diseño accesible y sostenible facilita su aplicación en diferentes entornos, dentro de la planeación se han considerado actividades como debates grupales y ejercicios de reflexión, que permitirán medir su efectividad y asegurarse de que cumplen con los propósitos. En conjunto, estos materiales enriquecen la enseñanza al ofrecer herramientas prácticas, atractivas y significativas para una educación integral (Bautista et al., 2020).

Con relación a las evaluaciones, este juega un papel fundamental en el diseño de una planeación, especialmente cuando se busca fomentar el desarrollo de habilidades socioemocionales y, al mismo tiempo, con un aprendizaje significativo. Entonces, las estrategias no sólo se enfocarán en medir el nivel de conocimiento adquirido, sino también en evaluar cómo los estudiantes desarrollan competencias como la autorreflexión, el autoconocimiento y la autorregulación emocional. Para llegar a lo anterior, es necesario implementar enfoques que valoren tanto los resultados como los procesos, permitiendo una visión integral del aprendizaje y del crecimiento personal de los estudiantes (Valdez et al., 2023).

De esa manera se consideró a la evaluación cualitativa y formativa, debido a que la evaluación cualitativa permite analizar aspectos emocionales y relacionales del aprendizaje mediante técnicas como la observación, los diarios reflexivos y los portafolios, los cuales serán trabajados por los estudiantes, pero dirigido por el docente. Estas herramientas fomentan la autoconciencia, documentan avances y conectan experiencias con los contenidos, priorizando tanto el proceso como el desarrollo socioemocional (Valdez et al., 2023).

De igual manera, la evaluación formativa, se consideró porque es una herramienta fundamental en el proceso educativo, ya que permite a docentes y estudiantes monitorear constantemente el progreso del aprendizaje. Su objetivo principal es identificar las fortalezas y debilidades de los estudiantes para ajustar las estrategias de enseñanza y ayudar a los estudiantes a superar cualquier obstáculo que encuentren, como lo puede ser el expresar su propia opinión o hablar frente a grupo. De esa manera, se consideraron actividades que podrán desarrollar habilidades nuevas en cada uno de los contenidos y sesiones de la planeación (Valdez et al., 2023).

2.1. Objetivo de la Planeación Didáctica

Con esta propuesta se busca que los jóvenes estudiantes de segundo semestre de nivel media superior, puedan desarrollar un aprendizaje significativo en la asignatura de Ámbito de Formación Socioemocional, mediante una planeación didáctica de la misma asignatura, con el propósito de que fortalezcan el bienestar emocional y sus interacciones sociales mediante dinámicas y actividades relacionadas con la educación socioemocional y los intereses planteados dentro de las entrevistas.

Objetivo General

Promover el desarrollo de habilidades emocionales y sociales mediante herramientas y estrategias dirigidas hacia los jóvenes estudiantes de segundo semestre de educación media superior.

Objetivos Específicos

Que los alumnos puedan:

- Identificar y reflexionar sobre fortalezas, debilidades y gustos personales
- Aceptar y valorar a uno mismo para promover la autoestima positiva
- Aprender técnicas de comunicación efectiva y resolución pacífica de conflictos
- Identificar y regular las emociones de manera saludable
- Desarrollar habilidades sociales, empatía, asertividad y negociación
- Tomar decisiones de manera consciente y responsable a través de técnicas de análisis

2.2. Propuesta de Planeación Didáctica en la Asignatura de Ámbito de Formación Socioemocional

Sesión 1. Presentación de la Secuencia Didáctica y Presentación grupal

Dentro de esta sesión se pretende presentar como se llevará a cabo cada una de las sesiones, además, de realizar actividades para integrar al grupo.

Sesión 1. Presentación de la secuencia didáctica y presentación grupal

Tiempo estimado	1 hora 50 min
Contexto	La estrategia didáctica se llevará a cabo dentro del salón de clase
Destinatarios	40 estudiantes de 2do semestre de media superior con edades entre 15 – 16 años
Objetivo	Dar a conocer la secuencia didáctica a los jóvenes estudiantes
Tema	Presentación de la secuencia didáctica y presentación grupal
Contenidos:	Presentación de los temas Actividades a realizar durante el curso Recursos que se utilizaran y que se les va a requerir El producto antes de terminar el taller
Recursos:	Presentación, plantilla para la actividad de basta, cuaderno, sillas, hojas, lápices, plumas y plumones.
Actividad inicial 25 min	La actividad a realizar es “basta”, los participantes buscarán a una persona dentro del grupo que no sean sus amigos, cada uno le preguntara al compañero acerca de sus gustos, dependiendo de lo que se le pide en el cuadro, podemos encontrar el nombre de la persona a quien se le está preguntando, el lugar que le gusta o le gustaría visitar, la comida que más le gusta, la música que le gusta, libro o género que más le gusta, pasatiempo, tal y como se muestra

en Figura 5. Para esto es necesario que los estudiantes se muevan y se dispersen para que conozcan a sus demás compañeros.

Figura 5

Basta

Lo que más me gusta:

 Nombre	 Lugar	 Comida	 Música	 Libro o género	 Pasatiempo

Nota. Esta adaptación creativa del juego "Basta" constituye una herramienta eficaz y amena para indagar en las preferencias individuales y estimular la interacción social.

Cuando terminé todo el grupo, se les pedirá que mencionen a una persona que tenga gustos similares a ellos, después esa persona mencionada es la que sigue, y así sucesivamente; si vuelve a ser mencionada la persona menciona a otra persona que no hayan mencionado, la hoja se pegara en su cuaderno. Pasando sólo algunos compañeros, con la finalidad de que el pase de lista sea mediante una participación.

Actividad
intermedia
50 min

Se presentará la secuencia de la planeación, después se dará inicio de la actividad. La actividad es para saber qué es lo que saben de acerca de la materia y de los temas elegidos, es decir, un examen diagnóstico, las siguientes preguntas se escribirán en su cuaderno:

	- ¿Reconoces las emociones que tienes cuando hablas con otras personas? ¿Cómo cuáles? - ¿Crees que las actividades te ayudan a relajarte y recargar energía emocional? - ¿Qué estrategias utilizas para resolver conflictos con tus compañeros de clase? (Se sinceró) - ¿Cómo manejas la presión académica y el estrés antes de los exámenes? - ¿Te sientes apoyad@ y comprendid@ por tus profesores y compañeros de clase? ¿Cómo? - ¿Cuáles son tus metas personales te has planteado a corto y largo plazo? Al terminar la actividad se recogerá este trabajo para su registro, de igual manera se considerarán las participaciones. Al finalizar la actividad, se solicitará a los estudiantes que entreguen sus trabajos para llevar un registro de quienes participaron. Aquellos que no logren participar deberán entregar sus libretas para su correspondiente registro.
Actividad de cierre 35 min	Como última actividad, se les pedirá a los jóvenes estudiantes que pongan las bancas en círculo dejando espacio en el centro, para realizar la dinámica del “Soy el cartero”, los estudiantes estarán sentados en una banca a excepción de uno, el que está levantado tendrá que decir “soy el cartero y traigo cartas para ...” dirá alguna característica de los que se encuentran sentados, por ejemplo, “los

	que traen zapatos”, “las que se maquillan”, “los que han sido rechazados”, entre otros. Todos los que cuenten con esta característica se levantarán e intercambiarán el asiento con los que tengan esas características, y la persona que se quede parada tendrá que hacer un ejercicio físico, proporcionado por el docente como hacer 10 saltos, sentadillas, entre otros. El tiempo que sobre se utilizará para registrar las actividades de los que faltaron pero que sí participaron.
Evaluación	En esta sesión sólo se considerará la participación de los estudiantes, y la convivencia entre ellos. Además, en esta sesión se dará los rubros a calificar a lo largo del bloque 1, como lo es la participación, entrega de actividades, integración y convivencia sana con sus compañeros y docente.

Sesión 2, Tema 1. Autoconocimiento y Autoaceptación (Enamorándose de uno mismo)

El autoconocimiento implica la capacidad de reconocer y valorar uno mismo, comprendiendo los diversos factores personales y del entorno que contribuyen a la formación de la identidad. Este proceso incluye establecer metas personales y tener conciencia de las fortalezas y debilidades que pueden afectar su consecución (Chernicoff y Rodríguez, 2018).

Además, implica dirigir la atención hacia su mundo interno, comprendiendo las emociones y su influencia en la experiencia y comportamiento, así como expresarlas de manera adecuada según el contexto. Este concepto se relaciona estrechamente con las actitudes y creencias del individuo sobre sí mismo, su autoestima y la confianza en su capacidad para alcanzar sus objetivos (Chernicoff y Rodríguez, 2018).

Al mismo tiempo, en el momento en que se tiene conciencia de uno mismo es más fácil poder reconocerse y de esa manera aceptarse, podemos definir a la autoaceptación. De acuerdo con lo planteado por distintos psicólogos, como Rogers (1961), implica experimentar una consideración positiva e incondicional hacia uno mismo, evitando discrepancias entre la valoración personal y la necesidad de aprobación externa (citado en Flecha, 2019).

Este proceso amplía la noción de autoestima al incluir tanto la aceptación de los demás como la propia, reconociendo al individuo como agente de cambio para mejorar su calidad de vida. Además, se tendría que enfatizar la importancia de conocerse a uno mismo y tener una visión positiva, comprendiendo tanto las fortalezas como las debilidades para fortalecer la autoaceptación y promover el bienestar psicológico (Flecha, 2019).

Sesión 2, Tema 1. Autoconocimiento y autoaceptación (Enamorándose de uno mismo)

Tiempo estimado	1 hrs 50 min
Contexto	La estrategia didáctica se llevará a cabo dentro del salón de clase
Destinatarios	40 estudiantes de 2do semestre de media superior con edades entre 15 – 16 años
Objetivo	Fomentar la reflexión y el reconocimiento de las propias fortalezas y debilidades, así como promover la aceptación incondicional de uno mismo.
Tema	autoconocimiento y autoaceptación
Contenidos:	• ¿Qué es el autoconocimiento? • ¿Qué es la autoaceptación?

	• Fortalezas y aptitudes • Identidad • Contexto • Valoración personal • Aprobación personal y social • Bienestar • FODA				
Recursos:	Presentación de la sesión, cuaderno, lápices, plumas y plumones.				
Actividad inicial 25 min	Para comenzar se realizará la actividad “FODA”, con la finalidad de que reconozcan sus fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas como se ve en la Figura 6, cada estudiante trabajará de manera individual, esto se llevará mediante un cuadro, de la siguiente manera: Figura 6 <i>FODA</i> <table border="1"> <tr> <td>Fortalezas</td><td>Oportunidades</td></tr> <tr> <td>Debilidades</td><td>Amenazas</td></tr> </table> <i>Nota.</i> Permite tener una visión completa de una situación y desarrollar estrategias efectivas. De manera individual los jóvenes responderán el cuadro, se les explicara que significa cada una, viendo que:	Fortalezas	Oportunidades	Debilidades	Amenazas
Fortalezas	Oportunidades				
Debilidades	Amenazas				

	• Las fortalezas: son las características que destaca cada persona • Las oportunidades: son elementos externos donde se puede obtener alguna ventaja • Las debilidades: son características que se necesitan mejorar • Las amenazas: son situaciones externas que impidan o pongan en peligro los objetivos personales
Actividad intermedia 50 min	Durante la sesión, se presentará los temas previstos, para esta sesión, después se pretende realizar la actividad llamada “Carta rusa”, esta actividad se llevará a cabo con todos los estudiantes, estos se sentarán conforme a su número de lista, para poder identificarlos en caso de que escriban cosas inadecuadas como palabras altisonantes. Para comenzar, los estudiantes escribirán en una hoja blanca características positivas que perciban de sí mismos en un pequeño renglón, junto con su nombre, doblarán la parte donde escribieron y lo pasaran hacia atrás o hacia delante como se observa en Figura 7, entregándolo a sus compañeros carta, siguiendo la siguiente secuencia: Figura 7 <i>Secuencia del pase</i>

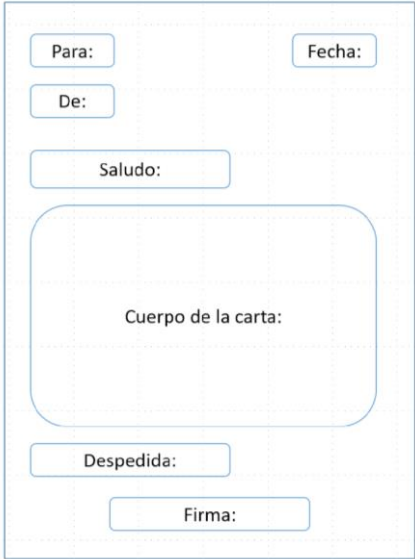


Nota. Se brinda una visualización de cómo se debería de llevar a cabo esta secuencia para mejorar el desarrollo de la actividad.

De esa manera, los estudiantes pasarán la carta, los compañeros escribirán características positivas del compañero de enfrente o de atrás, como: es amigable, considerado, sociable, entre otros, considerando que siempre serán características positivas. La actividad terminará hasta que llegue la carta a su dueño, se les pedirá a que sólo a unas 6 personas lean en voz alta la carta, se les dejará a los demás estudiantes que lo lean, ya que lo hayan leído, se les pedirá que se lo entreguen al docente a cargo.

Si algún estudiante le escribe alguna palabra altisonante a otro compañero se le pedirá que hable con el docente, además no se le considerara las actividades. Si los estudiantes no tienen nada bueno o positivo que decir del compañero se les pedirá que no escriban nada.

Actividad de cierre 35 min	Por último, se realizará la actividad “Yo te agradezco”, esta actividad será de agradecimiento propio por la lucha que han tenido a lo largo de su vida. Entonces la estructura de la carta será como se ve en la figura 8. Figura 8
-------------------------------------	---

	<i>Carta personal</i>  <i>Nota.</i> Esta plantilla ofrece un espacio para expresarse y reflexionar sobre uno mismo, es decir, es una carta para sí mismos. De esa forma, los jóvenes escribirán sus sentimientos que tienen hacia el mismo, se les pedirá que hagan un párrafo y que sea sincero, resaltando que no se leerá al grupo. Cuando terminen se les pedirá que lo vayan dejando en el escritorio del docente, y a su vez se van registrando las actividades.
Evaluación	Lo que considerara para calificar esta sesión es su participación, sus actividades en clase, el FODA, su carta grupal y personal. La actividad del FODA debe de estar limpia y sin rayones; la carta grupal se considerará la actitud de los estudiantes dentro de los escritos, si alguno de ellos se dirigió a otro compañero con groserías se hablará con él y no se tomará en cuenta ninguna actividad, por eso se deberá de explicar bien las indicaciones. Ya en la última actividad se considerará la estructura de la carta, se le corregirá la

	ortografía, y se les pondrá un mensaje positivo a los estudiantes como “eres grandioso”, “sigue así”, “eres valiente”, entre otros.
--	---

Sesión 3, Tema 2. Desarrollo de la Autoestima y la Confianza en Uno Mismo (Se tu propio héroe)

Para comenzar se definirá el tema, la autoestima, es la valoración que una persona tiene de sí misma, basada en la percepción de sus habilidades, logros, y su capacidad para enfrentarse a la vida. La autoestima se suele formar a través de las interacciones con las personas significativas en su vida, como lo es el entorno familiar y escolar (Roa, 2013).

Es importante que cuando se esté contrayendo su autoestima se sientan queridos, porque desde que se nace y se va creciendo se va desarrollando una imagen de sí mismos, el cual, se ve influenciada por el trato de los padres, hermanos y amigos (Roa, 2013).

Un ambiente que fomente el amor, el respeto y el apoyo es esencial para desarrollar una autoestima saludable. Así, se puede denotar la importancia de poder mejorar una la autoestima, se puede brindar apoyo dando mensajes positivos, escucha activa, reconociendo su esfuerzo, apoyándolo en sus proyectos o metas, entre otras (Roa, 2013).

La falta de autoestima puede tener varias consecuencias, debido a que pueden desarrollar comportamientos problemáticos como la evasión, la mentira, y reacciones violentas. Además, puede llevar a una visión negativa de sí mismos y del mundo, dificultando sus relaciones sociales y su capacidad para afrontar desafíos. Los que tienen baja autoestima pueden sentirse incompetentes, no queridos y poco valiosos, lo cual puede afectar su rendimiento académico y su bienestar emocional a largo plazo. (Roa, 2013)

Sesión 3, Tema 2. Desarrollo de la autoestima y la confianza en uno mismo (Se tu propio héroe)

Tiempo estimado	1 hrs 50 min
Contexto	La estrategia didáctica se llevará a cabo dentro del salón de clase
Destinatarios	40 estudiantes de 2do semestre de media superior con edades entre 15 – 16 años
Objetivo:	Fomentar en los estudiantes el reconocimiento y valoración de sus propias capacidades y talentos, promoviendo una autoimagen positiva y una mayor confianza en sus habilidades para enfrentar desafíos y tomar decisiones.
Tema:	Desarrollo de la autoestima y la confianza en uno mismo
Contenidos:	• Autoestima • Visión propia • Influencias sociales • La familia y su influencia • Posibles causas y consecuencias • Vida social • Redes de apoyo
Recursos:	Presentación de la sesión, cuaderno, lápices, plumas y plumones, cañón con bocinas, plumones para pizarrón.
Actividad inicial	La primera actividad a realizar se llama “Mural de logros”, se pretende que cada uno de los jóvenes puedan expresar su sentir consigo mismo, de

30 min	manera positiva. La actividad se realizará con el pizarrón, cada uno de los estudiantes escribirán afirmaciones positivas sobre sí mismos, como "Soy capaz", "Soy valioso", "Merezco ser feliz", entre otros; se propone que no se repitan las afirmaciones. Se procurará tomarle una foto y colocarlo en la pasta de su cuaderno para tenerlo en un lugar visible para recordarles su valía y fortaleza todos los días.
Actividad intermedia 50 min	Durante la sesión, se darán los temas establecidos o que seleccione son la autoestima y el amor propio. Para la actividad, se les podrá un video de Farid Dieck, se trabajará con su video de el resumen de una película de Disney, Red, titulado como "El dilema con las expectativas de nuestros padres", el cual se puede encontrar en el siguiente enlace TURNING RED El DILEMA con las EXPECTATIVAS de NUESTROS PADRES Relato & Reflexiones (youtube.com) Se les pedirá a los estudiantes realizaran una reflexión mediante unas preguntas, explicando que respondan de manera sincera: • ¿Alguna vez sientes que intentas complacer a tus amigos, profesores o familiares en lugar de considerar tus pensamientos? ¿Cómo manejas esta presión? • ¿Cómo crees que el intentar agradar a los demás puede afectar la manera en que te ves a ti mismo y tu identidad? • ¿Hay aspectos de tu personalidad que sientes que debes reprimir para encajar con tus amigos o en la escuela? ¿Cómo podrías expresarlos de manera saludable?

	• ¿Alguna vez has sentido la presión de ser perfecto/a por parte de tus padres, profesores o la sociedad? ¿Cómo lidias con esto? • ¿Qué significa para ti aceptar y convivir con las partes imperfectas de ti mismo/a? ¿Cómo podrías aplicar esto en tu vida diaria como estudiante? Los estudiantes decidirán participar o no, sólo el docente revisará que se haya realizado la actividad de manera adecuada con lo que se solicitó.
Actividad de cierre 30 min	Para finalizar la sesión, se realizará una dinámica, se les pedirá a los jóvenes que cierren los ojos y se pondrá el video de LuzuVlogs, que habla acerca del camino del éxito que se puede encontrar en el siguiente link 202405-202404 NDP CAPTACIÓN ECP JET AD GENERAL 2_16-9 (youtube.com) cuando termine el video, se les pedirá a los jóvenes que abran los ojos poco a poco, se les dirá a los jóvenes que escriban su reflexión en su cuaderno, describiendo: • ¿Qué entendiste del video? • ¿Qué te hizo pensar? • ¿Cómo alcanzarías tu éxito? • ¿Qué o quién pone límites para que alcances tu éxito? Se incentivará a los estudiantes que lean su reflexión, se les pedirá que pasen a por lo menos 8 jóvenes, si ninguno quiere pasar se elegirá de manera aleatoria.

Evaluación	Para evaluar esta sesión, para la actividad del mural de logros se tomará en cuenta la participación activa y que no se repitan las palabras o frases, además de que a lo largo de todas las clases siga pegado en la pasta de su cuaderno. Por otra parte, en la segunda actividad con relación al resumen de la película de Red, lo que se considerara para la evaluación será que respondan las preguntas, al igual que la actividad de cierre con el video de LuzuVlogs, además del interés y seriedad que se trata de trabajar dentro de la sesión.
------------	---

Sesión 4, Tema 3. Conflictos y manejo de las emociones (Surfeando las olas del conflicto)

De acuerdo con Montes, Rodríguez y Serrano (2014), las respuestas individuales ante un conflicto dependen de dos motivos fundamentales: el interés propio y el interés por los demás. Además, sugieren la existencia de cinco estrategias de gestión de conflictos diferentes como la integración, dominación, servilismo, evitación y compromiso.

Las estrategias de manejo de conflictos se clasifican según dos dimensiones, integrativa y distributiva. La dimensión integrativa indica el grado de interés que una persona tiene tanto en sí misma como en los demás, mientras que la dimensión distributiva refleja el enfoque hacia uno mismo o hacia los demás (Montes et al., 2014).

Las emociones en los conflictos, han tenido un crecimiento significativo en las últimas décadas. Se distingue entre estados de ánimo, de duración prolongada y baja intensidad, y emociones, de intensidad más alta y duración más corta. Estudios han demostrado que los estados emocionales pueden influir en las estrategias de manejo de conflictos, con emociones positivas relacionadas con comportamientos más cooperativos y emociones negativas con comportamientos más competitivos (Montes et al., 2014).

Sin embargo, los estados emocionales positivos suelen desarrollar estrategias integrativas, mientras que los negativos pueden estimular la competitividad y el interés propio. Además, las emociones suelen estar relacionadas con la preocupación por la otra parte, se asocian con estrategias más colaborativas (Montes et al., 2014).

Sesión 4, Tema 3. Conflictos y manejo de las emociones (Surfeando las olas del conflicto)

Tiempo estimado	1 hrs 50 min
Contexto	La estrategia didáctica se llevará a cabo dentro del salón de clase
Destinatarios	40 estudiantes de 2do semestre de media superior con edades entre 15 – 16 años
Objetivo:	Informar a los estudiantes para identificar, comprender y gestionar eficazmente sus emociones y los conflictos interpersonales, fomentando un ambiente de respeto, empatía y resolución pacífica.
Tema:	Conflictos y manejo de las emociones
Contenidos:	• Qué son las emociones • Que es un conflicto • Autoconocimiento emocional • Manejo de las emociones • Comunicación asertiva • Escucha activa • Impacto de las emociones en un conflicto

	• Plan de acción • Prevención de conflictos
Recursos:	Presentación de la sesión, cuaderno, lápices, plumas y plumones, cañón con bocinas, plumones para pizarrón.
Actividad inicial 20 min	Para comenzar se pondrá en el cañón el video del resumen de Farid Dieck de la película de intensamente, siguiendo los siguientes links, la primera parte se encuentra en https://vm.tiktok.com/ZMMTKKkGt/ y la segunda parte la podemos encontrar en https://vm.tiktok.com/ZMMTK342H/ (los cuales se encuentran en la plataforma de tiktok, la actividad se llevará a cabo conforme una reflexión, de cómo los personajes principales (alegría, tristeza, temor, furia, desagrado y Riley) afrontó las diversas situaciones a lo largo de la trama, Al finalizar el video se les pedirá que reflexionen las siguientes preguntas: • ¿Alguna vez has tratado de esconder una emoción triste o enojada en vez de aceptarla? ¿Qué pasó con tus sentimientos cuando lo hiciste? • ¿Puedes recordar un momento en el que mostrar tristeza te ayudó a recibir apoyo de otros? ¿Cómo cambió eso tu forma de ver la tristeza? • ¿Te sientes apoyado por tu familia cuando estás pasando por momentos difíciles? • ¿Qué podrías hacer para mejorar cómo te comunicas con ellos sobre tus sentimientos?

	• ¿Tienes algún recuerdo que haya cambiado su significado con el tiempo? • ¿Te sientes presionado a parecer feliz frente a los demás, incluso cuando no te sientes así? ¿Cómo manejas esa presión? • ¿Al expresar tus emociones te ha ayudado a conectarte mejor con otras personas? • ¿Cómo puedes crear un ambiente donde las personas a tu alrededor se sientan seguras para expresar sus sentimientos? • ¿Qué significa para ti la verdadera felicidad? • ¿Cómo puedes equilibrar el deseo de ser feliz con la necesidad de ser sincero sobre tus emociones? De esa manera se les pedirá a los jóvenes estudiantes que respondan las preguntas anteriores en su cuaderno para obtener una reflexión personal.
Actividad intermedia 60 min	Durante la sesión se presentarán los temas que están dirigidas para esta sesión, después se trabajará con la siguiente actividad, mesa de diálogo, la dinámica será la siguiente: • Los integrantes del equipo se elegirán de manera aleatoria, ya sea, por orden de lista, por edades, por sorteo, entre otras; los jóvenes decidirán de qué manera, pero no se trabajará con sus amigos, se realizará de esa forma para que todo el grupo trabaje y se conozcan.

- De igual manera el equipo que vaya a pasar será de manera aleatoria.
- Se elegirá una problemática de manera aleatoria, el equipo intentarán resolver el problema.

De esa manera se propone trabajar con los siguientes problemas:

- Pelea con amigos: imagina que estás en una situación en la que discutes con uno de tus amigos. Tal vez fue por algo que dijiste, una mala interpretación o simplemente porque ambos estaban de mal humor. La situación se tensa y ninguno de los dos está dispuesto a ceder.
- Presión académica: te enfrentas a exámenes importantes o proyectos escolares que te generan mucha ansiedad y estrés. Sientes que la presión por obtener buenas calificaciones y cumplir con las expectativas de tus padres y maestros es abrumadora.
- Relaciones familiares difíciles: tienes conflictos constantes con tus padres o hermanos, ya sea por diferencias de opinión, expectativas no cumplidas o falta de comunicación.
- Sentimientos de soledad o tristeza: te sientes solo o triste a menudo, ya sea porque has perdido a un amigo, te has mudado a una nueva ciudad o te enfrentas a desafíos personales difíciles.

	Eligiendo su problemática, se reunirán por equipos y tratarán de resolver el problema de una manera adecuada, lo escribirán en su cuaderno y se leerá en voz alta .
Actividad de cierre 30 min	Para terminar la sesión, se realizará la actividad de “círculo de empatía”, se les pondrá algunos videos de películas o el resumen de una película, que contengan diversos problemas como Patch Adams, El show de Truman, El pianista, La vida es bella, entre otros; el docente a cargo elegirá la película concreta para trabajarlo, se sugiere trabajar con los videos de Farid Dieck. La actividad se verá cuando termine el video y de forma participativa los jóvenes responderán en su cuaderno qué es lo que piensan de lo que han visto, con qué personaje logró empatizar y como hubieran actuado en ese momento, promoviendo la reflexión y escritura.
Evaluación	Para la evaluación de esta sesión se tomó en cuenta la participación activa del grupo, su desempeño en la redacción de su resumen y el cuestionario del video de Farid. Además, de su participación en la mesa de diálogo, fomentando respeto y escucha activa. Por último, se considerará su reflexión objetiva al ver los diversos videos y su participación e iniciativa.

Sesión 5, Tema 4. Empatía y comprensión hacia los demás (Descubriendo corazones)

La empatía es la capacidad de comprender y experimentar de forma objetiva y racional los sentimientos y emociones de otra persona, se relaciona estrechamente con el altruismo, el amor y la preocupación por los demás, y la capacidad de ayudar. También, permite ponerse en el lugar del otro, ayudando a comprender su comportamiento y decisiones. Se caracteriza por

la afinidad e identificación con la otra persona, saber escuchar, entender sus problemas y emociones (Rivero, 2019).

La empatía es esencial para la resolución de conflictos y para evitar la violencia, ya que, al poder conocer el dolor de la otra persona, se reconoce su humanidad y se valida su dignidad. Además, una empatía activa puede cambiar la vida, tanto de uno mismo como de los demás, permitiendo comprender las razones detrás de las acciones de los demás y apelar a sus emociones para lograr un cambio positivo (Rivero, 2019).

De igual manera, la empatía está compuesta por aspectos cognitivos y afectivos, lo que impulsó la realización de estudios para explorar la relación entre estos componentes (Fernández et al., 2008).

De esa forma, a lo largo del tiempo se ha abordado el estudio de la empatía desde la perspectiva de la inteligencia emocional, que la considera como uno de sus componentes. Sin embargo, estos modelos de Inteligencia Emocional tienden a limitar la definición de empatía al aspecto cognitivo, obviando su componente emocional (Fernández et al., 2008).

Sesión 5, Tema 4. Empatía y comprensión hacia los demás (Descubriendo corazones)

Tiempo estimado	1 hora 50 min
Contexto	La estrategia didáctica se llevará a cabo dentro del salón de clase
Destinatarios	40 estudiantes de 2do semestre de media superior con edades entre 15 – 16 años

Objetivo:	Promover en los jóvenes la empatía y comprensión hacia los demás, para fomentar la tolerancia, el respeto y la solidaridad en las relaciones interpersonales.
Tema:	Empatía y comprensión hacia los demás
Contenidos:	• Comunicación asertiva • Empatía • Uso adecuado del lenguaje verbal y no verbal • Gestión de las emociones • Resolución de conflictos • Manejo de la comunicación
Recursos:	Presentación de la sesión, cuaderno, lápices, plumas y plumones, cañón con bocinas, post it, plumones para pizarrón.
Actividad inicial 30 min	Para comenzar, se realizará la actividad de la “Caminata en los zapatos del otro”, aquí los jóvenes se pondrán en los “zapatos” de un familiar para ayudar a comprender las experiencias y desafíos de los demás desde su propia perspectiva. Siguiendo con la siguiente secuencia: • Primero se les pedirá que describan la personalidad de un familiar con quien tengan una relación compleja, puede ser su papá, su mamá, su hermano/a, su abuelo/a, primo/a, tío/a, entre otros. • Después, se les pedirá que describan en qué momentos se complica su comunicación o hay choques.

	• Por último, desglosaron la historia, si no conocen la historia de la vida de su familiar se les pedirá que hagan suposiciones de cómo pudo haber sido su vida. Toda la secuencia anterior se describió en su cuaderno, se les pedirá a 5 personas participen. Como tarea se les pedirá a los jóvenes que se acerquen a su familiar para que escuchen de su historia de vida, si no se puede pedirle a otro familiar que lo conozca para conocer y entender un poco más a ese familiar. La actividad se calificará en la siguiente sesión y es necesario que en los escritos no contengan palabras altisonantes.
Actividad intermedia 50 min	Durante la sesión se presentarán los temas y se explicara cada uno, al finalizar la presentación se dará paso a la actividad de “Gallinita ciega”, en la actividad los jóvenes convivan entre ellos, la dinámica es que uno de los jóvenes se tape o venda los ojos y tratará de atrapar a uno de sus compañeros, los demás tratarán de correr o escapar del compañero que tiene vendado los ojos, si atrapa a uno de los compañeros intercambiaran su rol, pero antes de que cambien a quien atraparon tendrá que decir que fue lo que entiendo de la sesión. Para esta actividad se pide que se realice en el patio, si no es posible, el docente estará al pendiente para que los estudiantes no se lastimen.
Actividad de cierre 30 min	Por último, se realizará la actividad “Muro empático”, los jóvenes pondrán un problema que estén viviendo en un post it de manera anónima, el docente con un plumón dibujará el tronco de un árbol, recogerá cada uno de

	los post it y los pondrá en el pizarrón para dar la visión de un árbol. Se verificará que todos hayan entregado los post it. Después, el docente leerá cada uno de los problemas que escribieron a todo el grupo y será de manera aleatoria, con el fin de que los estudiantes conozcan los diversos problemas que viven sus compañeros. Para finalizar se les leerá lo siguiente: “La relación que tiene un árbol y los problemas es que los problemas son como las ramas y hojas de un árbol, siempre van a estar presentes y surgirán en diferentes momentos de nuestra vida que en ocasiones suelen ser pasajeras. Pero, pero el tronco del árbol que se mantiene firme y fuerte a pesar de las adversidades, nosotros también podemos aprender a sobrellevar los problemas y crecer más fuertes a partir de ellos.”
Evaluación	Se considerará su participación activa en cada una de las actividades de esta sesión, además de su redacción y la colaboración con sus compañeros y el respeto que tengan con ellos.

Sesión 6, Tema 5. Habilidades Sociales y Comunicación Asertiva (Expresa, Conecta y Lidera)

Las habilidades emocionales son importantes, no obstante, las habilidades sociales también lo son, eso se debe a la formación plena de los estudiantes y la prevención de conductas negativas en las escuelas. Las habilidades sociales son conductas que mejoran las relaciones interpersonales al expresar y respetar emociones y necesidades propias y ajenas, permitiendo interacciones armoniosas e inclusivas. Estas habilidades se aprenden y se aplican en la convivencia diaria. Por otro lado, las habilidades emocionales facilitan el reconocimiento,

la expresión y regulación de las emociones, contribuyendo a guiar el comportamiento y fomentar relaciones saludables (Secretaría de Educación Pública, 2018).

De acuerdo con la Secretaría de Educación Pública (2018), menciona que las personas más felices suelen tener una buena inteligencia emocional, lo que les permite reaccionar adecuadamente ante las situaciones de la vida, de igual manera, la inteligencia social es crucial para establecer relaciones pacíficas y colaborativas, y su desarrollo es esencial en el ámbito educativo, ya que favorece tanto el desarrollo cognitivo como el futuro comportamiento social.

En la infancia, las habilidades sociales son importantes para prevenir la inadaptación personal y escolar, mientras que, en la juventud, contribuyen a mejorar la autoestima, el rendimiento académico y la toma de decisiones asertivas. La escuela juega un papel clave al fomentar estas habilidades, creando ambientes inclusivos que prevengan la violencia y promuevan la equidad (Secretaría de Educación Pública, 2018).

No obstante, para lograr entablar relaciones sanas es importante considerar, también, tener habilidades de comunicación, en especial tener una comunicación asertiva, existen enfoques teóricos diversos que definen la asertividad. Desde el enfoque conductual, se basa en el equilibrio entre la excitación y la inhibición, lo cual influye en comportamientos sumisos o agresivos. El enfoque cognitivo, por su parte, se enfoca en la expresión directa y respetuosa de pensamientos y emociones (Castro y Calzadilla, 2021).

La asertividad implica habilidades sociales y se relaciona con la competencia social, percibida como una conducta adecuada en el contexto. Además, este concepto ha evolucionado, incluyendo valores y aspectos humanistas como técnica para el desarrollo personal. Se destaca la importancia de aceptar y valorar las propias emociones, respetar a los demás y comunicarse de manera efectiva. La asertividad está vinculada al autocontrol y a la capacidad de solicitar ayuda, lo que mejora la autoestima y facilita alcanzar objetivos (Castro y Calzadilla, 2021).

Sesión 6, Tema 5. Habilidades sociales y comunicación asertiva (Expresa, conecta y lidera)

Tiempo estimado	1 hora 50 min
Contexto	La estrategia didáctica se llevará a cabo dentro del salón de clase
Destinatarios	40 estudiantes de 2do semestre de media superior con edades entre 15 – 16 años
Objetivo:	La finalidad de esta sesión, es que los jóvenes aprendan a comunicarse de manera asertiva, ya que, ayuda a expresar las necesidades y opiniones de manera clara y respetuosa, al mismo tiempo que mantenemos el respeto hacia los demás.
Tema:	Habilidades sociales y comunicación asertiva
Contenidos:	• Definición de la comunicación asertiva • Factores que inhiben a la comunicación asertiva • Gestión de emociones • Definición de interacción social • Manejo de conflictos individual y grupal
Recursos:	Presentación de la sesión, cuaderno, lápices, plumas y plumones, internet, mesas, sillas, hojas blancas, colores, plumones para pizarrón.

Actividad inicial 20 min	Al iniciar la sesión se realizará la actividad “Cine en silencio”, en esta actividad, el docente tendrá previamente papelitos con nombres de películas famosas, doblará los papeles y los meterá en una bolsa. Los estudiantes formaran equipos de 5 personas, uno de los integrantes se acercará a sacar un papelito, sin enseñárselo a su equipo, van a ir pasando de manera aleatoria, quien agarró el papelito, va a utilizar la mímica o dibujos para que su equipo tendrá que adivinar pasado un tiempo (aproximadamente 5 minutos), los demás equipos pueden robar los puntos. Esta actividad se realizará hasta que 3 personas de cada equipo haya pasado.
Actividad intermedia 60 min	Antes de comenzar la siguiente actividad se darán los contenidos de la sesión, el docente puede utilizar diversos multimedios o apoyarse del pizarrón. Ya vistos los contenidos, se seguirá con la siguiente actividad, llamada “Mesa de diálogo”, se realizará un debate donde se espera que los estudiantes dialoguen de manera pacífica. Se considerará dos bandos, uno a favor y otro en contra, los estudiantes elegirán su postura, se tomará en cuenta diversos temas sociales como la migración, derechos humanos, feminicidio, guerras como las de Ucrania y Rusia, Palestina e Israel, o se les puede preguntar a los estudiantes que temas les interesaría hablar, pero relacionado momentos o situaciones relevante para la sociedad. Si no se llega a ningún acuerdo, el docente les proporcionará una noticia y cada grupo buscará más información conforme a la postura que eligieron. El salón se dividirá en 2 grupos.

Actividad de
cierre
30 min

Por último, se considerará la actividad de “Palabras desde el corazón”, en esta actividad, se realizará una carta dirigida a una persona en específico, ya sea un familiar, amigo, maestro u otro. Dentro de la carta van a describir lo que sienten acerca de esa persona y lo adornarán conforme los estudiantes deseen, teniendo el siguiente formato que se encuentra en la Figura 9.

Figura 9

Carta del corazón

El diagrama muestra un formato de carta sobre un fondo de cuadrícula. Los campos están etiquetados como sigue:

- Para:** Un campo rectangular en la parte superior izquierda.
- Fecha:** Un campo rectangular en la parte superior derecha.
- De:** Un campo rectangular debajo de 'Para:'.
- Saludo:** Un campo rectangular debajo de 'De:'.
- Cuerpo de la carta:** Un área grande con una forma de carta (rectángulo con esquinas redondeadas) en el centro.
- Despedida:** Un campo rectangular debajo del cuerpo de la carta.
- Firma:** Un campo rectangular en la parte inferior.

Nota. El formato anterior se puede adaptar a varias actividades, en este caso, se utilizará para poder expresarse de manera adecuada a una persona que tenga en cuenta.

No obstante, la carta deberá de ser asertiva, además se les comentaran que esta carta no se va a leer a todo el grupo, pero si se le entregará al docente, debido a que se verificará si cumple con el propósito de la actividad.

Evaluación	Se tomará en cuenta la participación, colaboración y respeto con los que están dentro del salón de clases, además, se tomará en cuenta la carta y que está escrita de manera coherente y sin que contenga palabras altisonantes o agresivas.
------------	--

Sesión 7, Tema 6. Construcción de Relaciones Positivas y Saludables

(Relaciones que suman)

Es esencial reconocer que las relaciones interpersonales son relevantes para el bienestar y la satisfacción personal, debido a que las personas se relacionan y son clave para superar momentos difíciles y mejorar el estado de ánimo. Potenciando el autoconocimiento y mejorando las relaciones con los demás, especialmente con seres queridos, es una inversión valiosa en la felicidad (López, 2021).

Además, se pueden ir generando redes de apoyo con esas relaciones, estas van a estas van a dividirse conforme a su tamaño o a su cercanía física y emocional, y la diversidad de apoyos. Sin embargo, no siempre existe una correlación perfecta entre la estructura de la red y el apoyo recibido, ya que factores como las normas y la historia de las relaciones también influyen (López, 2021).

Al mismo tiempo, las relaciones de apoyo pueden incluir la ayuda de familiares y amigos, se relaciona con la participación comunitaria y voluntaria, destacando su dimensión social y cultural en el contexto de la individualización y los cambios en las familias.

Para construir relaciones positivas en la familia y la comunidad (López, 2021), se pueden resaltar tres aspectos importantes, como lo es:

- Apego sano: un vínculo recíproco que enriquece a ambas partes sin dependencia.
- Empatía: comprender los sentimientos de otros y evitar juicios, fomentando la compasión.

- Respeto, tolerancia y amor: dar sin exigir, mostrando respeto y amor incondicionalmente.

Cabe resaltar que estas relaciones se forman desde el núcleo familiar y la comunidad, influyendo en la convivencia y comportamiento social. Las creencias y tradiciones constituyen una subcultura que define la identidad y la cohesión dentro de las comunidades, con la familia como pilar fundamental para el desarrollo social y el bienestar general. (López, 2021)

Las relaciones humanas pueden ser fuente tanto de disfrute como de sufrimiento, son fundamentales en la vida desde el nacimiento hasta después de la muerte. No obstante, estas relaciones implican reciprocidad, apoyo e integración social (Lacunza y Contini, 2016).

Además, el nivel socioeconómico influye en el bienestar, aunque el dinero contribuye más a la satisfacción que a la felicidad. Factores como la personalidad, el apego y las oportunidades del entorno también son relevantes. Así, las habilidades sociales facilitan el bienestar y las relaciones saludables, especialmente en la adolescencia, donde la amistad es crucial para el desarrollo emocional y académico (Lacunza y Contini, 2016).

Es por eso que se debería de contemplar las relaciones tóxicas, son aquellas en las que ambas partes se dañan mutuamente, y pueden presentarse en relaciones de pareja, amistad, trabajo o familiares. Los signos son sutiles, como el malestar, cambios en el comportamiento o confusión, lo que dificulta reconocerlas a tiempo, estas relaciones se caracterizan por un control desigual, donde una persona manipula y domina a la otra, creando una dinámica de abuso emocional o físico (Argüello, s/f).

Sesión 7, Tema 6. Construcción de relaciones positivas y saludables (Relaciones que suman)

Tiempo estimado	1 hora 50 min
-----------------	---------------

Contexto	La estrategia didáctica se llevará a cabo dentro del salón de clase
Destinatarios	40 estudiantes de 2do semestre de media superior con edades entre 15 – 16 años
Objetivo:	El objetivo de la sesión es fomentar el desarrollo de habilidades interpersonales que permitan construir relaciones sólidas y positivas, proporcionando apoyo emocional, favoreciendo el crecimiento personal y contribuyendo al bienestar general.
Tema:	Construcción de relaciones positivas y saludables
Contenidos:	• ¿Qué caracteriza una relación positiva y saludable? • La importancia de la comunicación asertiva en las relaciones • La importancia de establecer y respetar los límites personales • Tipos de relaciones tóxicas • Estrategias para distanciarse de relaciones dañinas o tóxicas • Construcción de confianza y respeto mutuo • Autoestima y relaciones saludables
Recursos:	Presentación de la sesión, cuaderno, lápices, plumas y plumones, estambre, tarjetas, internet, post it, plumones para pizarrón.
Actividad inicial 30 min	Para comenzar la sesión se realizará la actividad de “¿Quién es el traidor?”, los jóvenes se acostaron en sus bancas y cerraran los ojos, se elegirá al o a los “asesinos”, se les tocara el hombro, se levantará y comenzara a “matar” a sus compañeros, el o los asesinos sólo se le tocara el

	hombro de sus compañeros (no se aceptaran actitudes violentas como coscorriones o puñetazos), acabando la primera ronda los jóvenes podrán abrir sus ojos, el docente tendrá que estar atento todo momento, se les irá preguntando a cada uno de los estudiantes para que expongan quien es el posible “asesino”, si una persona tiene más votos es eliminado.
Actividad intermedia 50 min	Se les dará a conocer los contenidos de la clase y se irán desglosando poco a poco resolviendo las dudas a los estudiantes además de escuchar lo que tengan que decir. La actividad que se realizará durante la sesión será mediante diversas preguntas acerca de cómo construirían relaciones saludables o que es lo que buscan en las personas para entablar una relación no solo amorosa o de noviazgo. Se considerarán las siguientes preguntas: • En tres palabras describe a la persona que consideras un amigo ideal • ¿Cuál es un recuerdo positivo que tienes de una relación que te gustaría replicar en el futuro? • Si pudieras dar un consejo a alguien que quiere mejorar sus relaciones, ¿cuál sería? • ¿Qué cosas crees que deberías dejar de hacer para construir mejores relaciones? • ¿Cómo sería una conversación perfecta para resolver un malentendido con un amigo? Por último se les pondrá un video para comentar en clase, puede ser el video de Psych2Go que habla acerca de algunas cualidades de las

	relaciones saludables (8 Señales de una Relación Saludable Psych2Go) o el video de Fred Lammie que habla acerca de las relaciones toxicas (Tu corazón cuando estás en una relación tóxica Casi Creativo)
Actividad de cierre 30 min	Para finalizar la sesión se realizará la actividad “Telar de la amistad”, el grupo formará un círculo en el salón o en el patio, se les hará unas preguntas como ¿Qué les agradó de la clase? ¿Qué cambiarías en las dinámicas? ¿Cómo te sentiste? ¿Conque te quedas? Entre otras. Se les hará diferente preguntas para que los jóvenes no respondan de la misma forma, cada vez que respondan la pregunta, con una bola de estambre, se lanzará a otro compañero pero quedándose con un extremo para crear una telaraña, la finalidad de la actividad es de reflexionar sobre el tema.
Evaluación	En esta sesión se considerará la participación y la integración de los estudiantes con los demás, además de responder las preguntas que se les realizado durante la segunda actividad.

Sesión 8, Tema 7. Toma de Decisiones Responsables (Tú tienes la llave)

La toma de decisiones es un espacio para el aprendizaje individual y organizacional, se considera que tanto la acción como la decisión son procesos que comienzan con un objetivo mental y culminan en la ejecución de un acto. Durante este proceso, el conocimiento previo, las experiencias pasadas y la interpretación de la realidad influyen significativamente (Vélez, 2006).

Además, la toma de decisiones es el proceso mediante el cual se elige entre varias alternativas para resolver situaciones de la vida diaria, este proceso incluye varios pasos: reconocer y analizar el problema, considerar las metas, buscar y analizar alternativas,

seleccionar la mejor opción, ponerla en acción, aceptar la responsabilidad de los resultados y evaluarlos (Vélez, 2006).

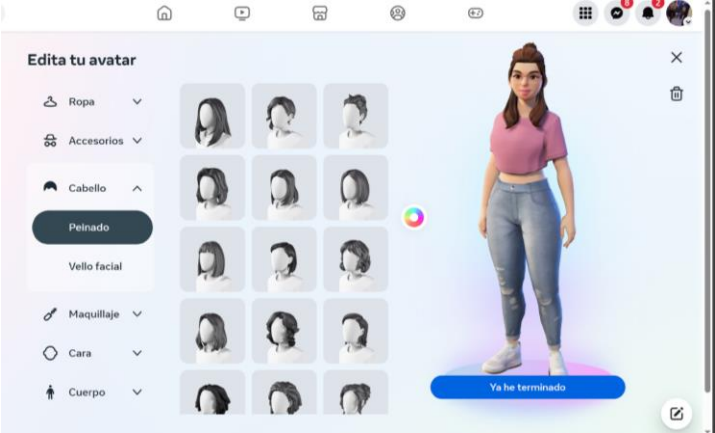
Aparte de elegir entre diversas alternativas y resolver situaciones en distintos contextos, como el laboral, familiar o empresarial; a nivel administrativo, las decisiones pueden ser de rutina, emergencia, estratégicas u operativas, cada una con un proceso específico (Mora, 2010).

El proceso general de toma de decisiones incluye: identificar el problema, listar alternativas, evaluar pros y contras, elegir la mejor opción y convertirla en acción. Existen dos enfoques para decidir: de manera intuitiva o racional, dependiendo del contexto y la información disponible (Mora, 2010).

Sesión 8, Tema 7. toma de decisiones responsables (Tú tienes la llave)

Tiempo estimado	1 hora 50 min
Contexto	La estrategia didáctica se llevará a cabo dentro del salón de clase
Destinatarios	40 estudiantes de 2do semestre de media superior con edades entre 15 – 16 años
Objetivo:	Desarrollar la capacidad de identificar las propias necesidades y valores, gestionar eficazmente nuestras emociones y comprender a los demás, para tomar decisiones informadas que generen beneficios tanto personales como colectivos.
Tema:	Toma de decisiones responsables

Contenidos:	• ¿Qué es la toma de decisiones? • ¿Dónde se puede aplicar la toma de decisiones? • Impacto en el bienestar • Asumir la responsabilidad de tus decisiones • Decisiones responsables • Toma de decisiones bajo presión
Recursos:	Presentación de la sesión, cuaderno, lápices, plumas y plumones, recortes o imágenes, papel craft, regla, muñeco o avatar que hayan creado, post it, campanas, plumones para pizarrón.
Actividad inicial 30 min	Para comenzar, se realizará la actividad de proyecto de vida, se organizará el mobiliario en un formato semicircular con los jóvenes, estimulando la interacción e integración de los estudiantes, además de que se promoverá el respeto para la comodidad y seguridad de ellos. En una hoja de color o blanca, los estudiantes definirán y plasmarán sus metas, este espacio será el lugar donde los participantes podrán explorar sus aspiraciones y establecer metas personales, que no sólo se visualizara en un entorno escolar, sino que, también, social, romántico, económico, familiar o hasta laboral. Los planes o metas estarán divididos por tres plazos, corto, mediano y largo plazo, pero no se les impondrá a los estudiantes rellenar los tres plazos, se les pedirá que lo presenten lo más representativo o “creativo”, además, de ocupar los recortes previamente solicitados. Si los estudiantes desean, se pondrá música para facilitar el trabajo, creatividad y personalización de los proyectos; se les pedirá a tres estudiantes que

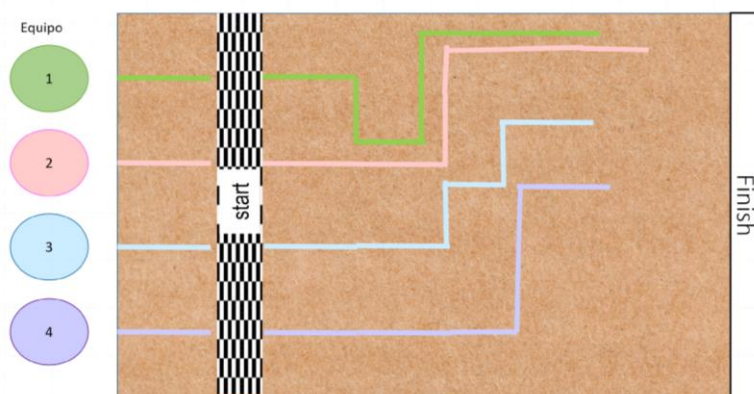
	presente su trabajo y el mismo docente presentará su proyecto para otorgar seguridad en los estudiantes.
Actividad intermedia 50 min	Acabando la actividad anterior se les proporcionará los contenidos de esta sesión para poder aclarar dudas de los estudiantes. Después, se realizará la actividad de “¡La aventura nos aguarda!”, previamente se les pedirá a los estudiantes que creen un avatar con su rostro, ya sea mediante inteligencia artificial (IA) y lo impriman, pueden utilizar los avatares que otorga Facebook, como se puede ver en la Figura 10, por ejemplo: Figura 10 <i>Crea tu avatar</i>  Nota. Se puede utilizar diversas aplicaciones para crear un avatar, donde se pueda modificar, en este caso se utilizó Facebook (2024). Después, se les pedirá a los jóvenes que en una hoja peguen su avatar en medio de la hoja, en la parte superior derecha escribirán su nombre con letras grandes; en la parte superior izquierda se les pedirá que pongan sus habilidades que han descubierto recientemente. Luego, en la parte de

	abajo del avatar se les pedirá que escriban su respuesta, según las siguientes oraciones: - "Una de las cualidades que más admiro de mí mismo es... pero me gustaría mejorar en..." - "Para fortalecer mi relación con mis familiares, podría empezar por..." - "La asignatura que me resulta más fácil es... mientras que en... me cuesta más trabajo." - "Cuando estoy en un grupo nuevo, suelo sentir... pero me ayuda pensar que..." - "Si pudiera elegir el trabajo de mis sueños, sería... y me dedicaría a..." - "Creo que puedo contribuir a mi comunidad haciendo... porque me importa..." - "Para mejorar mi bienestar físico, me gustaría empezar a... ya que sé que esto contribuirá a..." Para terminar esta actividad, se les pedirá que en el espacio que les pedirá que describan cómo se sintieron y en qué ámbito podrían mejorar.
Actividad de cierre 30 min	Por último, se realizará la actividad "Desafío del saber", se les pedirá a los estudiantes que hagan sus mesas a las orillas para que dejen el espacio del centro o lo mejor sería realizar la actividad en el patio, la actividad se realizará con 5 equipos, se será un laberinto que para pasar se tendrán que responder diversas preguntas, relacionadas con el tema, con la finalidad para avanzar.

Se pondrá el papel craft en el piso y cada uno de los equipos tendrá un plumón de diferente color, se pondrán enfrente del papel craft y a cada uno se les hará una pregunta diferente en donde ellos podrán hacer una línea en la dirección que ellos deseen, obstaculizando el paso de los demás equipos. Las preguntas se dirán al aire y el equipo que quiera responder sonar una campanita, el primer equipo que haga sonar primero la campana responder a la pregunta y podrá realizar la línea que desee eso sí, si realizó su primera línea hacia arriba tendrá la siguiente línea será pegado a la línea que puso como se demuestra en la Figura 11:

Figura 11

Desafío del saber



Nota. Se les brinda un ejemplo de cómo se debería de llevar a cabo la secuencia didáctica, con la finalidad de visualizarlo y aplicarlo de la mejor manera.

Además, el tamaño de las líneas será de 25 cm no más para evitar que se excedan de tamaño, también, no sólo responderá una sola persona del equipo, sino que todo el equipo dirá su opinión o lo que entendió de la pregunta.

	Las preguntas estarán relacionadas con los contenidos previamente vistos, como lo puede ser: • ¿Qué es la toma de decisiones y por qué es importante aplicarla de manera responsable? • ¿En qué aspectos de tu vida necesitas tomar decisiones, y cómo pueden estas elecciones afectar tu felicidad? • ¿Qué significa asumir la responsabilidad de tus decisiones? • ¿Qué estrategias puedes utilizar para tomar decisiones responsables? • ¿Cómo influye la capacidad de tomar decisiones responsables en las personas a tu alrededor?
Evaluación	Se contemplará su participación constante, su colaboración en equipo e individual, sus respuestas de las preguntas y oraciones.

Sesión 9. Actividad Final (Y si hacemos un juego)

El juego, comúnmente asociado con los niños, es en realidad una actividad enriquecedora para personas de todas las edades. Tanto niños como adultos pueden disfrutar y beneficiarse al jugar juntos, dado que esta actividad fomenta tanto la cooperación como el individualismo competitivo. En un contexto educativo, las actividades lúdicas ofrecen a los estudiantes la oportunidad de mejorar su bienestar emocional, aprender a gestionar sus emociones y desarrollar empatía y valores de cuidado hacia los demás (González et al., 2021).

Al introducir juegos en el aprendizaje, se crea un ambiente seguro donde los estudiantes pueden ejercitar el autocontrol y fortalecer habilidades sociales clave, promoviendo así el bienestar socioemocional. En este sentido, los juegos son recursos educativos valiosos,

ya que brindan experiencias significativas que pueden reducir la violencia y mejorar la convivencia. Además, estas actividades permiten a los estudiantes aplicar conocimientos de forma creativa y colaborativa, reforzando su comprensión de los temas estudiados (González, et al., 2021).

El desarrollo de juegos también estimula habilidades como el trabajo en equipo, la resolución de problemas y la toma de decisiones, fomentando el repaso de conceptos de forma lúdica, lo cual facilita la retención de la información. De acuerdo con la UNICEF (2018), el juego facilita la conexión entre pares, la negociación, el liderazgo y el desarrollo de habilidades para enfrentar conflictos y desafíos sociales. Este enfoque ha sido incorporado en sistemas educativos como el de México, donde el juego se promueve para fortalecer la identidad personal y la autonomía en los estudiantes (González et al., 2021).

En definitiva, el aprendizaje lúdico es particularmente útil para el desarrollo de habilidades socioemocionales y para reducir la violencia en los entornos escolares. Varios países, incluido México, han implementado programas de educación socioemocional con el objetivo de mejorar el bienestar emocional de los estudiantes. De este modo, el juego se convierte no sólo en un recurso pedagógico, sino en una estrategia clave para promover entornos de aprendizaje seguros, colaborativos y propicios para el crecimiento integral de los estudiantes (González et al., 2021).

Para terminar, el aprendizaje lúdico es particularmente útil para desarrollar habilidades socioemocionales y reducir la violencia en entornos escolares. Así, el juego no sólo se convierte en un medio educativo, sino también en una estrategia para prevenir la violencia y promover entornos de aprendizaje seguros y colaborativos (González et al., 2021).

Sesión 9. Actividad final (Y si hacemos un juego)

Tiempo estimado	1 hora 50 min
Contexto	La estrategia didáctica se llevará a cabo dentro del salón de clase
Destinatarios	40 estudiantes de 2do semestre de media superior con edades entre 15 – 16 años
Objetivo:	Que los estudiantes diseñen un juego de mesa para aplicar creativamente los conocimientos del curso, fortaleciendo su comprensión y desarrollando habilidades como el trabajo en equipo, la toma de decisiones y la comunicación efectiva.
Tema:	Actividad final o proyecto final
Contenidos:	/
Recursos:	Juegos previamente solicitados, cuaderno, lápices, plumas y plumones, pos it, plumones para pizarrón y pizarrón.
Actividad 1 hr 50 min	Esta última sesión se considerará en presentar los juegos de mesa, el cual se llevó a cabo de la siguiente manera: - El grupo se dividirá en 7 equipos - Los equipos se llegarán a un acuerdo para realizar un juego de mesa relacionado con los temas de las sesiones pasadas (no podrá utilizar las actividades previas)

	- En una hoja los estudiantes pondrán el nombre de su equipo, nombre completo de los integrantes y que juego de mesa realizarán, para que no se repita - Todos los integrantes deberán de participar Para su presentación del proyecto, se realizará de manera aleatoria, y cada uno de los integrantes describe cómo se juega, su propósito y el tema que ocuparon. Cuando se termine de presentar, se elegirán dos juegos de mesa para que los estudiantes puedan convivir y disfrutar el tiempo. Pasado el tiempo se les pedirá que de manera individual realicen una auto evaluación contemplando su conocimiento previo y nuevo, otorgándole una calificación y describiendo de manera objetiva por qué sugieren esa calificación.
Evaluación	Por último, en esta última sesión se considerará tomar en cuenta la participación de los equipos y su explicación de su trabajo, además, se considerará las auto-evaluaciones conforme en su desempeño y su contraste de conocimiento anterior y nuevo.

3. Conclusión del capítulo

Para terminar este apartado, la planeación está dirigido a los jóvenes estudiantes de segundo semestre de media superior, con base a la información de datos obtenida por medio de entrevistas hacia los jóvenes y padres de familia, se tomó en cuenta los contenidos y las actividades para que los jóvenes se pudieran relacionar de mejor forma con sus compañeros.

Además, la lección de contenido se consideró debido a la retención de emociones que se logró observar, dificultando la relación entre compañeros y maestros, las actividades se crearon para poder lograr la interacción entre docente, compañeros y estudiantes. Como también para mejorar su bienestar emocional y que, al mismo tiempo, junto con el aprendizaje significativo, utilicen este aprendizaje para que las acepten como parte de su vida y que en su momento sean expresadas de una manera adecuada sin llegar a la violencia.

Por último, la estructura del capítulo III permitirá observar de una manera más amplia cómo se llevará a cabo cada sesión, junto con qué actividades se estarán trabajando, es decir, un plan de acción detallado, orientado a implementar estrategias pedagógicas que atiendan las necesidades emocionales y académicas de los estudiantes.

Discusión

A manera de conclusión, la educación socioemocional es esencial para todo ser humano, debido a que, con ello, puede ayudar a mejorar las interacciones sociales, además de poder entender y regular las propias emociones. Sin embargo, si lo relacionamos con la etapa de la adolescencia, permite desarrollar y entender su sentir, aunque la educación socioemocional, debería de ser trabajada y ejemplificada desde sus hogares, la escuela también forma un apoyo para brindarles herramientas para entender sus emociones.

Es importante considerar a la educación socioemocional en cualquier contexto, ya sea, en lo familiar, social, escolar, entre otros espacios; con la finalidad de que se mejore el bienestar del individuo, no sólo emocional si no en cualquier ámbito, en especial en sus interacciones sociales, al contar con una educación emocional puede crear herramientas para poder expresar lo que siente sin llegar a la violencia o sentirse juzgado.

Al mismo tiempo, la educación socioemocional promueve habilidades clave como la empatía, la autorregulación y la toma de decisiones responsables, estas competencias no sólo ayudan a los estudiantes a gestionar sus emociones y establecer relaciones saludables, sino que también contribuyen a crear un ambiente de aprendizaje más inclusivo y seguro, como se establece en la propuesta.

De igual manera, la educación socioemocional, por tanto, es un pilar fundamental para el bienestar integral y el desarrollo positivo de los jóvenes, posiblemente, el trabajar con la educación socioemocional dentro del aula tenga un impacto favorablemente en su vida personal, académica y social de los estudiantes.

Si bien, la educación emocional empezó a resonar apenas en el siglo pasado con autores importantes como Bisquerra (2009) y Goleman (2008), pero hoy día en el siglo XXI ha tenido un gran impacto, haciendo ver su relevancia e importancia en nuestro día a día,

modificado las actitudes sociales como lo es la labor docente, específicamente en el trato de los estudiantes.

Aunque, es importante considerar que la familia desempeña un papel fundamental en la educación emocional, las instituciones educativas también tienen una responsabilidad significativa. La escuela debe ser un espacio donde los jóvenes reciban herramientas para identificar, expresar y regular sus emociones, la implementación de este tipo de programas de educación socioemocional en el aula contribuye a prevenir conductas de riesgo de los estudiantes.

La adolescencia es una etapa compleja, debido a que pasan por diversos cambios físicos como emocionales, lo que ocasiona presión para poder encajar con los mismos pares o en ocasiones la misma validez de estos como su entorno, es importante que en esta etapa se le brinde apoyo para que cada adolescente pueda construir una autoestima de manera sana sin buscar la aprobación de los demás, pero sin sobreponerse ante ellos, buscando una convivencia asertiva dentro de los colectivos.

Lo anterior, se basó en las entrevistas de los estudiantes donde cada uno mencionó y se interpretó que estos estudiantes buscan la validez de sus compañeros, docentes, pero en especial de sus familiares, además de que estos estudiantes consideran que sus familiares no suelen estar presentes cuando más los necesitan.

Sin embargo, el desarrollo de la educación socioemocional, se podría visualizar como un triángulo en donde tanto padres, docentes y el mismo estudiante deben de trabajar conjuntamente para poder desarrollar una educación socioemocional para poder ir modificando y desintegrando los actos de violencia dentro de las aulas. Además de que es importante poder capacitar a cada persona que pertenezca a este triángulo para poder brindar apoyo a los estudiantes y que este pueda ver diversas soluciones a una problemática.

De esa manera, es admirable que las instituciones educativas lo hayan considerado para implementarlo dentro de una asignatura que fomenta el desarrollo de habilidades

emocionales y sociales ayudando a la integración de los estudiantes y que de esa manera se puedan comprender, sumado a eso, este trabajo busca promover un aprendizaje significativo en cada uno de los temas, el cual, no dejará de lado el conocimiento aprendido, sino que, ese aprendizaje lo pueda implementar en su día a día para mejorar como persona.

De esa manera, a mi parecer, es interesante el llevarlo a cabo dentro de una clase, debido a que, en nuestra actualidad se busca implementar el conocer las emociones dentro de las instancias educativas. Aunque al principio no era claro cómo se trabajaría o que contenido y actividades contendría la asignatura. No obstante, en mi experiencia, durante el tiempo que pase dentro de la instancia educativa (CETIS 1) como docente sustituto en la asignatura ámbito de formación socioemocional, los jóvenes intentaban descubrir su identidad, además de reconocer y conocer sus propias emociones.

Además, en el desarrollo de esta propuesta, se consideró contenidos que llamaran la atención de los jóvenes, integrando a todo el grupo, junto con las actividades para que los estudiantes tuviesen motivación para aprender de una forma diferente, estas actividades, son un conjunto de desarrollo físico, cognitivo, emocional y social.

Para finalizar, agregando y enfatizando que al implementar asignaturas enfocadas en el desarrollo socioemocional es un paso positivo, pero no suficiente, es necesario que cada miembro de la comunidad educativa se capacite y se comprometa con este proceso. Sólo entonces podremos ofrecer a los jóvenes las herramientas necesarias para afrontar los desafíos emocionales y sociales de su etapa, preparándolos para ser adultos conscientes, empáticos y responsables.

La educación socioemocional es más que una asignatura; es una inversión en el futuro de nuestra sociedad, es momento de actuar con urgencia y compromiso, el bienestar de nuestros jóvenes y el de nuestra comunidad dependen de ello.

Lista de Referencias

- Álvarez, E. (2020) Educación socioemocional. Controversias y Concurrencias Latinoamericanas. (11), 20. <https://www.redalyc.org/journal/5886/588663787023/588663787023.pdf>
- Argüello, R. (s/f) *Tipos de relación tóxica: características, cómo identificarlas*. Blog. R&A PSICÓLOGOS (blog). <https://www.ryapsicologos.net/relaciones-toxicas/>
- Armijo, I., Aspillaga, C., Bustos, C., Calderón, A., Cortés, C., Fossa, P., Melipillan, R., Sánchez, A., y Vivanc, A. (2021). Manual de Metodología de Investigación. 7.1 Diseño de investigación. Facultad de Psicología Universidad del Desarrollo. <https://psicologia.udd.cl/files/2021/04/Metodolog%C3%ADa-PsicologiaUDD-2-1.pdf>
- Armijo, I., Aspillaga, C., Bustos, C., Calderón, A., Cortés, C., Fossa, P., Melipillan, R., Sánchez, A., y Vivanc, A. (2021). Manual de Metodología de Investigación. 7.7 Participantes. Facultad de Psicología Universidad del Desarrollo. <https://psicologia.udd.cl/files/2021/04/Metodolog%C3%ADa-PsicologiaUDD-2-1.pdf>
- Ausubel, D; Novak, J. y Hanesian, H. (1998) *Psicología educativa Un punto de vista cognoscitivo*. Capítulo 2 *Significado y aprendizaje significativo*. Decimoprimer edición. Editorial Trillas.
- Bautista Martínez, E; Ortiz Acosta, I; Antonio Cruz, T. y García Canseco, C. (2020) Importancia de los materiales y recursos didácticos. Universidad Autónoma Benito Juárez de Oaxaca, Centro de Educación Continua, Abierta y a Distancia, Sistema de Educación a Distancia. http://cecad-uabjo.mx/recursos_didaacticos.pdf
- Baque, G. y Portilla, G. (2021) *El aprendizaje significativo como estrategia didáctica para la enseñanza – aprendizaje*. Polo del conocimiento. (6), 5. P. 78 – 81 <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7927035>
- Bisquerra, R. (2009) *Psicopedagogía de las emociones*. EDITORIAL SÍNTESIS. https://drive.google.com/file/d/1cl0zAVr34NdvH_1d_IEioyQ8mfxlcBfm/view?usp=sharing

- Brito, A; Vargas, R; Castillo, M. y Berra, E. (2022). *La formación socioemocional: una necesidad en los docentes de todos los niveles educativos*. Enseñanza e Investigación en Psicología, 4 (3).
<https://revistacneipne.org/index.php/cneip/article/view/163/161>
- Brito, G. y Cullen, M. (2020) Capítulo 2 Las emociones. Mindfulness y equilibrio emocional. Editorial Sirio. <https://cultivarlamente.com/wp-content/uploads/2020/03/cap-2-Libro-Mindfulness-y-Equilibrio-Emocional.pdf>
- Campos, C. (2020) LA IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL EN PREESCOLAR. Dirección general de educación inicial y preescolar. <https://www.sev.gob.mx/educacion-basica/esvisa/wp-content/uploads/sites/11/2020/10/IMPORTANCIA-DE-LAS-HABILIDADES-SOCIOEMOCIONALES-EN-PREESCOLAR.pdf>
- Castro, G. y Calzadilla, G. (2021) LA COMUNICACIÓN ASERTIVA. UNA MIRADA DESDE LA PSICOLOGÍA DE LA EDUCACIÓN. Didáctica y Educación. Vol. 12. (3). P. 134-143
<https://www.bing.com/ck/a?!&&p=ebb4996037cf9bf7JmltdHM9MTcyOTQ2ODgwMCZpZ3VpZD0zNmU5MDM3YS1jMzRkLTY0NTAtMDVIYi0xNzYxYzJkZjY1MDgmaW5zaWQ9NTI4MA&pptn=3&ver=2&hsh=3&fclid=36e9037a-c34d-6450-05eb-1761c2df6508&psq=comunicaci%c3%b3n+asertiva+pdf&u=a1aHR0cHM6Ly9kaWFsbmV0LnVuZXJpb2phLmVzL2Rlc2NhcmdhL2FydGljdWxvLzgxNTQzNzEucGRm&ntb=1>
- Cedeño, J., Maïtta, I. y Baquerizo, E. (2019) INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS PADRES Y SU INFLUENCIA EN EL DESARROLLO EMOCIONAL DE SUS HIJOS. Revista Caribeña de Ciencias Sociales. <https://www.eumed.net/rev/caribe/2019/10/inteligencia-emocional-padres.html>
- Céspedes, A. (2013) EDUCAR LAS EMOCIONES. Ediciones B. pp. 56-57.
https://www.catamarca.edu.ar/plataforma_educativa/wp-content/uploads/2021/04/Amanda-Cespedes-Educacion-las-emociones-Educacion-para-la-vida.pdf
- Chao, C. (2018) Educación socioemocional: la frontera educativa del siglo XXI. Artículo del Departamento de Educación. UNAM <https://biblat.unam.mx/hevila/Didac/2018/no72/5.pdf>

Chernicoff, L y Rodríguez, E. (2018) Autoconocimiento: una mirada hacia nuestro universo interno.

DOSSIER. P. 31

Cladera, C. (2013) Aprendizaje memorístico. *Revista El Mundo Bolivia*.

<https://cladera.org/pdf/aprendizajememoria.pdf>

Colom, J. y Fernández, M. (2009) ADOLESCENCIA Y DESARROLLO EMOCIONAL EN LA SOCIEDAD ACTUAL. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, vol.

1, núm. 1 <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832320025.pdf>

COPEEMS (2017) Guía para la planeación escolar y de situaciones didácticas como marco pedagógico para el desarrollo y la evaluación de las competencias de los estudiantes y de los docentes. Dirección de Investigación y Capacitación a Docentes (DICAD). P. 84 - 89.

http://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/263646/2016-2017_Guia_Competencias.pdf

De Saint-Exupéry, A. (2012) El principito. (1) editores Mexicanos Unidos.

Delgado, L. y Sánchez, R. (2022) Evaluación y aprendizaje en educación universitaria: estrategias e instrumentos. Capítulo 35 HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES. Primera edición.

Coordinación de Universidad Abierta, Innovación Educativa y Educación a Distancia.

<https://cuaieed.unam.mx/publicaciones/libro-evaluacion/pdf/Capitulo-35-HABILIDADES-SOCIOEMOCIONALES.pdf>

Díaz, F. y Hernández, G. (2002) Estrategias docentes para un aprendizaje significativo. Capítulo 2 Constructivismo y aprendizaje significativo. Segunda edición. McGraw-Hill e Interamericana.

<https://drive.google.com/file/d/0BzXlXkCfil5UVzExUkNIMG9xXzA/view?resourcekey=0-yV3eW1pc2LI68m7a2Rs7cA>

Díaz, F. y Hernández, G. (2002) Estrategias docentes para un aprendizaje significativo. Capítulo 5 Estrategias de enseñanza para la promoción de aprendizaje significativo. Segunda edición.

McGraw-Hill e Interamericana

<https://drive.google.com/file/d/0BzXlXkCfil5UVzExUkNIMG9xXzA/view?resourcekey=0-yV3eW1pc2LI68m7a2Rs7cA>

Farid Dieck. (2023) Intensamente parte 1 y parte 2. Red social. Tik tok.

<https://vm.tiktok.com/ZMMTKKkGt/> y <https://vm.tiktok.com/ZMMTK342H/>

Farid Dieck. (2023) TURNING RED | El DILEMA con las EXPECTATIVAS de NUESTROS PADRES.

Video. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=TDFladABx7c&t=1s>

Fernández, I; López, B., y Márquez, M. (2008) Empatía: Medidas, teorías y aplicaciones en revisión.

Anales de Psicología. 24, 2. diciembre, 2008, pp. 284-298.

FLECHA, A. (2019) AUTOACEPTACIÓN Y SENTIDO/PROPÓSITO VITAL EN PERSONAS

MAYORES INSTITUCIONALIZADAS. Revista universitaria pedagogía social. P. 141 – 142

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (que en sus siglas en inglés son UNICEF). (2020).

¿Qué es la adolescencia? <https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/que-es-la-adolescencia>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (que en sus siglas en inglés son UNICEF). (2020).

Cómo ayudar a los adolescentes a enfrentar una crisis emocional.

<https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/como-ayudar-los-adolescentes-enfrentar-una-crisis-nerviosa>

Fundación CAP. (2020) APRENDIZAJE SOCIOEMOCIONAL: ¿QUÉ ES Y CÓMO

DESARROLLARLO? Subsecretaría de educación Parvularia. https://fundacioncap.cl/wp-content/uploads/2020/08/Aprendizaje_socioemocional.pdf

Galván, A. y Siado, E. (2021) Educación Tradicional: Un modelo de enseñanza centrado en el

estudiante. Revista Interdisciplinaria de Humanidades, Educación, Ciencia y Tecnología. 7 (12).

https://www.researchgate.net/publication/352068137_Educacion_Tradicional_Un_modelo_de_ensenanza_centrado_en_el_estudiante

Gámiz, A. (2014) EL SISTEMA EDUCATIVO NO ES SÓLO LA ESCUELA. Blog INED21.

<https://ined21.com/p7331/>

García, B. (2018). Las habilidades socioemocionales, no cognitivas o “blandas”: aproximaciones a su evaluación. Revista Digital Universitaria (RDU). Vol. 19, núm.

<https://www.revista.unam.mx/2018v19n6/habilidades-socioemocionales-no-cognitivas-o-blandas-aproximaciones-a-su-evaluacion/>

Goleman, D. (2008) Emotional intelligence (La inteligencia emocional). Ediciones B (47). P. 13 – 23

González, X., Chao, C. y Patiño, H. (2021) El juego en la educación: una vía para el desarrollo del bienestar socioemocional en contextos de violencia. NUEVA ÉPOCA. Vol. 51 (2). P. 1 – 20
<https://www.scielo.org.mx/pdf/rlee/v51n2/2448-878X-rlee-51-02-233.pdf>

Guerrero, J. (2019). Estrategias didácticas que promueven el aprendizaje significativo. Docentes al Día. <https://docentesaldia.com/2019/01/22/estrategias-didacticas-que-promueven-el-aprendizaje-significativo/#:~:text=Tipos%20de%20estrategias%20de%20ense%C3%B1anza.%20Pre-instruccionales:%20Preparan%20y%20alertan%20al>

Hernández, M., Trejo, Y. y Hernández, M. (2018) El desarrollo de habilidades socioemocionales de los jóvenes en el contexto educativo. Poniéndose al día. P. 88-97 <https://www.inee.edu.mx/wp-content/uploads/2019/05/10AlDia.pdf>

Hernández, S., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). Metodología de la Investigación, Sexta Edición, CAPÍTULO 1 Definiciones de los enfoques cuantitativo y cualitativo, sus similitudes y diferencias. ¿Qué características posee el enfoque cualitativo de investigación? McGraw-Hill / INTERAMERICANA EDITORES pp. 7 – 10
https://www.paginaspersonales.unam.mx/app/webroot/files/981/Investigacion_sampieri_6a_ED.pdf

Hernández, S., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). Metodología de la Investigación, Sexta Edición, CAPÍTULO 15 Diseños del proceso de investigación cualitativa. McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES pp. 468-503
https://www.paginaspersonales.unam.mx/app/webroot/files/981/Investigacion_sampieri_6a_ED.pdf

- Iglesias, D. (2013). Desarrollo del adolescente: aspectos físicos, psicológicos y sociales. Revista PEDIATRÍA INTEGRAL. XVII (2). <https://www.pediatrintegral.es/wp-content/uploads/2013/xvii02/01/88-93%20Desarrollo.pdf>
- Instituto Politécnico Nacional (IPN). (2016) Instructivo de planeación didáctica. Departamento de Desarrollo e Innovación Curricular. <https://www.enmh.ipn.mx/assets/files/enmh/docs/docentes/academias/planeaciondidactica/INSTRUCTIVO.pdf>
- Islas, P; Trevizo, M. y Heiras, A. (2014) La planeación didáctica como factor determinante en la autoeficacia del maestro universitario. IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH. Vol. 5, núm. P. 43 - 45. <https://www.redalyc.org/pdf/5216/521651961005.pdf>
- Kishi, S. (2015) Assassination Classroom. Anime / Serie. Crunchyroll. <https://www.crunchyroll.com/es/series/GRE59JGX6/assassination-classroom>
- Lacunza, A. y Contini, E. (2016) Relaciones interpersonales positivas: los adolescentes como protagonistas. Revista Psicodebate. Vol. 16 (2), p. 76-78 <https://www.bing.com/ck/a?!&&p=0dc951169edb2eadJmltdHM9MTcyOTY0MTYwMCZpZ3VpZD0zNmU5MDM3YS1jMzRkLTU0NTAtMDVIYi0xNzYxYzJkZjY1MDgmaW5zaWQ9NTlwMA&ptn=3&ver=2&hsh=3&fclid=36e9037a-c34d-6450-05eb-1761c2df6508&psq=Construcci%c3%b3n+de+relaciones+positivas+y+saludablespdf&u=a1aHR0cHM6Ly9kaWFsbmV0LnVuaXJpb2phLmVzL2Rlc2NhcmdhL2FydGljdWxvLzU3NjMxMDEucGRm&ntb=1>
- Lammie, F. (2021) Tu corazón cuando estás en una relación tóxica (video) Casi Creativo. <https://www.youtube.com/watch?v=-dpxLL48hXE>
- Lillo, J. (2004) Crecimiento y comportamiento en la adolescencia. Revista de la asociación española de neuropsiquiatría. (90). https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352004000200005

López, L. (2021). Cambios emocionales y afectivos en la adolescencia.

<https://centrosequoia.com.mx/cambios-en-la-adolescencia/cambios-emocionales-y-afectivos/>

López, O. (2021) RELACIONES POSITIVAS DE PAREJA, FAMILIA Y COMUNIDAD. San Marcos.

<https://repositorio.usam.ac.cr/xmlui/bitstream/handle/11506/1623/LEC%20PSIC%200057%202021.pdf?sequence=1>

Lozano, H. y Cortés, E. (2015) Merlí. Serie de televisión. NETFLIX.

<https://www.netflix.com/mx/title/80134797>

Lozano, V. (2014). TEORÍA DE TEORÍAS SOBRE LA ADOLESCENCIA. Última Década. (40).

<https://www.redalyc.org/pdf/195/19531682002.pdf>

LuzuVlogs. (2013) El Camino del Éxito. Video. YouTube.

<https://www.youtube.com/watch?v=CfEOwQnd-OM&t=89s>

Manrique, A y Gallego, A. (2013) EL MATERIAL DIDÁCTICO PARA LA CONSTRUCCIÓN DE APRENDIZAJES SIGNIFICATIVOS. Revista Colombiana de Ciencias Sociales. Vol. 4, núm. 1.

<https://www.redalyc.org/pdf/4978/497856284008.pdf>

Marías, D. (2019) La educación no es responsabilidad exclusiva de la escuela. Blog Infobae.

<https://www.infobae.com/opinion/2019/05/17/la-educacion-no-es-responsabilidad-exclusiva-de-la-escuela/>

Mexicanos Primero Jalisco. (2023). Diagnóstico socioemocional SEJ. Diagnóstico general del cumplimiento del derecho a la educación en Jalisco.

<https://www.diagnosticoeducativojalisco.org/socioemocional/diagn%C3%B3stico-socioemocional-sej#h.e0puottci7is>

Montagud, N. (2020) Planeación didáctica: qué es y cómo se desarrolla en educación. Portal

Psicología y Mente. <https://psicologiyamente.com/desarrollo/planeacion-didactica>

Montes, C; Rodríguez, D y Serrano, G. (2014) Estrategias de manejo de conflicto en clave emocional.

Anales de psicología. 30, 1.

Mora, N. (2010) Conoce y aplica herramientas para tomar decisiones. Bogotá emprende.

<https://bibliotecadigital.ccb.org.co/server/api/core/bitstreams/81312343-8cc0-4d72-aa07-e10c4e483556/content>

Moreira, A. (2017) Aprendizaje significativo como un referente para la organización de la enseñanza.

Archivos de Ciencias de la Educación. 11(12).

http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/67276/Documento_completo.pdf?sequence=1

Muelas, R. (2018) Emociones que nos hacen violentos. La mente es maravillosa.

<https://lamenteesmaravillosa.com/emociones-que-nos-hacen-violentos/>

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y Cultura (UNESCO). (2023)

Aportes para la enseñanza de habilidades socioemocionales. P. 12 -17

https://unesdoc.unesco.org/in/documentViewer.xhtml?v=2.1.196&id=p::usmarcdef_0000388352&file=/in/rest/annotationSVC/DownloadWatermarkedAttachment/attach_import_12c81838-4ffd-406b-9f65-2931e27e71cc%3F_%3D388352spa.pdf&updateUrl=updateUrl6769&ark=/ark:/48223/pf0000388352/PDF/388352spa.pdf.multi&fullScreen=true&locale=es#%5B%7B%22num%22%3A122%2C%22gen%22%3A0%7D%2C%7B%22name%22%3A%22XYZ%22%7D%2C-1%2C842%2C0%5D

PAPALIA, D. y MARTORELL, G. (2017) Desarrollo humano. McGraw-Hill/INTERAMERICANA.

Capítulo 11 Adolescentes.

PAPALIA, D. y MARTORELL, G. (2017) Desarrollo humano. McGraw-Hill/INTERAMERICANA.

Capítulo 12 Desarrollo psicosocial en la adolescencia.

Paz, C. y Muñoz, P. (2019) Línea de vida como recurso narrativo para la formación socioemocional en estudiantes de pedagogía. Praxis educativa, 23 (2).

http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S0328-97022019000200006&script=sci_arttext

- Paz, C., Becerra, S. y Moncada, J. (2018) Gestión convivencia escolar: del aseguramiento a la necesidad de fortalecer la formación socioemocional. *Revista de Ciencias Humanas y Sociales*. (87), P. 326 – 333 <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7341383>
- Pérez, G. (2006) Teoría y modelos pedagógicos. CAPÍTULO 2. PEDAGOGÍA DE LA EDUCACIÓN TRADICIONAL. 1ra edición. Fundación universitaria Luis Amigó.
http://online.aliat.edu.mx/adistancia/TeorContemEduc/U1/lecturas/TEX_3_SEM3_PedTrad.pdf
- Pérez, K; Torrijos, Y. y Vilchis, A. (2020) LAS EMOCIONES EN LA ADOLESCENCIA.
https://ade.edugem.gob.mx/bitstream/handle/acervodigitaledu/61021/JABSDPED33_Las%20emociones%20en%20la%20adolescencia.pdf?sequence=2
- Postic, M., y Ketele, J. (1998) Observar las situaciones educativas Componentes de la observación. Narcea ediciones. P. 17 - 68
- Psych2Go. (2022) 8 Señales de una Relación Saludable.
(video) <https://www.youtube.com/watch?v=tCfhP0kWWUE>
- Ramírez, L; Ruvalcaba, N. y Aguilar, S. (2023) La Nueva Escuela Mexicana (NEM): orientaciones para padres y comunidad en general. Primera edición. Subsecretaría de Educación Media Superior.
https://educacionmediasuperior.sep.gob.mx/work/models/sems/Resource/13634/1/images/030623_La%20Nueva%20Escuela%20Mexicana_orientaciones%20para%20padres%20y%20comunidad%20en%20general_COSFAC.pdf
- Ramírez, L; Ruvalcaba, N; y Aguilar, S. (2023) Programa de estudios de los Recursos Socioemocionales y Ámbitos de la Formación Socioemocional. Secretaría de educación pública. Primera edición.
- Real academia española. (2014) Joven. <https://dle.rae.es/joven>
- Rivera, J. (2004) EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO y la evaluación de los aprendizajes. *REVISTA DE INVESTIGACIÓN EDUCATIVA*. 14. P. 47 - 48
http://online.aliat.edu.mx/adistancia/dinamica/lecturas/El_aprendizaje_significativo.pdf
- Rivero, M. (2019) Empatía, el arte de entender a los demás. Universidad Mayor de San Simón.

- Roa, A. (2013) LA EDUCACIÓN EMOCIONAL, EL AUTOCONCEPTO, LA AUTOESTIMA Y SU IMPORTANCIA EN LA INFANCIA. Universidad Complutense de Madrid. Correspondencia: Paseo del Molino, 11, 3. P. 245- 251
- Sistema de Información y Gestión Educativa (SIGED; 2024) Consulta de escuelas. SEP.
<https://siged.sep.gob.mx/SIGED/escuelas.html>.
- Sánchez, R. (2016) PLANEACIÓN DIDÁCTICA ARGUMENTADA. EDITORIAL TRILLAS. P. 43-46
- Secretaría de Educación Pública (2018). Orientaciones para la prevención, detección y actuación en casos de abuso sexual infantil, acoso escolar y maltrato en las escuelas de educación básica. Programa Nacional para la convivencia escolar. P.17-18
https://dggeyet.sep.gob.mx/convivencia_escolar/publicaciones/Orientaciones_211216.pdf
- Secretaría de Educación Pública, Subsecretaría de Educación Media Superior y Coordinación Sectorial de Fortalecimiento Académico. (s. f.). Práctica y colaboración ciudadana: Ámbito de la formación socioemocional. En Progresiones del Aprendizaje.
https://desarrolloprofesionaldocente.sems.gob.mx/convocatoria1_2023/docs/Progresiones%20de%20aprendizaje%20-%20Socioemocionales%20PCC.pdf
- STEINAR, K. (2011). Las entrevistas en la investigación cualitativa, España, Morata. Cap 9 Análisis de una entrevista, pp. 134-154.
- Sureda, I. y Colom, J. (2002) Una reflexión sobre la formación socioemocional del docente. Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 5 (3).
<https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/94955/00820123016477.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Tejada, A. (2009) La planeación didáctica. Cuadernos de Formación de Profesores 3. P. 1-10.
http://uiap.dgenp.unam.mx/apoyo_pedagogico/proforni/antologias/LA%20PLANEACION%20DIDACTICA.pdf
- Trejo, E. (2018). El Aprendizaje Significativo: Conceptos Básicos. Unidades de Apoyo para el Aprendizaje. <https://repositorio->

uapa.cuaieed.unam.mx/repositorio/moodle/pluginfile.php/1726/mod_resource/content/11/Contenido/index.html

UNESCO. (2022) Lanzamiento de Transformar-nos: Manuales prácticos para la transformación educativa basada en el aprendizaje socioemocional.

<https://www.unesco.org/es/articles/lanzamiento-de-transformar-nos-manuales-practicos-para-la-transformacion-educativa-basada-en-el>

UNESCO. (2023) El aprendizaje socioemocional como factor fundamental para la educación.

<https://www.unesco.org/es/articles/el-aprendizaje-socioemocional-como-factor-fundamental-para-la-educacion##>

Valdez, L; Sánchez, J. y Lescano, G. (2023) Evaluación formativa: retroalimentación, estrategias e instrumentos. Revista Educación. Vol. 47(2). P. 3-5 <http://doi.org/10.15517/revedu.v47i2.53987>

Vélez, M. (2006) EL PROCESO DE TOMA DE DECISIONES COMO UN ESPACIO PARA EL APRENDIZAJE EN LAS ORGANIZACIONES. Revista Ciencias Estratégicas. Vol. 14 (16). P. 160 – 163 <https://www.redalyc.org/pdf/1513/151320326003.pdf>

Anexo 1

Entrevista para los estudiantes de segundo semestre del grupo 2D4:

Objetivo de la entrevista: Explorar la perspectiva de los estudiantes sobre la integración de la formación socioemocional en su experiencia educativa, comprendiendo sus expectativas, preocupaciones y opiniones para asegurar que sus necesidades y deseos sean considerados en el diseño de la planeación escolar.

Los sujetos a entrevistar: Los estudiantes que se consideró como parte de la muestra, los estudiantes están cursando el segundo semestre de media superior en el Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N°01.

1. ¿Crees que es importante aprender a manejar tus emociones y relaciones sociales en la escuela?
2. ¿Cuáles son las dificultades más grandes que has enfrentado al tratar de controlar tus emociones?
3. ¿Cómo describirías tu relación con tus compañeros de clase?
4. ¿Qué opinas sobre tu relación con tus profesores de otras materias?
5. ¿Qué situaciones en la escuela te generan más estrés o ansiedad?
6. ¿Cómo crees que aprender sobre emociones y relaciones podría mejorar tu experiencia en la escuela?
7. ¿Qué clase adicional te gustaría tener en la escuela para trabajar en tu bienestar emocional?
8. ¿Has notado alguna relación entre cómo te sientes emocionalmente y tu desempeño académico? ¿Qué observas?
9. ¿Cómo crees que aprender sobre emociones y relaciones podría ayudar en el desarrollo de tu autoestima?

10. ¿De qué forma crees que aprender sobre emociones podría ayudarte a relacionarte mejor con los demás?

11. ¿Qué actividades o programas te gustaría tener en la escuela para apoyar la salud emocional tuya y la de tus compañeros?

Aviso de confidencialidad: La información que se obtuvo en las entrevistas será utilizada únicamente con fines académicos e investigativos. Además, se presentará con pseudónimos para proteger la identidad de los jóvenes estudiantes del CETIS1.

Anexo 2

Entrevista dirigida hacia los padres de familia y tutores de los estudiantes del grupo

2D4:

Objetivo de la entrevista: Explorar las opiniones y expectativas de los padres de familia sobre la incorporación de la formación socioemocional en el currículo escolar, comprendiendo sus perspectivas, inquietudes y deseos en relación con lo que desean que sus hijos aprendan y experimenten en clase.

Los sujetos a entrevistar: Algunos padres de familia, considerando que su hij@ está cursando el segundo semestre de media superior en el Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N°01.

1. ¿Por qué cree que es importante que sus hijos aprendan sobre emociones y relaciones en la escuela?
2. ¿Qué creen que hace su hijo para sentirse bien emocionalmente mientras está en la escuela o durante las clases?
3. ¿Cuáles desafíos cree que enfrentan sus hijos para entender y manejar sus emociones en la escuela?
4. ¿Qué habilidades sociales cree que sus hijos podrían desarrollar al aprender a manejar sus emociones?
5. ¿Cómo puede usted, como padre o madre, ayudar a sus hijos a comprender mejor sus emociones y relaciones sociales?
6. ¿Creen que las habilidades emocionales pueden afectar el rendimiento académico de sus hijos? ¿Cómo?
7. ¿Tienen alguna sugerencia para que la educación emocional se integre de manera efectiva en la escuela?

8. ¿Qué tipo de actividades o programas les gustaría ver en la escuela para promover el bienestar emocional de los estudiantes?

9. ¿Qué creen que podría ayudar a sus hijos a aprender y mejorar en el manejo de sus emociones y relaciones en la escuela?

10. ¿Qué acciones podrían ayudar a sus hijos a comprender mejor sus emociones y relaciones en la escuela?

11. ¿Por qué creen que es importante enseñar y promover la educación emocional dentro y fuera de la escuela?

Nota: La información obtenida en esta entrevista será utilizada únicamente con fines académicos e investigativos. Los entrevistados dieron su autorización para el uso de su nombre real en lugar de un seudónimo, salvo que se indique lo contrario para proteger su identidad y confidencialidad.

Anexo 3

Entrevista dirigida hacia las expertas:

Objetivo de la entrevista: Explorar las opiniones y expectativas de los expertos sobre la importancia del desarrollo de la educación socioemocional en las escuelas, comprendiendo sus perspectivas.

Los sujetos a entrevistar: Expertas como una socióloga, psicóloga, orientadora y psicóloga social que ya llevan una trayectoria en el campo de la edición.

¿Cuáles son las habilidades emocionales clave que los estudiantes deben desarrollar para su proceso de aprendizaje?

¿Qué estrategias pueden implementarse para fomentar la reflexión en los estudiantes sobre sus propias emociones?

¿Cómo podemos promover el autoconocimiento en los estudiantes a través de actividades en el aula?

¿Cuáles son los beneficios de fomentar la inteligencia emocional en el proceso de enseñanza y aprendizaje?

¿Qué recursos pueden ser efectivos para ayudar a los estudiantes a gestionar sus emociones?

¿Cómo podrían identificar y abordar las necesidades emocionales de los estudiantes de manera efectiva?

¿Qué estrategias pueden utilizarse para fomentar un ambiente seguro y cómodo para expresar sus emociones?

¿Qué papel juega la empatía en el proceso de enseñanza y aprendizaje?

En relación a la empatía ¿Cómo puede fomentarse en el aula?

¿Qué recomendaciones daría para implementar con éxito actividades que fomenten la reflexión, el autoconocimiento y la autorregulación emocional en el aula?

Nota: La información obtenida en esta entrevista será utilizada únicamente con fines académicos e investigativos. Los entrevistados dieron su autorización para el uso de su nombre real en lugar de un seudónimo, salvo que se indique lo contrario para proteger su identidad y confidencialidad.

Anexo 5

Formulario dirigido a los jóvenes estudiantes del grupo 2D4:

Objetivo del formulario: Analizar la percepción que los estudiantes tienen de sí mismos, así como de su relación con el entorno escolar y familiar. La información recopilada será utilizada únicamente con fines académicos y se garantiza la confidencialidad de los datos de los participantes.

Dimensión personal

1. ¿Cuál es tu género?

- Mujer
- Hombre
- Otro
- Prefiero no decirlo

2. Semestre que estás cursando:

- 6to semestre
- 2do semestre

3. ¿Qué edad tienes?

- 14 años
- 15 años
- 16 años
- 17 años
- 18 años

4. ¿Dónde vives?

- Ciudad de México
- Estado de México
- Otro

5. ¿En qué municipio o alcaldía vives?

6. ¿Qué medio de transporte utilizas para llegar e irte de la escuela?

- Automóvil propio
- Taxi
- Transporte por App
- Mototaxi
- Motocicleta
- Transporte público (micros, camiones, RTP, combi, entre otros)
- Caminando
- Otro

7. ¿Cuánto te tardas en llegar a la escuela?

- 5 a 10 minutos
- 10 a 20 minutos
- 20 minutos a 1 hora
- Más de 1 hora

8. ¿A qué te dedicas?

- Estudiante de tiempo completo
- Estudio y trabajo

9. Si trabajas, qué trabajo estás realizando:

10. ¿Por qué estás trabajando?

11. ¿Cuántas horas duermes al día?

- 1 - 4 horas al día

- 5 - 7 horas al día
- 8 - 10 horas al día
- Más de 10 horas al día
- No duermo

12. ¿Cuántas comidas realizas al día?

- 1 comida al día
- 2 comidas al día
- 3 comidas al día
- 4 comidas al día
- 5 comidas al día

13. ¿Realizas alguna actividad extra o fuera de la escuela?

- Si
- No

14. Si respondiste que sí, ¿Qué actividad realizas?

15. ¿Cuál es tu plan de vida después de salir del CETIS 1?

Dimensión escolar

1. ¿Cuántas materias reprobaste o debes del semestre pasado?

- 1 materia
- 2 materias
- 3 materias
- Más de 4 materias

2. Describe cómo es tu relación con tus compañeros de clase

3. Describe cómo es tu relación con tus maestras y profesores

4. ¿Qué tipo de alimento consumes en la escuela?

- Frituras
- Frutas
- Pizza
- Tacos de canasta
- Helado
- Chilaquiles
- Enchiladas
- Tacos dorados
- Agua natural o de sabor
- Tortas
- Traigo mi propio alimento
- Otro

5. ¿Qué materias te causan estrés?

6. ¿Qué materia te gusta más?

7. ¿En qué materia te ha ido bien en este semestre?

8. ¿Qué otra materia te gustaría agregar para mejorar tus calificaciones? y ¿Por qué?

9. ¿Qué carrera te gustaría estudiar?

10. En qué área de estudio se encuentra tu carrera

- ÁREA DE MATEMÁTICAS
- ÁREA DE FÍSICA Y GEOGRAFÍA
- CIENCIAS BIOLÓGICAS
- INGENIERÍA MECÁNICA
- HUMANISMO
- COMUNICACIÓN
- LITERARIO
- ADMINISTRACIÓN
- ARTE

Dimensión familiar

1. Contándote, ¿Con cuántas personas vives en tu casa?

- 2 personas
- 3 personas
- 4 personas
- 5 personas
- 6 personas
- Más de 6 personas
- Vivo solo

2. ¿Con quién vives?

- Madre
- Padre
- Abuel@s
- Herman@(s)

- Tí@s
- Personas que no pertenecen a mi familia
- Prim@s
- Otros

3. ¿Quién es tu tutor actualmente?

- Madre
- Padre
- Herman@(s)
- Abuel@(s)
- Tí@(s)
- Prim@(s)
- Personas que no pertenecen a mi familia
- Otro

4. A qué se dedica tu tutor

5. Tu tutor está presente en juntas, recados y/o cuando vas reprobando

- Siempre se presenta
- En ocasiones
- No se ha presentado

6. Describe tu relación con tus familiares y tutor

7. Con lo anterior, ¿Qué cambiarías de esta relación con tus familiares y tutor?

8. De la misma, ¿Qué es lo que si te agrada de esa relación? y ¿Cómo lo fortalecerías?