

ES FUNDAMENTAL LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LOS DOCENTES DE NIVEL MEDIO SUPERIOR DE LA BENEMÉRITA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PUEBLA

EMOTIONAL EDUCATION IS ESSENTIAL FOR TEACHERS
AT THE UPPER SECONDARY LEVEL OF THE MERITORIOUS
AUTONOMOUS UNIVERSITY OF PUEBLA

Dra. Mónica Alejandra Degante Reyes

Doctora en educación, benemérita Universidad Autónoma de Puebla

ORCID: **0009-0000-1873-2961**

monica.degante@correo.buap.mx

RESUMEN

Se abordó el análisis de la relevancia de la Educación Emocional en los docentes de nivel medio superior de la Preparatoria General Lázaro Cárdenas del Río de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla se enfocándose en comprender cómo el fortalecimiento de esta habilidad podría influir de manera positiva en su desempeño laboral y en la calidad de las interacciones en el aula, así como en el bienestar emocional de toda la comunidad educativa. Se buscó indagar cómo la Educación Emocional en los docentes podría mejorar su capacidad para manejar sus emociones, resolver conflictos y crear un entorno educativo integral, el desarrollo emocional no solo beneficiaría a los docentes, sino que también impactaría positivamente en los estudiantes, promoviendo un enfoque educativo emocionalmente saludable y equilibrado. Se utilizaron herramientas y técnicas propias de la investigación cualitativa. Estas metodologías permitieron obtener información detallada y rica sobre las experiencias, actitudes y prácticas de los docentes.

Palabras claves: Docentes, Educación Emocional, Emociones, Inteligencia Emocional, Estudiantes.

ABSTRACT

The analysis of the relevance of Emotional Education in high school teachers at the General Lázaro Cárdenas del Río High School of the Benemérita Universidad Autónoma de Puebla was addressed, focusing on understanding how the strengthening of this skill could positively influence their performance. work and in the quality of interactions in the classroom, as well as in the emotional well-being of the entire educational community. We sought to investigate how Emotional Education in teachers could improve their ability to manage their emotions, resolve conflicts and create a comprehensive educational environment. Emotional development would not only benefit teachers, but would also positively impact students, promoting an approach emotionally healthy and balanced educational. Tools and techniques typical of qualitative research were used. These methodologies allowed us to obtain detailed and rich information about the experiences, attitudes and practices of teachers.

Key Words: Teachers, Emotional Education, emotions, Emotional Intelligence, students.

INTRODUCCIÓN



En el contexto actual de la educación, cada vez más se reconoce la importancia de la Educación Emocional para el desarrollo integral de los estudiantes. Sin embargo, es igualmente crucial comprender que esta dimensión emocional no solo concierne a los alumnos, sino que también juega un papel fundamental en el desempeño y bienestar de los docentes. Examinaremos la relevancia de la Educación Emocional para los educadores y cómo esta influye en su capacidad para llevar a cabo una práctica educativa eficaz en el aula.

Se abordará esta problemática específica que requiere un enfoque integral que incluya la provisión de formación y recursos adecuados, la creación de conciencia sobre la importancia de la educación emocional, el apoyo institucional y la promoción de una cultura de cambio y mejora continua en el ámbito educativo.

Ya que los docentes desempeñan un papel central en la formación y orientación de las futuras generaciones. Su capacidad para conectar con los estudiantes, motivarlos y proporcionar un ambiente de aprendizaje positivo es fundamental para el éxito académico y personal de los estudiantes. Sin embargo, enfrentan una serie de desafíos en su labor diaria, que van desde la gestión del aula hasta la adaptación a las necesidades individuales de los estudiantes, y más aún en un contexto marcado por la diversidad y complejidad de las emociones.

En este sentido, la Educación Emocional se presenta como un elemento clave para fortalecer las habilidades y competencias de los docentes. Al desarrollar una mayor Inteligencia Emocional en los educadores estos, están mejor preparados para comprender y manejar

sus propias emociones, así como para responder de manera efectiva a las emociones de sus estudiantes. Esta capacidad no solo les permite establecer relaciones más sanas, cercanas y empáticas con sus alumnos, sino que también influye en su capacidad para gestionar conflictos, fomentar un clima de confianza y seguridad en el aula, así mismo promover un aprendizaje significativo y enriquecedor. Abordar esta problemática específica requiere un enfoque integral que incluya la provisión de formación y recursos adecuados, la creación de conciencia sobre la importancia de la educación emocional, el apoyo institucional y la promoción de una cultura de cambio y mejora continua en el ámbito educativo.

En este sentido se hace hincapié en la relevancia de la salud mental y la Inteligencia Emocional en el ámbito educativo, especialmente entre los docentes, para mejorar su desempeño laboral, su bienestar personal y su capacidad para gestionar situaciones emocionales en el aula.

Cabe mencionar que la Organización Mundial de la Salud (OMS) aborda diversos temas relacionados con la salud a nivel mundial. Algunos de los aspectos que trata la OMS incluyen la promoción de la salud, la prevención de enfermedades, la atención médica, la salud mental, la equidad en salud, la seguridad alimentaria, la nutrición, la salud materno-infantil, la gestión de emergencias sanitarias, entre otros.

En este contexto hay que especificar que la investigación abordará la importancia de la Educación Emocional en la práctica docente de Nivel Medio Superior de la preparatoria general Lázaro Cárdenas del Río de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla haciendo referencia a la definición que la OMS



hace sobre la salud mental, donde describe que un estado de bienestar en el individuo puede desarrollar su potencial, afrontar las tensiones de la vida, trabajar de forma productiva y contribuir a su comunidad. Así mismo, la OMS destaca la importancia de acelerar la implementación de planes de acción para mejorar la salud mental de la población, promoviendo el bienestar emocional y la capacidad de afrontar situaciones estresantes.

Además, es importante identificar que la Educación Emocional puede mejorar la práctica educativa de los docentes, beneficiando tanto a ellos como a sus estudiantes. Debido a los desafíos que enfrentan los educadores en este sentido, algunos educadores pueden subestimar el impacto que las emociones tienen

en el aprendizaje y el rendimiento académico de los estudiantes, lo que puede llevar a una falta de atención o priorización de este aspecto en su enseñanza, así como las estrategias y recursos disponibles para promover el desarrollo de la Inteligencia Emocional en el ámbito educativo, también el diseño de políticas y prácticas educativas que fomenten el bienestar emocional en toda la comunidad educativa.

Dentro de la problemática detectada es fundamental mencionar que la Educación Emocional para los docentes se centra en los desafíos que enfrentan al mostrar resistencia al cambio, barreras culturales y sentirse incómodos o inseguros al adoptar enfoques pedagógicos que incorporan la Educación Emocional, como algo novedoso. Esta resistencia puede deberse

a una falta de familiaridad con estos conocimientos, temores sobre cómo serán percibidos por colegas o preocupaciones sobre la efectividad de estas prácticas en el aula, así mismo al intentar brindar una enseñanza efectiva que tenga en cuenta las necesidades emocionales de los estudiantes.

Cabe mencionar que los docentes también demostraron que las situaciones políticas internas en la escuela los hizo no comprometerse, ni participar en las entrevistas, para su bienestar emocional, para no sentirse vulnerables ante la investigación, hecho que por ser una minoría no sesgo esta investigación, sin embargo, si, se enfatiza que los docentes prefirieron seguir con sus estados emocionales recurrentes ansiedad, estrés y aislamiento, pues mencionarnos ya estaban acostumbrados a estar de esta manera, prefieren agruparse con unos cuantos compañeros “como aparente concesión” para no comprometerse con sus cambios emocionales personales y resguardar sus problemáticas emocionales, sociales y de atención. No permitiendo ser involucrados en el estudio, ni los resultados de esta investigación.

Esto implica también abordar problemas como la falta de habilidades emocionales entre los docentes, que no reciben una formación adecuada en Inteligencia Emocional durante su preparación inicial o en el desarrollo profesional continuo, mencionando que ya

están grandes para realizar cambios a estas alturas de la vida y la falta de conciencia sobre cómo las emociones influyen en el contexto educativo dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Estas problemáticas resaltan también la importancia de desarrollar la Inteligencia Emocional en los docentes como un aspecto fundamental de su formación y perfeccionamiento profesional, no importando la edad, la formación académica y las situaciones políticas, con el objetivo de mejorar su capacidad para gestionar sus emociones, controlar la ansiedad, el estrés y promover relaciones saludables, creando ambientes educativos propicios para el aprendizaje y el bienestar de “todos los involucrados en el proceso educativo”.

Así mismo buscar la implementación de estrategias de Inteligencia Emocional que permitan medir los aprendizajes positivos dentro de las aulas, elaborar estrategias específicas para las adecuaciones curriculares (donde se trabaje la Educación Emocional eficaz) y fomentar la corresponsabilidad de todos los actores educativos en el proceso de enseñanza-aprendizaje, así mismo crear el interés de los docentes por la Inteligencia Emocional para que aprendan a gestionar adecuadamente sus emociones para sentirse mejor, desarrollen y optimicen sus prácticas educativas, promoviendo habilidades socioemocionales que mejoren las interacciones en el aula.



MARCO TEÓRICO

La OMS enfatiza la importancia de abordar la salud mental de manera integral, incluida la prevención, el tratamiento y la promoción del bienestar psicológico y emocional. Esto incluye la provisión de servicios de salud mental accesibles y de calidad, así como la promoción de entornos que apoyen la salud mental de las personas. Además, destaca que la salud mental es un aspecto fundamental de la salud en general y que afecta a todas las personas en todas las etapas de la vida, en todas las comunidades y en todos los países.

La teoría del aprendizaje socioemocional en el libro "Educación Emocional y bienestar" de Bisquerra (2015) identifica la importancia de la Educación Emocional para el bienestar personal y social de los individuos, y como esta puede promover una mejor calidad de vida, en los entornos educativos.

El Aprendizaje Socioemocional sostiene que el aprendizaje no solo implica la adquisición de conocimientos académicos, sino también el desarrollo de habilidades socioemocionales, como la autoestima, la resiliencia, la empatía y la resolución de conflictos.

Confirmando que la "Educación Emocional es un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social" (p.1 Bisquerra y Pérez (2012).

Así mismo "Las competencias emocionales deben entenderse como un tipo de competencias básicas para la vida, esenciales para el desarrollo integral de la personalidad". (p.1 Bisquerra y Pérez (2012).

Además, Goleman (1995) afirma en su teoría que "La Inteligencia Emocional es la capacidad de las personas para conocer sus emociones, comprender

los sentimientos ajenos y actuar de manera pertinente". Sostiene también que las habilidades emocionales, como, la autoconciencia, la autorregulación, la empatía y las habilidades sociales, son fundamentales para el éxito personal y profesional del individuo.

En el contexto educativo, la teoría de la Inteligencia Emocional destaca la importancia de desarrollar estas habilidades en los docentes para mejorar su capacidad de gestionar las emociones propias en el aula, establecer relaciones positivas con los estudiantes y promover un ambiente de aprendizaje enriquecedor.

Además, las emociones desempeñan un papel crucial en la toma de decisiones, la motivación y el comportamiento humano. Desarrollar la Inteligencia Emocional implica comprender y regular las propias emociones, así como también interpretar y responder adecuadamente a las emociones de los demás.

Es esencial reconocer la importancia de cultivar y gestionar emociones positivas entre los docentes, así como entre ellos mismos y con los estudiantes, como parte fundamental de la construcción de una resiliencia personal y comunitaria. Además, debemos considerar las experiencias personales y el bagaje histórico de cada docente, ya que estos pueden influir en su receptividad y disposición para abordar estas problemáticas. Asimismo, es crucial tener en cuenta las experiencias individuales de los estudiantes, que pueden dificultar su capacidad para ser conciliadores, empáticos y respetuosos en el aula, con sus pares y docentes. Muchos de ellos pueden enfrentar desafíos personales que los llevan a mostrar comportamientos confrontativos y falta de valores, así como emociones negativas que dificultan el proceso de enseñanza-aprendizaje.

De esta manera, es importante considerar todos los medios de acompañamiento posibles tanto para los estudiantes como para los docentes, ya que con esto se podrá fortalecer una red de intervención psicosocial como lo reflexiona Medina et al, 2007 p.

185 “(...) el paradigma de lo psicosocial establece interdependencia entre lo psicológico y lo social, en la perspectiva psicológica se ubican los recursos internos de la persona, como proyecto de vida, la creatividad, el sentido del humor, la inteligencia, la experiencia, la motivación al logro, entre otros. Desde lo social se hallan las Revista Reflexión e Investigación Educativa Vol. 1, N° 2/2018 Ingrid Quintana / Rodolfo Mendoza / Cristóbal Bravo / Marcela Mora interacciones entre los diferentes ámbitos de socialización (...)” (Medina et al, 2007 p. 185

Además, Pertegal-Felices; Castejón-Costa; Martínez, (2011), en la UNESCO (1996), menciona en su Informe de Jacques Delors, “el papel de las emociones y hace hincapié en la necesidad de educar en la dimensión emocional del ser humano junto a su dimensión cognitiva” además, en este mismo informe expuso que la educación de la emoción respondería a las demandas sociales y fuera un mecanismo de prevención del conflicto humano. Este mismo trabajo manifestaba la enorme preocupación por la incapacidad de las personas de convivir y tolerar las diferencias.

González y Wagenaar, (2003), citado por Pertegal-Felices; Castejón-Costa; Martínez, (2011). comentan que “El Proyecto Tuning Educational Structures in Europe Financiado por la Comisión Europea en el marco del Programa Sócrates”- desarrolla perfiles profesionales, resultados del aprendizaje y competencias deseables en términos de competencias genéricas y relativas a cada área de estudios. Algunas de estas competencias guardan una estrecha relación con la inteligencia emocional y la personalidad. Están referidas a capacidades individuales relativas a la capacidad de expresar los propios sentimientos, habilidades críticas y de autocrítica; y destrezas sociales relacionadas con las habilidades interpersonales, la capacidad de trabajar en equipo o la expresión de compromiso social o ético.

De acuerdo con Fernandez-Domínguez, Palomero-Pescador y Teruel-Melero, 2009 en relación con lo antes mencionado, logran reafirmar “que los procesos

emocionales de alumnos y profesores están presentes en el aula, cuyas relaciones interpersonales pueden generar crecimiento en ambas partes, aunque también pueden generar desgaste y sufrimiento en algunas de ellas o en ambas.

En relación con las ideas anteriores Noriah, Ramlee, ZuriaySitiRahayah, 2007; Castillo, Fernández Berrocal and Brackett, 2013; afirman que “la profesión del docente ya está reconocida como una de las que cuenta con un mayor índice de estrés relacionado con su desempeño”. El mismo Noriah et al., 2007; Brackett, Palomera, Mojsa-Kaja, Reyes, plantean que “la gestión de los grupos, la generación de expectativas y la exposición constante provoca que el profesorado esté constantemente cuestionado, dando lugar eventualmente a diversos trastornos psicológicos, de acuerdo con Chang, 2009, quien dice, que “especialmente es el síndrome de burnout (desgaste profesional)”.

De acuerdo con Uitto et al.,2015 quien reitera “que un importante foco de investigación de la influencia de las emociones en el proceso de enseñanza-aprendizaje se centra en el papel de la Inteligencia Emocional.

Asimismo, Castillo et al., 2013, destaca que, “el estudio de la Inteligencia Emocional (IE) en la profesión docente se haya convertido en un tema de interés en la investigación educativa en los últimos años”. Precisando Salovey y Mayer, 1990 aseveran que “la IE tiene veinticinco años de vida científica”, cabe mencionar que estos veinticinco años son muy poco tiempo que se están realizando estas investigaciones, además el estudiando la IE es una concepción que involucra mucho peso en el conocimiento intrapersonal del individuo, en algún momento se consideró una corriente ideológica sin mayor relevancia, sin embargo, dejó de “ser un concepto de moda para convertirse en un apasionante y fructífero campo de investigación”, y en concordancia con Fernández-Berrocal y Extremera, 2006, quienes señalan que “aunque a veces se enfrentan a los diversos planteamientos teóricos y de evaluación, así como a las posibles implicaciones del

constructo en importantes áreas del funcionamiento vital de las personas (salud, educación, trabajo, familia), se han convertido en detonantes del interés por el estudio de la IE”.

De acuerdo con lo que menciona Palomera et al., 2008, respecto a que, “resulta incuestionable la necesidad de contar con un equipo docente que tenga un alto grado de IE, algo que pone de relieve la importancia del desarrollo de las competencias emocionales en la formación inicial de los aspirantes al ejercicio de la docencia”.

A todos los profesionales de la educación se les debería preguntar si, ya efectuaron al menos algún curso de pedagogía, de Inteligencia Emocional (IE), de Educación Emocional (EE) o de habilidades sociales, al momento de las contrataciones, para identificar sus habilidades y debilidades profesionales en su formación educativa como docentes, con el propósito de darles las facilidades, los conocimientos y apoyos necesarios para el logro de formación integral, y así el docente que cubierto desde el momento que decida educar en las aulas.

METODOLOGÍA

Se realizó una investigación cualitativa, la cual permitió comprender aspectos específicos de la Inteligencia Emocional en los docentes, así como conocer sus opiniones, percepciones y la forma en que gestionan sus emociones en el contexto educativo.

Se utilizaron herramientas y técnicas propias de la investigación cualitativa, como la observación participante, entrevistas en profundidad, grupos focales y análisis de contenido.

Estas metodologías permitieron obtener información detallada y rica sobre las experiencias, actitudes y prácticas de los docentes en relación con la Inteligencia Emocional.

Observación Participante:

Utilidad: Permite al investigador sumergirse en el entorno educativo, observar las interacciones en tiempo real y captar aspectos no verbales y contextuales relevantes.

La observación participante natural fue elegida por su capacidad de proporcionar una visión detallada y contextualizada de las dinámicas emocionales en el aula y en la interacción docente-estudiante.

La entrevista en Profundidad:

Facilitan la exploración detallada de las experiencias, percepciones y emociones de los docentes, permitiendo obtener información subjetiva y significativa.

Las entrevistas semiestructuradas fueron seleccionadas para profundizar en las vivencias emocionales de los participantes y comprender sus puntos de vista de manera detallada.

Grupos Focales:

Proporcionan un espacio de interacción grupal donde se pueden explorar opiniones, experiencias compartidas y construcciones sociales sobre la inteligencia emocional.

Los grupos focales podrían haber sido útiles para generar discusiones enriquecedoras entre los docentes sobre la importancia de la Inteligencia Emocional en su práctica docente y promover el intercambio de ideas.

Análisis de Contenido:

Permite identificar patrones, temas y significados en los datos cualitativos recopilados, facilitando la interpretación y la extracción de conclusiones.

El análisis de contenido se seleccionó por su capacidad para organizar y estructurar la información cualitativa obtenida de las observaciones, entrevistas y grupos focales.

La elección de estas herramientas y técnicas de investigación cualitativa se fundamenta en su capacidad para proporcionar una comprensión profunda y contextualizada de las experiencias emocionales de los docentes, así como para explorar significados, percepciones y construcciones sociales relacionadas con la Inteligencia Emocional en el ámbito educativo.

RESULTADOS

Se identificó una clara necesidad de formación en Inteligencia Emocional para los docentes de nivel medio superior, con el fin de mejorar su bienestar emocional y su desempeño en el aula.

Se evidenció que la mayoría de los docentes presentan una escasa conciencia emocional, lo que afecta su capacidad para gestionar el estrés, resolver conflictos y establecer relaciones empáticas con sus pares y con los estudiantes.

Se observó una marcada resistencia por parte de algunos docentes a comprometerse con el desarrollo de sus Habilidades Socioemocionales, debido a la exposición de sus emociones ante los compañeros la cual que implica sentirse vulnerables

Se encontró que el estrés, la ansiedad y el síndrome de burnout son factores que afectan negativamente el desempeño docente, resaltando la necesidad de implementar estrategias de autocuidado, autoconsciencia y gestión emocional.

APORTACIONES

Es fundamental la implementación de programas de formación en Inteligencia Emocional para docentes, la promoción de prácticas educativas que integren la Educación Emocional en el currículo, en las aulas y para la creación de entornos escolares que fomenten el bienestar emocional de todos los involucrados en el proceso educativo, permitiendo la calidad de la enseñanza y el bienestar emocional de los estudiantes, la su vez puede evitar un impacto negativo en su rendimiento académico, la deserción escolar y su desarrollo personal.

CONCLUSIONES

Es fundamental integrar la Educación Emocional en la formación inicial y continua de los docentes, como un elemento clave para mejorar la calidad educativa, para fortalecer los procesos de enseñanza-aprendizaje y promover el bienestar emocional de la comunidad educativa.

BIBLIOGRAFÍA

- Acosta Lozada, I. Y., & Martínez Rodríguez, M. Ángel. (2019). LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA PRÁCTICA EDUCATIVA: LA PERCEPCIÓN DE LOS DOCENTES. *Revista Electrónica De Psicología Iztacala*, 22(2). Recuperado de <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/70163> consultado 18 abril 2024
- Andrade, M. (2017). La inteligencia emocional, la resolución de conflictos en el aula y su relación con el desempeño del profesorado de la Universidad Central del Ecuador. Repositorio Institucional de la Universidad de Alicante. Recuperado de: https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/77270/1/tesis_marco_xavier_andrade_torres.pdf revisado 18 abril 2024
- Arias, D. H., Díaz, O. C., Garzón, I., León, A. C., Rodríguez, S. P. y Valbuena, E. O. (2018). Entre las exigencias de calidad y las condiciones de desigualdad: Formación inicial de profesores en Colombia. UPN.
- Arias, J. (2020). Cap. II – IV. Tecnologías de la información y comunicación, Técnicas e instrumentos de recolección de datos, Herramientas digitales en Métodos de Investigación Online: Herramientas digitales para recolectar datos (pp. 13-90). Jose Luis Arias González.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. Octaedro.

- Bisquerra, R., Pérez-Escoda, N., & García, E. (2015). Las competencias emocionales. Propuestas para la educación. Praxis.
- Bisquerra, R., & Pérez, N. (2015). Educación emocional: Programa para 3-6 años. TEA
- Durlak, J. A., Domitrovich, C. E., Weissberg, R. P., & Gullotta, T. P. (Eds.). (2015). Manual de aprendizaje social y emocional: Investigación y práctica. Guilford Publications.
- Elias, M. J., & Arnold, H. (2006). La guía del educador para la inteligencia emocional y el logro académico: Aprendizaje socioemocional en el aula. Corwin Press.
- Pérez-Escoda, N., Filella, G., Soldevila, A., & Fondevila, A. (2013). Evaluación de un programa de educación emocional para profesorado de primaria. *Educación XXI*, 16, 233–254.
- Pertegal-Felices, M. L., Castejón-Costa, J. L., & Martínez, M. A. (2011). Competencias socioemocionales en el desarrollo profesional del maestro. *Educación XXI*, 14, 237–260.
- Poletti, R., & Dobbs, B. (2001). La resiliencia: La Capacidad de resistir a situaciones adversas y salir fortalecido. Lumen.
- Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. (2020). Organización Mundial de la Salud. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>