

LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL CONTEXTO ESCOLAR: UNA APROXIMACIÓN DOCUMENTAL

EMOTIONAL EDUCATION IN THE SCHOOL CONTEXT: A DOCUMENTARY APPROACH

Andrea Geraldinne Mora Casallas ¹

Yolanda Catalina Vallejo Ovalle ²

Resumen

En la presente ponencia se exponen los resultados parciales de la revisión de antecedentes de un trabajo de grado (pregrado) desarrollado en la Licenciatura en Biología de la Universidad Pedagógica Nacional, realizado al interior del Semillero de Investigación de la línea Conocimiento del Profesor en Educación para la Salud³ En la ponencia se pretendió identificar cómo se ha venido abordando la educación emocional en el contexto escolar.

La metodología utilizada estuvo orientada desde una revisión de tipo documental; inicialmente se realizó una consulta en bases de datos de documentos referentes a educación emocional; posteriormente se procedió a construir una matriz donde se organizó la información de los documentos seleccionados, con el fin de facilitar la identificación de las tendencias.

Como principales resultados se encuentra que: 1) Es necesario abordar de manera más profunda y concreta lo emocional desde la educación para la salud (EpS); 2) Se deben fortalecer e incluir programas en la formación docente que brinden elementos para trabajar desde su quehacer profesional los aspectos emocionales; 3) Es importante desarrollar habilidades y competencias emocionales en los estudiantes que les permitan reconocerse a sí mismo y a los demás, entendiendo que lo emocional es parte importante del desarrollo de los sujetos; y finalmente 4) Se hace pertinente trabajar en el aula este tema como eje transversal de las asignaturas en escuelas y universidades.

¹ Estudiante de Licenciatura en Biología. Noveno semestre. Universidad Pedagógica Nacional. dbi_agmorac811@pedagogica.edu.co

² Docente del Departamento de Biología. Universidad Pedagógica Nacional. yvallejo@pedagogica.edu.co



Palabras clave: Emociones, Educación emocional; Educación para la salud (EpS); Profesor.

Abstract

The present paper presents the partial results of the chapter of antecedents of a work of degree of the Bachelor in Biology, realized to the interior of the Seedbed of Investigation of the line Knowledge of the Professor in Education for the Health of the National Pedagogical University.; the main objective of this work is to develop a pedagogical proposal to strengthen the emotional dimension of fourth grade primary students of an educational institution in Bogotá.

The methodology used was based on a documentary review; initially there was a consultation in databases of documents related to emotional education; later a matrix was constructed where the information of the selected documents was organized in order to facilitate the identification of trends.

The main results are as follows: 1) It is necessary to deal more deeply and concretely with the emotional aspect of health education; 2) Programs should be strengthened and included in teacher training that provide elements for working on the emotional aspects of their professional work; 3) It is important to develop emotional skills and competencies in students that allow them to recognize themselves and others, understanding that the emotional is an important part of the development of subjects; and finally 4) It is pertinent to work in the classroom on this topic as a cross-cutting axis of subjects in schools and universities.

Key words: Emotions, Emotional Education, Education for health; Teacher.

Introducción

Actualmente en el contexto escolar se ha venido evidenciando una serie de problemáticas en el ámbito de lo emocional que inciden en los proceso de aprendizaje como por ejemplo la baja autoestima, la ansiedad, la bipolaridad y la depresión entre otras; estas se suelen presentar mediante comportamientos agresivos o de aislamiento y tienden a repercutir en el rendimiento académico, el interés por el aprendizaje, el disfrute del tiempo libre y las relaciones con los otros (Argumedos, Pérez y Romero, 2014).



En este sentido Marín (2018) afirma que estos problemas relacionados con la dimensión emocional, tiene un origen en patrones de apego inseguro donde prima el rechazo y la inseguridad generando relaciones afectivas y vínculos familiares frágiles; por otro lado, esto genera que los niños y jóvenes presenten dificultades con su identidad y con sus relaciones con los otros.

De acuerdo con lo anterior, se evidencia que la escuela se constituye en un escenario que demanda no solo abordar la formación desde la dimensión intelectual en el desarrollo de los alumnos, sino también incluir en otras dimensiones como la emocional, por lo cual se propone Incluir en el aula problemáticas relacionadas con esta dimensión con el fin de fortalecer competencias y habilidades para afrontar situaciones del diario vivir.

Es por ello que la educación emocional surge como una innovación educativa que se justifica en las realidades sociales y tiene como objetivos principales desarrollar competencias emocionales que le permitan a las personas conseguir un estado de bienestar adecuado tanto personal como social (Bisquerra, 2003); además ofrece ciertos beneficios que incluyen una comunicación efectiva, toma de decisiones adecuadas, resolución de conflictos prevención de ciertas situaciones como la drogadicción, la anorexia y la violencia, entre otras (Márquez y Gaeta, 2017).

Por otro lado, la educación emocional tiene como objetivos principales ayudar a los niños a conseguir una vida emocional positiva que les permita tener una edad adulta equilibrada; desarrollar habilidades sociales e interpersonales que les permitan desenvolverse consigo mismos y con los demás; capacitarlos de manera adecuada para que conozcan, reconozcan y manejen sus emociones ante situaciones negativas; y finalmente conseguir que la persona pueda automotivarse para conseguir un estado de completo plenitud personal (Sánchez, 2016).

A partir de lo expresado anteriormente, se evidencia la importancia de trabajar las emociones en el contexto escolar, es así, que en la presente ponencia se desarrolla una revisión documental, en la cual se pretendió identificar cómo se ha venido abordando la educación emocional en la escuela.



Metodología

La metodología estuvo orientada desde el paradigma interpretativo, enfoque cualitativo. Se usó la técnica de revisión documental, la cual según Martínez (2004) es el conjunto de distintas herramientas, estrategias y recursos que le permiten a un sujeto investigador obtener información sobre algún fenómeno a partir de consultar diversos tipos de documentos.

Se consultaron fuentes electrónicas e impresas de circulación periódica tales como artículos y trabajos de grado en diferentes bases de datos de acceso libre y de suscripción, entre las que se encuentran: Redalyc, Research Gate, Revista Iberoamericana de Educación, Revistas UNED y repositorio de la Universidad Javeriana.

Una vez identificados los documentos se procedió a organizar la información en una matriz, en la cual se tuvieron en cuenta aspectos como: autor(es), título, año, objetivos, metodología, resultados y conclusiones. Una vez organizada la información en la matriz se procedió a la identificación de tendencias para su posterior análisis, dentro de las que se encuentran: 1) Educación emocional y formación de profesores; 2) Desarrollo de habilidades y competencias emocionales en niños y adolescentes y 3) Educación emocional y contexto escolar 4) Educación emocional y salud.

Resultados

A continuación, se presentan tendencias encontradas tras la revisión documental respecto a la educación emocional:

1. Educación emocional y formación de profesores.

Algunos de los resultados encontrados son los siguientes:

*Para Martínez-Otero (como se citó en García, 2012), el profesor es un referente importante en la formación de los estudiantes, pues muchos, especialmente los niños, ven en este un modelo a seguir y en ocasiones logran imitar actividades que realiza incluyendo comportamientos en las emociones que genera, conocimientos que enseña o actitudes que asume frente a la vida; es por ello que



para Gallego, Alonso, Cruz y Lizama (como se citó en Vivas, 2002) los profesores deben comprometerse no sólo en los inicios de la vida escolar sino durante todo el proceso educativo, deben constituirse en un mediador de las habilidades emocionales de los estudiantes, por lo cual deben ser conscientes de sus emociones, ser capaces de automotivarse y tener buenas relaciones con los demás, y ser sociables para poder reconocer y saber solucionar los problemas.

*Se menciona que trabajar el ámbito emocional en la escuela es muy importante pero que muchas veces los profesores no cuentan con esta formación por lo que autores como Bisquerra (como se citó en Talavera y Baena, 2016) proponen la implementación de una asignatura tanto para los profesores de primaria como de secundaria donde se aborde lo emocional, como un eje importante de formación; otros autores también citados por Talavera y Baena (2016) como Torres y Bernabéu proponen trabajos abordados desde lo fenomenológico para afianzar el autoconocimiento y la reeducación de las emociones de sí mismos para lograr extrapolarlo a los demás.

*En cuanto a las emociones Mellado et al (2014) afirma que los profesores al igual que los estudiantes son influenciados por emociones tanto positivas como negativas lo que determina los procesos de aprendizaje, muchos profesores consideran actualmente que las emociones son ajenas a lo científico por lo que debe excluirse de la investigación educativa. Investigadores como Shulman (como se citó en Mellado et al., 2014) concuerdan en decir que las emociones deben estar presentes en el Conocimiento Didáctico del Contenido y reconocen el olvido que tuvo inicialmente la parte afectiva en la enseñanza.

*También se considera importante que como lo mencionan Mellado et al (2014) los maestros durante la formación universitaria reciban orientación metacognitiva y metaemocional que les permita conocer sus emociones, regularlas y controlarlas, así como convertir las emociones negativas en positivas a través de actividades que les permitan disfrutar y gozar de la ciencia.

En este mismo sentido Sánchez (2016) afirma que la formación de los profesores es importante pues se hace énfasis en que docente debe saber conocer y controlar sus emociones para luego poder generar mejores estrategias de enseñanza; lo anterior se presenta con mayor eco en la educación primaria ya que los estudiantes aprenden en su mayoría viendo, por tanto se hace necesario que



los centros educativos también aporten en la formación de los profesores generando diferentes actividades en torno al tema emocional.

*Específicamente en la formación de profesores en el área de las ciencias naturales, se encuentra que en un estudio realizado por Fernández, Brígido y Borrachero (2013) los futuros docentes experimentan emociones diferentes en función de los contenidos a enseñar, así por ejemplo se experimenta un número mayor de emociones negativas para el caso de contenidos referentes a la Química y a la Física y más emociones positivas a la hora de enseñar contenidos de las Ciencias Naturales; así mismo evidencian que quienes en su bachillerato cursaron materias con énfasis en ciencias presentan un mayor número de emociones positivas que quienes cursaron materias referentes a las ciencias sociales; podría pensarse que el género de las personas involucradas en el estudio influyen en las emociones presentadas, pero se evidencia que no existe mayor diferencia entre hombres o mujeres.



En un estudio similar Costillo, Borrachero y Mellado (2012) mencionan que los futuros profesores experimentan emociones negativas hacia materias como Química y Física pero no hacia otras materias del Master realizado como por ejemplo Geología, Matemáticas o Biología, esto en el caso de quienes cursan el master en estas áreas; pero al ser los futuros profesores de Química y Física las emociones experimentadas cambian puesto que serán positivas para la enseñanza de estas y negativas para las otras (Geología, Matemáticas y Biología).

Finalmente se reconoce que el profesor también se ve influenciado por las emociones, por lo cual se hace pertinente que aparte de formarse en lo académico reciba una formación que le permita reconocer, ser consiente y saber manejar sus emociones ante diferentes situaciones, lo que permitirá después abordar dicha temática en el aula.

2. Desarrollo de habilidades y competencias emocionales en niños y adolescentes

A partir de la revisión realizada se encuentra que desde la educación emocional se aborda el desarrollo de habilidades y competencias emocionales de la siguiente manera:

*La educación emocional permite según García (2012) un desenvolvimiento de las competencias emocionales en cuanto a que se logra el desarrollo integral de la persona posibilitándole una mejor calidad de vida para resolver problemas y establecer relaciones de comunicación; en este mismo sentido Ortega (2010) menciona que el objetivo fundamental de la educación emocional es el desarrollo de competencias emocionales con el fin de optimizar y armonizar el bienestar personal y social. Para Rodríguez (2017) la educación emocional no solo favorece la educación de las emociones, sino que si se realiza desde la primera infancia se posibilita la formación de individuos con competencias emocionales; además estas deben ser pensadas como elemento esencial en el currículo pues favorecen el desarrollo integral de la personal.



* De acuerdo con Márquez y Gaeta (2017) existe una carencia de competencias emocionales que se describe actualmente como analfabetismo emocional , esto provoca que muchos niños y adolescentes presenten otros problemas como ansiedad, violencia, estrés, depresión ya que no pueden exteriorizar lo que están sintiendo, es por ello que las competencias emocionales como menciona Bisquerra (como se citó en Márquez y Gaeta, 2017) se constituyen en el conjunto de habilidades, destrezas y capacidades que les permiten a las personas regular de manera adecuada los fenómenos sociales, no son innatas sino que se aprenden a medida que pasa el tiempo.

*Por otra parte se los actores que interfieren en el desarrollo de estas competencias son de gran importancia, pues como lo menciona Rodríguez (2017), la familia es uno de los más importantes ya que es el pilar fundamental de la educación, por tanto, debe articularse con la escuela para que se puedan desarrollar habilidades emocionales para la vida.

Por su parte Márquez y Gaeta (2017) aseguran que cuando se inicia la vida escolar son los maestros quienes deben generar en el aula un entorno de confianza para los estudiantes donde no solo se brinden contenidos disciplinares sino donde se establezcan buenas relaciones con los demás y los alumnos sean capaces de lidiar con situaciones propias de su edad.

En suma, se evidencia que existe carencia en la formación de la dimensión emocional por lo que trabajar las competencias emocionales, no sólo desde el

aula sino desde la familia es importante ya que le permite a la persona desarrollar habilidades y destrezas para reconocer sus emociones y las de los demás; permitiéndoles además manejar de una manera más adecuada las situaciones y retos del diario vivir.

3. Educación emocional y contexto escolar

Otra de las tendencias encontradas menciona la necesidad de involucrar en el currículo la educación emocional de tal manera que:

*Al revisar el abordaje de los contenidos emocionales en materias de primaria y secundaria, Zalve y Talavera (2016) evidencian que en primaria se manejan de una manera más transversal pues se piensa que en esta etapa escolar no se enfatiza mucho en las materias, por lo cual el currículo es mucho más flexible, cosa que no sucede en secundaria pues la transversalidad se pierde y se da mayor peso y énfasis a las asignaturas; exponen también que algunas actividades y metodologías basadas en la expresión y el arte son de gran ayuda para fortalecer las competencias emocionales de los estudiantes. Así mismo mencionan que materias que aborden temas de orden social, también aportan de manera significativa para que estos puedan desenvolverse mejor como ciudadanos haciendo valer sus derechos y cumpliendo sus deberes.

Por otro lado, los autores ven la necesidad de trabajar de manera conjunta los problemas que traen consigo la falta de educación emocional en los contextos escolares, pues según los niveles educativos se enfatiza más en ciertos problemas que en otros y queda supeditado a la disponibilidad y gusto de los profesores perdiendo sentido y articulación los programas que se plantean para abordar tal dimensión.

*Sánchez (2016), indica que poner en marcha la introducción de programas en educación emocional a los currículos es necesario, pero sería inútil hacerlo cuando se hace bajo el mando de un profesor autoritario y una institución educativa que solo se centra en las clarificaciones, pues estos programas deben ser contextualizados para que puedan dar respuesta a las problemáticas del entorno.



En este mismo sentido Márquez y Gaeta (2017) mencionan que además de educar las emociones para tomar decisiones y resolver conflictos se debe hacer para vivir en plenitud y conseguir estados mentales sanos, esto no se puede lograr si se trabaja de manera aislada en ciertas asignaturas, por lo cual se hace necesario la incorporación de la educación emocional en los currículos de una forma sistemática desde un nivel básico, con un diseño flexible, de forma interdisciplinar en diferentes áreas.

Por otro lado, Bisquerra (2003) menciona que se no solo se requiere diseñar programas fundamentos teóricamente, ni llevarlos a la práctica; sino que se debe contar con un personal docente capacitado, apoyarlo con documentos y materiales curriculares, para luego evaluar los programas y ver si son adecuados o no. Estos programas varían en función de la población, su nivel educativo, los conocimientos previos entre otros, pero tienen en común los programas dirigidos a profesores y programas dirigidos a estudiantes los siguientes aspectos : Un marco conceptual sobre emociones y bases teóricas sobre Inteligencias múltiples e inteligencia emocional; y actividades que promuevan el desarrollo de competencias emocionales, la regulación emocional, la motivación, habilidades socio-emocionales, relaciones emoción-bienestar y aplicaciones de la educación emocional.

* Así mismo, los programas orientados a trabajar la educación emocional no deben ser ejecutados solamente cuando se presentan problemas sino que tienen que ser continuos e integrales, que se ajusten a todos los niveles escolares y que incluyan a todos los actores del proceso educativo (Extremera y Fernández, como se citó en Vivas 2002); por ello Vivas (2002) plantea tres contextos donde se aplica la educación emocional, el primero es el familiar que como menciona Lamas (2013) lo emocional generalmente se delega a la familia pues son quienes tienen un primer acercamiento a los niños, pero es en las instituciones escolares cuando esta dimensión se termina de formar; el segundo es el contexto comunitario que involucra a las comunidades sociales y políticas para trabajar en conjunto logrando el bienestar de todas las personas; el tercero y último es el curricular que implica la formulación de proyectos y programas y el papel de los docentes en el desarrollo de los mismos.

Resumiendo lo anterior, se puede afirmar que las instituciones educativas deben incluir no solo la formación intelectual en los currículos, sino que debe incluir la



formación emocional, esto con el fin de que los niños y niñas sean más conscientes de sus emociones y puedan gozar de un bienestar completo en todas sus dimensiones, por otro lado se requiere el apoyo de la familia, los profesores y en general de toda la comunidad educativa para diseñar programas funcionales que perduren y respondan a las necesidades del contexto.

4. Emociones y salud

De acuerdo a los autores consultados para esta tendencia se encuentra que:

*Las emociones intervienen de una u otra manera en la salud, esto se puede evidenciar en las implicaciones que tienen las emociones negativas o positivas en el funcionamiento del cuerpo. Perea (2001) señala que presentar emociones negativas afecta las funciones de la arteria coronaria y en consecuencia la llegada de oxígeno al músculo cardíaco; también experimentar situaciones negativas que generen emociones de esta índole pueden provocar que los sistemas del organismo sean disfuncionales, lo que generará un riesgo en la salud (Lamas, 2013); pero no siempre esto sucede, pues el estrés en ocasiones posibilita el desenvolvimiento de la persona en temas artísticos y de toma de decisiones (Ortega, 2010).

En el caso contrario, cuando se tienen experiencias con el entorno positivas se crean sistemas cognitivos y afectivos saludables (Lamas, 2013); en este mismo sentido se afirma que las emociones positivas, son un elemento favorable para la salud, pues ayudan a sentirse bien, a tratar enfermedades, a fortalecer el sistema inmune y a soportar mejor las situaciones (Ortega, 2010).

*Lamas, (2013) afirma que cuando se trata de establecer relaciones con los demás y crear vínculos sociales que también inciden en la salud, los comportamientos que presentan los niños ante algunas situaciones se pueden clasificar en dos grandes grupos, el primero son los externalizantes caracterizados por conductas como la agresión y la impulsividad; y el segundo son los internalizantes como la ansiedad y la depresión. Quienes experimentan experiencias y adaptaciones negativas tienden a tener una dificultad mayor a la hora de establecer relaciones sociales, de aprender y de manejar ciertas situaciones a diferencia de quienes tienen adaptaciones positivas.



*Al momento de poder entender y poder regular las emociones ante diferentes situaciones Ortega (2010) afirma que la inteligencia emocional es fundamental en la educación emocional ya que esta hace parte de la racionalidad y contribuye a una mejora de la salud física y mental pues se utiliza como habilidad para controlar las emociones de uno mismo y de los demás.

*Aunque se considera que los factores emocionales inciden de una o de otra manera sobre la salud, se ha encontrado que el control de los factores de riesgo es inútil en cuanto a la prevención si el organismo no se encuentra tranquilo y en paz, por lo cual se debe empezar a trabajar la educación emocional como parte de la EpS (Perea, 2001).

Lo mencionado con anterioridad, hace necesario pensar en desarrollar estrategias de intervención que logren convertir las emociones negativas que pueden llegar a afectar la salud en emociones positivas que les permita a los otros sentirse mejor no solo con ellos mismos sino con quienes los rodean; suprimir las emociones negativas no siempre será bueno, más aprender a reconocerlas y tratarlas es más provechoso.

Conclusiones

Se encontró que el tema de la educación emocional es trabajado desde diferentes perspectivas tales como: la formación de profesores, la enseñanza de las ciencias y la relación emoción y salud, se identifica la pertinencia de incluirla dentro de la formación de estudiantes y profesores, así como en los currículos de las instituciones educativas.

Aunque desde la educación para la salud se trabaja lo emocional como ámbito importante, se requiere abordarlo de manera articulada educación-salud; pues la información encontrada se centra en una mirada netamente biologicista, dejando de lado una visión multicausal que considere la promoción de la salud y la prevención de conductas de riesgo que afecten la estabilidad emocional.

Bibliografía

Argumedos, C., Pérez, D y Romero, K. (2014). El estudio de los trastornos emocionales en la infancia colombiana. *Revista Búsqueda*, 1(13), 68-61.



- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21 (1), 7-43. Recuperado de revistas.um.es/rie/article/download/99071/94661
- García, J. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista Educación*, 36 (1),1-24. Recuperado de <https://www.redalyc.org/html/440/44023984007/>
- Lamas, M. (2013). Educación Emocional, Contribución de la escuela a la salud mental infantil. *Revista Iberoamericana de Educación*, 62 (3),1-10. Recuperado de <https://rieoei.org/RIE/article/view/822>
- Márquez, M y Gaeta, M. (2017). Desarrollo de competencias emocionales en pre-adolescentes: el papel de padres y docentes. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 20 (2),221-235. doi: [10.6018/reifop/20.2.232941](https://doi.org/10.6018/reifop/20.2.232941)
- Martínez, H. (2004) Tipos de investigaciones. Revisado en abril de 2019 http://www.google.com.co/#hl=es&source=hp&q=martinez+investigaci%C3%B3n+documental&aq=f&aqi=g10&aql=&oq=&gs_rfai=&fp=f78854afc3205230
- Mellado, V., Borrachero, A., Brígido, M., Melo, L., Dávila, M., Cañada, F., ...Sánchez,J. (2014).Las emociones en la enseñanza de las ciencias. *Enseñanza de las Ciencias*, 32 (3),11-33. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/267751290_Las_emociones_en_la_ensenanza_de_las_ciencias Las emociones en la enseñanza de las ciencias Emotions in Science teaching
- Ortega, M. (2010). La Educación Emocional y sus implicaciones en la salud. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 21 (2),462-470.Recuperado de <http://revistas.uned.es/index.php/reop/article/view/11559/11034>
- Perea, R. (2001). La Educación para la Salud, Reto de Nuestro Tiempo. *Universidad Nacional de Educación a Distancia*. Recuperado en versión pdf
- Sánchez, A. (2016). *La educación emocional: Directrices para el desarrollo de programas de inteligencia emocional en centros de educación primaria*. (tesis de fin de curso). Universidad de la Rioja. La Rioja, España.
- Talavera, M y Baena, J. (2016). La importancia de la competencia emocional en la formación del profesorado. En Gavidia,V (Eds.),*Los ocho ámbitos de la Educación para la Salud en la Escuela*(pp.299-308).España: Proyecto Comsal



Vivas, M. (2002). La educación emocional: Conceptos fundamentales. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 4 (2) ,0. Recuperado de <https://www.redalyc.org/html/410/41040202/>

Zalve, E y Talavera, M. (2016). ¿Cómo aborda el currículum oficial la competencia emocional en la Educación Primaria y Educación Secundaria? En Gavidia, V (Eds.), *Los ocho ámbitos de la Educación para la Salud en la Escuela* (pp.309-328). España: Proyecto Comsal

