

**Programa Disemfe. Expresión y Comunicación Emocional en Estudiantes de Grado 10 y 11
pertenecientes a la Fundación Jabes - Bolivia**

Luz Aidee Rios Simbaqueva

Proyecto de Investigacion

Melissa Judith Ortiz Barrero

Docente

Universidad Nacional Abierta y a Distancia
Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades
Programa de Psicología

2022

Tabla de Contenido

Introducción	6
Justificación.....	8
Planteamiento del Problema.....	11
Objetivos	13
General	13
Específicos	13
Marco Teórico.....	14
Las Emociones	14
La Expresión Emocional	18
Comunicación Emocional	20
Desarrollo Socioemocional del Adolescente.....	21
Comunicación y Expresión de las Emociones según el Enfoque Humanista.....	24
Educación y competencias emocionales en las ciencias sociales.....	26
<i>Desde la Perspectiva Psicológica.</i>	26
<i>Desde la Perspectiva de la Pedagogía.</i>	30
<i>La Perspectiva en Sociología.</i>	33
<i>Desde la perspectiva de Antropología.</i>	35
Marco Normativo y Política	37
Metodología	41
Participantes:	41

Instrumentos y técnicas de recolección de información.....	42
<i>Actividad 1. Las fotos que hablan</i>	42
<i>Actividad 2. Palabras escondidas</i>	42
<i>Actividad 3. Dibujando Emociones</i>	42
<i>Actividad 4. La emoción de la música</i>	43
<i>Actividad 5. Emociones en parejas.</i>	43
<i>Cuestionario Alumnado</i>	43
<i>Cuestionario Alumnado 2b</i>	43
Herramienta para análisis de resultados	43
Procedimiento.....	44
<i>Primera Fase</i>	44
<i>Segunda Fase</i>	44
<i>Tercera Fase</i>	45
<i>Cuarta Fase</i>	45
Resultados	46
Resultados Cuantitativos	46
Cuestionario adolescentes Fundacion Jabes.....	46
<i>Cuestionario alumnado fundación Jabes</i>	47
Agrupación por factores para el cuestionario alumnado.	48
<i>Emociones propias</i>	48
<i>Emociones percibidas en otros</i>	50

Resultados Cualitativos 56

Triangulacion de los resultados 77

Discusión 84

Conclusiones 86

Recomendaciones 88

Limitaciones 89

Referencias 90

Lista de Tablas

Tabla 1 Datos demográficos de los estudiantes	42
Tabla 2: Nivel de expresión emocional adolescentes Fundación Jabes grupo experimental	46
Tabla 3 : Nivel de expresión emocional por género del grupo Experimental	47
Tabla 4. Preguntas relacionadas con las emociones propias	49
Tabla 5: Preguntas relacionadas con las emociones percibidas en otros	50
Tabla 6 Preguntas relacionadas con las habilidades de lectoescritura	52
Tabla 7 Preguntas relacionadas con la expresión emocional oral y escrita	54
Tabla 8 Matriz. Categoría: "Percepción de las emociones por medio de la Foto-expresión	57
Tabla 9 Categoría "Palabras que expresan realidades"	63
Tabla 10 Categoría "Detección de emociones en poemas"	69
Tabla 11 Categoría "Percepción de emociones en la música"	71
Tabla 12 Categoría "Elección de emociones"	74
Tabla 13 Matriz Triangulación de resultados	77

Introducción

En los últimos años se ha dado importancia al estudio de las emociones y al manejo de estas, debido a que las emociones le permiten al ser humano desenvolverse de manera positiva o negativa en diferentes contextos. El contexto educativo se convierte en un espacio de interacción socioemocional, en el que se presentan diversas situaciones que se podrían considerar desencadenantes de emociones, por lo cual se debe fortalecer el manejo, la comunicación y expresión a través de una educación socioemocional, ya que el adolescente está enfrentando la etapa de transición a la adultez y esta se verá afectada de acuerdo al manejo emocional que adquiera.

Así mismo García y García (2020), en su investigación con adolescentes mexicanos estudiante y se muestran emociones que suelen traer consecuencias positivas o negativas, según el rumbo que la misma persona le dé a su vida” (p. 45). El contexto estudiantil y la adolescencia cobran importancia para el desarrollo de la comunicación y expresión de las emociones, las cuales son la base de diversas relaciones, además de formar parte de las estrategias de afrontamiento que los estudiantes y en especial los adolescentes deben desarrollar para encarar diferentes situaciones que se presentan en el ámbito educativo.

De la misma manera Clares y Ortiz (2018) muestran la importancia del buen manejo de las emociones a través de una eficiente comunicación y expresión, como base para el desarrollo de relaciones, resolución de conflictos y desarrollo de estrategias de afrontamiento frente a situaciones problema tales como; bajo rendimiento académico y mejoramiento de relaciones humanas. Otras investigaciones han dado una definición a las emociones y las han clasificado desde varios modelos, los cuales nos dan a conocer diferentes variantes, que deben

ser tenidas en cuenta en el estudio del individuo, así como su influencia en el comportamiento de este. (Fonseca y Prieto 2010).

Así que son las emociones las que le permiten al ser humano expresar sus estados de ánimo, y relacionarse con otros. En la adolescencia es muy importante la expresión y comunicación emocional, pues es en esta etapa de la vida el ser humano busca fortalecer la identidad como parte de la madurez por lo que se debe “consolidar su identidad y lograr la autonomía” al mismo tiempo que madura psicosocialmente y se desarrolla en otras áreas (Gaete, 2015).

Para la presente investigación, el enfoque usado es el humanista, a continuación, se presenta una revisión teórica y conceptual, relacionada con la definición de emoción, inteligencia emocional, expresión emocional, comunicación emocional, desarrollo socioemocional del adolescente, perspectivas educativas y competencias emocionales desde ciencias sociales como la psicología, la pedagogía y la antropología.

Posteriormente se describe la metodología usada en el proyecto de investigación, la cual se encuentra planteada desde un enfoque (Mixto) dando mayor trascendencia a lo cualitativo, en donde se hace una descripción de las fases del proyecto, las actividades de DISEMFE (Programa de Prevención de Dificultades Socioeducativas Mediante la Foto-expresión Emocional); finalmente se podrá evidenciar el análisis de los resultados y conclusiones

Justificación

El desarrollo de habilidades y competencias emocionales le permiten al ser humano tener la capacidad de relacionarse con otros y consigo mismo. Es por esto, que tanto la expresión como la comunicación emocional, desempeñan un papel importante en el funcionamiento de las emociones permitiéndole al ser humano enfrentar y manejar las diversas situaciones que se le presentan en su diario vivir, teniendo en cuenta que la mayoría de conflictos sociales tienen su origen en conflictos emocionales infantiles no resueltos y la falta de comunicación en su punto extremo como el suicidio. Clares (2018)

Por tanto, los adolescentes que desarrollan competencias socioemocionales tienen la capacidad de mantener relaciones interpersonales de manera estrecha y estable, son capaces de reflexionar sobre si mismos, entienden la posición del otro y tienden a ser menos hostiles (Papalia 2017), lo cual ayuda a que su rendimiento académico sea óptimo, por otro lado también se debe considerar que el desarrollo del control emocional el cual consiste en el manejo adecuado de las emociones permite un mejor desarrollo cognitivo y resolución de conflictos. (Ortiz y Clares, 2020)

El contexto educativo, es un espacio en el que la mayoría de los adolescentes experimentan variedad de situaciones que los lleva a entrar en contacto con diversas emociones, por lo cual, es importante analizar el nivel de habilidades y competencias emocionales en desarrollo, como la expresión regulada y comunicación asertiva, que serán herramientas a lo largo de su vida, permitiéndole una interacción propicia con otros, así lo afirma Soler et al, (2018)

En el ámbito escolar, el sistema de relaciones interpersonales crece en complejidad y magnitud. La rica diversidad del alumnado lleva a establecer una amplia variedad de relaciones en

las que se pone de manifiesto el carácter afectivo y vivencial del alumnado. El estudio y desarrollo de las emociones debe ser algo implícito en el propio proceso de enseñanza aprendizaje, llevando a la mejora de la convivencia desde la implicación de toda la comunidad educativa. (p. 9)

El programa DISEMFE, busca encontrar los factores emocionales incidentes en las dificultades socioeducativas en espacios como los colegios, en donde los estudiantes se relacionan cotidianamente expresando y comunicando sus emociones, mediante estos procesos contemplados en el programa, se espera que la persona perciba sus emociones, pueda identificarlas comunicarlas y expresarlas. Clares (2014) afirma que la finalidad del programa es mejorar lo académico, personal y social con base en facilitar la expresión de los alumnos, reducir el nivel de tensión emocional, disponer de espacios para la comunicación de emociones propias y de los demás, prevenir dificultades escolares por tensión emocional, el desarrollo de potencialidades de expresión emocional, el facilitar la expresión emocional escrita y en otros modos de lenguaje.

La expresión y comunicación de las emociones en la etapa de la adolescencia, le permite adquirir diversas destrezas y habilidades emocionales que incidirán determinadamente en el desarrollo de la vida adulta; por lo cual es importante, fomentar la aplicación de diversos programas que ayuden a analizar la expresión y comunicación de las emociones en los adolescentes que se desarrolla en el ámbito educativo, tal como lo desarrolla el programa DISEMFE.

La expresión y comunicación de las emociones trae diversos beneficios a nivel social, desempeña un papel importante en la vida laboral ya que fortalece las relaciones entre compañeros creando un ambiente de unidad, participación, empatía, respeto mutuo, se reduce los conflictos y se aumenta la comunicación. Lo mismo sucede en el ámbito escolar cuando los

estudiantes expresan lo que sienten los demás entienden y aceptan lo que le está ocurriendo, se reducen las dificultades y aumenta la integración en clase. Clares (2018)

Actualmente en el sistema educativo no se cuenta con espacios donde los estudiantes puedan expresar sus sentimientos y emociones libremente, debido a esto hay un vacío curricular donde se hace necesario implementar desde la disciplina de la psicología programas que busquen fortalecer los procesos emocionales en los colegios. (Perez & Clares, 2015). El desarrollo educativo posee aspectos emocionales, haciendo parte de las experiencias humanas positivas, dado que las experiencias educativas valiosas a nivel cognitivo suelen ser agradables en relación con emociones positivas que generan bienestar y felicidad. (Caraballo, 2015).

Aunque la ley de Bolivia contempla la protección y atención integral de los niños niñas y adolescentes la cual incluye el área emocional, no existe un programa educativo, ni una ley que específicamente impulse la educación socioemocional en el contexto escolar. Por lo cual, tanto los adolescentes como los maestros carecen de programas que ayuden a fortalecer y desarrollar estas competencias. En un estudio realizado por la UNESCO y el Ministerio de Educación de Bolivia (2021) se demuestra que hay una gran concentración de estudiantes en un nivel académico bajo en los niveles de primaria y que a medida que avanza en edad y grado las dificultades de rendimiento académico son mayores.

Con el ánimo de contribuir en la transformación de comunidades educativas, se implementará el programa DISEMFE (Prevención de Dificultades Socioemocionales por medio de la Foto Expresión) en la Fundación Jabes de Bolivia y a partir de los resultados encontrados se analizará su impacto en la expresión y comunicación emocional de los estudiantes miembros de la muestra.

Los resultados que se identifiquen podrán facilitar herramientas importantes en el ámbito educativo fundamentales para el mejoramiento de la inteligencia interpersonal e intrapersonal, el mejoramiento del rendimiento académico y la disminución de las tensiones que suelen darse en el contexto educativo.

Planteamiento del Problema

Diversas investigaciones demuestran que es fundamental el análisis y trabajo sobre las competencias emocionales, ya que el desarrollo de estas favorecerá la toma de decisiones, mejorará las relaciones humanas, aumentará estrategias de afrontamiento frente a diferentes circunstancias y el trabajo académico será más consolidado. (Ortiz y Clares, 2020).

Por otro lado, cuando no se desarrollan competencias emocionales a nivel de manejo, expresión y comunicación de las emociones, las consecuencias serán negativas en cuanto al desarrollo académico y psicológico, ya que se ven afectadas las relaciones interpersonales y el nivel académico tiende a disminuir. Por lo cual es pertinente que haya una conexión o unión entre lo académico y emocional, para fortalecer el desarrollo de las competencias emocionales en los adolescentes y así prevenir diversas problemáticas que se presentan en los planteles educativos y en la sociedad en general. (Moran-C & Ortiz C 2020)

Por lo tanto, cuando dentro del contexto educacional, se encuentran dificultades a nivel emocional, la regulación de las emociones se considera, más intensas o aversivas. Acerca de esto, Guzman-Gonzalez, et. al (2015) explica que; al presentarse problemas de regulación emocional, el control sobre el comportamiento tiende a dificultarse, haciendo aparecer otros factores problemáticos en el rendimiento de la persona como: problemas de atención, concentración, enfoque y el proceso motivacional disminuido.

Es así, que para Tacca (2019) si los estudiantes experimentan emociones positivas las funciones cognitivas y el aprendizaje se verán beneficiados ya que: “determinan los estímulos a los que se presta atención, permiten fijar información en la memoria para luego ser recordada,... la satisfacción académica abarca el bienestar psicológico ... y el disfrute durante las experiencias académicas, lo que se vincula íntimamente con ... el éxito académico” (p.26-27).

Por su parte, Arias et, al (2020), indica que es necesario que todos los niños, niñas y adolescentes adquieran habilidades emocionales en el S. XXI las cuales le ayudaran a lograr el éxito tanto en su vida profesional como personal; lamentablemente en Bolivia los estudiantes se caracterizan por un bajo rendimiento escolar (UNESCO, 2021) y poco manejo de sus emociones. Los adolescentes atraviesan diversas problemáticas, de las cuales, lo que resalta son sus emociones negativas, la falta de reconocimiento de las emociones propias y su mal manejo alejara a los adolescentes de tener una mejor calidad de vida ya que no estarán preparados para enfrentar diversas circunstancias día a día (Arias, 2017).

De lo expuesto anteriormente se plantea la siguiente pregunta de investigación:

¿Que cambios presentan en la identificación y regulación de las emociones los estudiantes de grados 10 y 11 de la fundación Jabes, después de la aplicación del programa DISEMFE?

Objetivos

General

Analizar la expresión y comunicación emocional de los estudiantes de grado 10 y 11 de la Fundación Jabes antes y después de la aplicación de las actividades del programa DISEMFE.

Especificos

Evaluar los niveles de expresión y comunicación emocional de los estudiantes mediante la aplicación del pretest y el pos-test establecido por el programa DISEMFE en el grupo control y experimental.

Identificar el rendimiento académico de los estudiantes antes y después de la aplicación del programa DISEMFE en el grupo control y experimental.

Categorizar los resultados cualitativos obtenidos en las actividades del programa DISEMFE.

Analizar la relación entre los niveles de expresión emocional, el rendimiento académico y el análisis cualitativo por categorías.

Marco Teorico

Las Emociones

Las emociones, se han convertido en objeto de varios estudios que intentan dar una descripción, definición y características de las mismas. Ramos, et al. (2009), menciona que Wundt en 1905 propuso una teoría que describe las emociones en tres dimensiones: Agrado-desagrado, tensión-relajación y excitación-calma; a partir de esta propuesta se menciona que las emociones se pueden apreciar en tres aspectos diferentes como una experiencia multidimensional: Cognitivo-subjetivo, conductual-expresivo y fisiológico-adaptativo, cada una de estas dimensiones puede variar de acuerdo con el sujeto o la situación.

La teoría más antigua de las emociones expuesta por William James a finales del siglo XIX define las emociones como la percepción de un estímulo, que se continuaba con la experiencia de la emoción, y se finalizaba con la emisión de una conducta (Ramos et al., 2009). Goleman (1996) define las emociones como “Impulsos que nos llevan a actuar, programas de reacción automática con los que nos ha dotado la evolución.” (p, 14) sugiriendo que en toda emoción hay una tendencia a la acción.

Investigaciones más recientes definen una emoción como: “Un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno...” (Bisquerra, 2003, p.20). Así, según Bisquerra (2003, p 13) existen tres componentes en una emoción: “El Neurofisiológico hace referencia a aquellas respuestas que el individuo no puede controlar tales como: sudoración, rubor, resequedad en la boca. El Conductual hace referencia al comportamiento de un individuo este factor si se puede controlar, se puede reconocer por el tono de voz, expresiones faciales, ritmo y movimiento del

cuerpo. El Cognitivo es aquella vivencia subjetiva que experimenta el individuo la cual le ayuda a clasificar y dar un nombre a ese sentimiento tales; como rabia, miedo, angustia y otros”.

Por otro lado, Maureira (2011) determina que las emociones son, disposiciones funcionales para generar cambios de posiciones de un segmento o el total de un organismo que se identifican como desplazamiento en relación con el entorno... Todos lo organismo pasan de una emoción a otra durante toda su vida, nos movemos de una experiencia emocional a otra y estas determinaran la respuesta que daremos frente a un estímulo (p.89).

Así, el concepto de emoción ha tenido diversos cambios a lo largo de la historia, la evolución de las ciencias, las teorías y los enfoques, y que estos conceptos sobre las emociones concuerdan en que toda emoción finaliza en una acción o conducta.

Inteligencia Emocional y Modelos

En la actualidad el término Inteligencia emocional se ha hecho muy popular dentro de los estudios que se realizan en la psicología y otras ciencias sociales. Todos los estudios y disertaciones, con el objetivo de entender cómo los sujetos logran expresar los sentimientos de una manera adecuada, en dónde desarrolla la habilidad de controlar impulsos y cómo estos puntos se involucran en los procesos de fortalecimiento de relaciones interpersonales.

Existen varios autores que han expuesto postulados y conceptos acerca de la inteligencia emocional, como Reuven Bar-On con la inteligencia socioemocional, el modelo de Goleman desde un principio de las competencias emocionales, o el modelo de autoeficacia emocional de K. V. Petrides. Ahora, Mayer y Salovey, basan el estudio de la IE desde un

enfoque cognitivo a partir de la teoría del procesamiento de la información y contexto socioafectivo teniendo en cuenta el factor motivacional (Fragoso, 2015).

El termino (IE) Inteligencia Emocional según Mayer y Salovey (1997) citado por (Mesa, 2015) se relaciona con la habilidad de percibir, valorar y expresar las emociones de una manera precisa, en donde se hace un reconocimiento de los sentimientos, haciendo posible la generación de pensamientos que facilitan la comprensión y regulación de las emociones que promueven un crecimiento emocional.

Fragoso (2015) realiza una compilación de los Modelos de Inteligencia Emocional y los clasifica de acuerdo con los autores que hacen una convergencia entre habilidades y competencias a lo que denomina Modelos Mixtos que agrupan diversas habilidades, destrezas, competencias, rasgos de personalidad, objetivos y afectos; por otro lado, destaca los que se enfocaron en las Habilidades y por ultimo Las Competencias Emocionales como un modelo autónomo.

Dentro de los Modelos Mixtos, el de Goleman afirma que la inteligencia emocional es el conjunto de características que le sirve al ser humano para tomar acertadas decisiones tomando en cuenta el conocimiento de uno mismo (de los propios sentimientos y la forma en que estos afectan el desempeño, la autorregulación (manera en la que las personas manejan internamente las emociones para beneficio propio y de los demás), la conciencia social y la regulación de las relaciones interpersonal

En cuanto al Modelo de Bar-On hace relación a un conjunto de competencias y habilidades que le permiten al ser humano entenderse así mismo y a los demás y por ende pueden asumir los diversos desafíos que se presentan a diario. Esta compuesto por diversas

dimensiones La Intrapersonal (tiene conciencia de las propias emociones y la expresión de las mismas). La Interpersonal (se centra en las relaciones interpersonales y el área social), Manejo de estrés, (le permite al ser humano manejar y regular sus emociones), la Adaptabilidad, (el individuo desarrolla un óptimo manejo en cuanto a los diversos cambios a los que se enfrenta), el Humor, (tiene que ver con la motivación).

El Modelo de habilidad de Mayer y Salovey; proponen cuatro habilidades primordiales que hacen parte de la inteligencia emocional según Fragoso (2015) se encuentran relacionadas con Percepción, valoración y expresión de las emociones, Facilitación emocional del pensamiento, Comprensión de las emociones y Regulación reflexiva de las emociones.

Dentro de los modelos de Competencia Emocional, Carolyn Saarni Define las competencias emocionales como el conjunto de habilidades y capacidades que se necesitan para enfrentarse exitosamente a los cambios es decir que desarrollan una mayor adaptabilidad, eficiencia y autoconfianza.

Para Bisquerra las competencias son aquellas que tienen que ver con las capacidades, conocimientos, habilidades y actitudes necesarias para conocer, expresar y regular las emociones en este modelo se destacan cinco elementos; Conciencia Emocional (identifica las emociones propias y el clima emocional), Regulación Emocional (hace uso de las emociones de una forma adecuada y genera emociones positivas), Autonomía Emocional (tienen que ver con la autogestión emocional, autoeficacia personal y la capacidad para analizar, buscar ayuda y recursos), Competencia Social (capacidad de entablar buenas relaciones interpersonales), Competencias para la vida y el bienestar (desarrolla la capacidad para resolver todo tipo de conflicto a nivel personal, familiar, profesional o social con el objetivo de buscar mejorar el bienestar personal y social)

De lo anterior se resalta que el concepto de Inteligencia emocional esta ligado a las habilidades y competencias que tienen que ver con el desarrollo, manejo e identificación de las emociones y como estas influyen en los diferentes comportamientos del ser humano.

La Expresión Emocional

“Las expresiones emocionales son las características observables, la cara, voz, cuerpo y la actividad corporal” (Machado, 2018, p7). Las personas continuamente expresan sentimientos y emociones lo cual es una característica del hombre, “La expresión en si misma constituye un valor importante de mejora y de prevención de dificultades con las que el sujeto se pueda enfrentar” (Clares, 2015), la expresión en si misma siendo espontánea y voluntaria ayuda a la gestión de las emociones propias y de otros.

El primer concepto necesario para definir la expresión emocional se encuentra en la perspectiva evolucionista, según (Fernandez, et ál., 2007) a partir del Darwinismo se define como una necesidad adaptativa que produce la transmisión de información dentro de un grupo determinado por medio de conductas establecidas reconocibles, y aceptadas por un grupo social determinado. Desde esta perspectiva, al observar un determinado comportamiento, cuando se experimentan ciertas emociones se produce la expresión emocional, que se relaciona con una manifestación externa y se transmite por medio del lenguaje ya sea verbal o no verbal.

Como menciona Bisquerra (2003) citando a Peter J. Lang (1979) y la teoría bio-informacional, los procesos cognitivos mediante el SNC generan una respuesta al estímulo de una emoción que deriva en las reacciones psicofisiológicas (actividad visceral y somato-motora) que produce una conducta de valor adaptativo o inadaptado a partir del registro de una emoción y la forma en que se ha asumido con anterioridad.

Dentro de las funciones de la expresión emocional según Chóliz (2005) se encuentran: Funciones sociales, pues la expresión de emociones hace posible predecir los comportamientos relacionados con las mismas expresiones, por lo que de alguna manera influyen en las relaciones interpersonales. Funciones motivacionales, la expresión de una emoción vigorosa puede producir una conducta apropiada motivada en base las características de la expresión emocional

Desde la noción de la psicología evolutiva, la experiencia subjetiva juega un papel importante en la medida en que las etapas del desarrollo y el aprendizaje moldean la forma en que se asumen las emociones y los sentimientos, modulando las expresiones emocionales y las respuestas a los diferentes sentimientos que percibe una persona (Fernandez, et al., 2007).

Para Andrade et al. (2019). “El manejo de sentimientos y emociones se encuentra íntimamente relacionado con la regulación y expresión de las emociones”, de esta manera quien aprende a reconocer su vida emocional desarrolla habilidades para identificarlas, usarlas y expresarlas de manera asertiva, ayudando en la toma de decisiones, de modo que quien aprende efectivamente a reconocer su vida emocional cuenta con mejores habilidades para identificarlas, aplicarlas asertivamente y expresarlas de manera coherente en relación a la toma de decisiones, solución de problemas y conflictos, implementación de decisiones constructivas y se ejecutan de manera creativa y flexible.

Desde cualquier perspectiva, el análisis integral de la expresión emocional es vital dentro del desarrollo de las relaciones interpersonales, sociales, culturales y comunitarias en la modernidad.

Comunicación Emocional

Una de las características esenciales del ser humano es la comunicación, ya que a través de ella se puede compartir con otros, y generalmente cuando se está en grupo se convierte en una necesidad, por lo que la comunicación se convierte en parte fundamental del desarrollo humano ya que fortalece el área psicosocial de los individuos (Clares,2015).

Cuando se habla de comunicación emocional, es necesario remitirse a lo que compone el mensaje emocional que se trasmite o que se interpreta del otro lado, pues, tal como lo resalta Zamorano y Hernandez (2017) "...las emociones son disposiciones corporales que pueden determinar o especificar dominios de acciones; dinámicas corporales que se viven y pueden ser percibidas, pero que en sí mismas no son comunicables, porque incluso la experiencia solo es comunicable en el lenguaje..." (p. 39).

En este sentido, tanto el lenguaje verbal, como no verbal, el lenguaje simbólico, junto a los diferentes impactos visuales, auditivos, olfativos, gustativos y sensoriales, juegan un papel determinante en las formas que toma la comunicación emocional en cada persona y en el universo de percepción dentro de cada mente (Zamorano y Hernandez, 2017).

Los diferentes usos del lenguaje son el principal medio de comunicación de las emociones, dichos usos del lenguaje están ligados directamente a la manera en que la persona ha percibido experiencialmente las emociones, de tal manera que surgen a partir de este aprendizaje emocional, diálogos proxémicos, kinésicos, paraverbales, que desembocan en la necesidad de establecer la comunicación desde una comprensión y una expresión fluida para obtener un acuerdo entre quienes se están comunicando y creando un clima emocional (Feandalucia, 2010).

Si se concentra el análisis de las relaciones interpersonales en un ambiente socio educativo, se encuentra que la comunicación emocional está mediada por cómo se establece una relación emotiva a partir de la jerarquización de las relaciones. Del profesor a los alumnos, y entre los alumnos, de los roles dominantes a los roles maleables, aquí encontramos que, como lo afirma Vivas García (2003) “La vida emocional funciona como un motor de las conductas que se registran en las instituciones educativas. En la mayoría de los conflictos que se encuentran en las aulas, están implicados los factores emocionales que se construyen en la interacción entre las personas ... (p.17).

La comunicación emocional se erige como una estrategia de afrontamiento, que adecuada, o problemática, marca el desarrollo de los modelos emocionales que se aplican dentro del círculo afectivo. Por lo que según (Rodriguez y Rodriguez, 2016), se encuentra la comunicación emocional como generadora de pautas, códigos y criterios establecidos para diferentes escenarios, estadios y ambientes. Así, la comunicación emocional está ligada a un ambiente social determinado, marcando una forma de relaciones en el encuentro en un entorno físico, digital para sentir cercanía y cierto grado de sincronía. Serrano-Puche, (2016).

Desarrollo Socioemocional del Adolescente

La etapa de la adolescencia se reconoce por ser una etapa de transición entre la niñez y la vida adulta caracterizada por grandes cambios psicológicos, físicos, hormonales, emocionales y sociales. También se caracteriza por la intensidad de relaciones interpersonales y sociales en las que se desarrollan diversas emociones.

De acuerdo con Güemes-Hidalgo, et al. (2017), la palabra adolescente viene: “de la palabra latina “adolescere”, del verbo adolecer y en castellano tiene dos significados: tener cierta imperfección o defecto y también crecimiento y maduración. Es el periodo de tránsito

entre la infancia y la edad adulta. Se acompaña de intensos cambios físicos, psicológicos, emocionales y sociales; se inicia con la pubertad (aspecto puramente orgánico), terminando alrededor de la segunda década de la vida, cuando se completa el crecimiento y desarrollo físico y la maduración psicosocial. A la vez enfatizan que los adolescentes no forman un grupo homogéneo, existe una amplia variabilidad en los diferentes aspectos de su desarrollo; además los aspectos biológicos pueden influir en el desarrollo psicológico”(p.8).

Los cambios a nivel psicológico, físico y social durante la adolescencia hacen que los individuos maduren y tengan una vida independiente, esto debido a la búsqueda de la identidad y su debida consolidación, así como al logro de la autonomía. El desarrollo psicosocial en esta etapa se da de manera regularizada durante las tres fases de la adolescencia la temprana, la mediana y la tardía en las que se presentan características comunes y a la vez progresivas. Gaete (2015)

La adolescencia se reconoce desde diferentes disciplinas como una etapa en el desarrollo humano, sin embargo, es de abierta discusión las características y los elementos que definen dicha etapa, pues en el crecimiento humano y la forma en que se desarrolla, influyen tanto los factores biológicos, como también los socioculturales, psicológicos, étnicos y de historia de vida con cada punto específico que involucra esta parte del individuo.

Desde un escenario histórico se cuenta con un factor determinante: El contexto de la época según (Lozano, 2014) enfatiza que es importante entender la realidad de un adolescente partiendo de la noción que no son inmutables y que no están regidos por convencionalismos o estereotipos por el contrario son cambiantes en el transcurrir del tiempo. El área socio emocional de la adolescencia, es posible abordarla primero a partir de los conceptos hallados en la teoría del desarrollo de Erik Erikson por su aporte desde el enfoque psicosocial

humanista del desarrollo, y no solo desde un centro psicosexual del mismo. Así esta etapa se desarrolla entre los 12 y los 20 años, como una etapa no rígida, ni generalizada pese a sus características emocionales comunes. Erikson expone que el adolescente vive un proceso de definición de identidad vs confusión de identidad donde entran en juego la búsqueda personal de creencias, convicciones y valores personales, que perfilan la formación de un criterio y una visión de mundo que se comparte con los grupos de pares que se van encontrando mientras se desarrollan las relaciones sociales (Bordignon, 2005).

Del mismo modo el desarrollo psicosexual de la etapa se une a los factores psicosociales para generar intereses afectivos, sexuales, infidentes, confidenciales, con los grupos que se van formando en torno a dichos intereses, como lo explica Bordignon, (2005), “...la madurez psicosexual...despierta intereses por la sexualidad y formación de la identidad sexual... sentimiento de confianza y lealtad con quien pueda compartir amor, como compañeros de vida”(p. 56). Y dicha identidad sexual, junto al desarrollo de confidencialidad entre pares, son componentes fundamentales en las relaciones adolescentes de la modernidad.

Desde otra perspectiva, la asociación ideológica, política y afinidades de actividades de uso de destrezas, habilidades y capacidades, perfila las relaciones en muchas ocasiones, sacándolas de lo horizontal y llevándolas a la asociación vertical por liderazgo, tendencia de épocas, grados de importancia social, aspecto y estereotipo físico aceptado y hoy, la imagen proyectada a través de las nuevas tecnologías y redes sociales que tiende a jerarquizar de forma más marcada las relaciones generando dificultades emocionales, que producen el hecho de que el adolescente entre, en “moratoria Social” (Bordignon, 2005).

Al distorsionarse la búsqueda, la consolidación de una identidad y visión de mundo, la confusión de identidad viene con características que afectan el desempeño psicoafectivo

emocional del adolescente que desarrolla una serie de carencias existenciales, haciendo al adolescente desprovisto de suficientes competencias emocionales, problemas al relacionarse, o consolidar relaciones, variabilidad brusca en sus estados de ánimo y problemas para establecer un sistema de valores, creencias y postura de criterio personal. Acerca de esto, Colom y Fernandez, (2009) en un análisis sobre estudio de competencias emocionales, agregan que “...los adolescentes que tenían bajas competencias emocionales tienden a tener más problemas de identidad, estrés, depresión, alteraciones psicosomáticas, menos habilidades para pedir ayuda y apoyo social, así como más ideas suicidas...” (p, 240).

La vida socio emocional del adolescente se caracteriza por la variabilidad de sus emociones, la búsqueda de una posición personal en el espacio y tiempo que le validan, la formación de un criterio personal, la influencia de sus relaciones familiares y sociales significativas, la resolución de dudas y confusiones, la interiorización de una definición de identidad como individuo. En la modernidad llegan nuevas influencias como de sus relaciones en el espacio virtual, el contexto sociopolítico de su país; estos son algunos factores que influyen al adolescente al momento de transmitir, percibir y compartir sus emociones; las dificultades que se encuentren son menester analizarlas a partir de esta multidimensionalidad que es el mundo que vive quien se encuentra atravesando por la etapa de la adolescencia.

Comunicación y Expresión de las Emociones según el Enfoque Humanista

La expresión y comunicación emocional, se encuentra vinculada a procesos como la inteligencia emocional y esto se hace presente en todos los escenarios y etapas de la vida, la inteligencia emocional se encuentra relacionada con la capacidad de reconocer sentimientos propios y ajenos, así como de tener la habilidad para manejarlos (AIECE, 2015).

Es importante fomentar los procesos de expresión y comunicación de emociones, iniciando por un proceso de Auto- indagación de las emociones personales. En este caso, la educación emocional permite hacer una exploración de las emociones y una toma de conciencia para gestionarlas de la mejor manera; será necesario un proceso educativo continuo que haga posible el optimizar las competencias emocionales (Crawford, 2005).

Con base en lo anterior, se toma como fundamento el enfoque Humanista, pues este enfoque permite la posibilidad de centrarse en la persona y su experiencia interior. De igual forma tiene en cuenta las características específicas de las personas y el interés en buscar un desarrollo pleno para los sujetos por medio de su autodescubrimiento y los procesos de relaciones que pueden establecer en los diferentes grupos sociales (Martorell y Prieto 2010).

Siguiendo la fundamentación desde lo humanista, y tomando la concepción sobre la tendencia actualizante y la persona altamente funcional, se debe tener en cuenta que el primer concepto se relaciona con actualizar conductas, con el objetivo de mejorar y obtener un bienestar por medio del desarrollo de habilidades que le enriquezcan en su diario vivir a la persona. Según Rogers, (1980) citado por Velasco (2004), la tendencia actualizante se relaciona con la motivación y el direccionamiento de las conductas, para, de esta forma, mantener regulada la reacción emocional, y así el organismo estará dirigido a desarrollar todas las capacidades para su enriquecimiento y conservación. Relacionado el concepto de la tendencia actualizante, con la expresión y comunicación de emociones, se entenderá que expresar y comunicar emociones dentro de espacios participativos, permite generar un reconocimiento y reflexión con tendencia a los cambios, el fortalecimiento de la comunicación y la expresión de una manera consiente, que motiva a la reflexión desde una tendencia

selectiva y de carácter positivo, que posibilite entender la posición de otros y buscar la mejor manera de comunicar las emociones (Velasco, 2004).

El logro de establecer una tendencia actualizante, hace posible mejorar las relaciones interpersonales y la convivencia en todos escenarios de la vida; en los contextos educativos, estos procesos de motivacionales de cambio se deben incentivar mediante espacios que permitan la creación de nuevas percepciones, por lo que se considera pertinente tener en cuenta el concepto de la persona alta mente funcional de Carl Rogers. Desde esta perspectiva se hace mención del funcionamiento óptimo de las personas, en donde se proponen ciertas características que, están relacionadas con la apertura a la experiencia, tendencia al vivir existencial, confianza en el organismo, creatividad, libertad de elección, carácter constructivo y desarrollo personal (Mendez, 2016). .

Teniendo presente la información desarrollada, desde el humanismo se hace posible comprender que la expresión y comunicación de emociones, se pueden promocionar y fortalecer, por medio de procesos que permitan visualizar al ser humano como una persona creativa, con habilidad de encontrar y potencializar sus habilidades, alcanzando el bienestar a nivel personal y social.

Educación y competencias emocionales en las ciencias sociales

Desde la Perspectiva Psicológica.

Las emociones influyen en el conocimiento del mundo que nos rodea, en el comportamiento y en el desarrollo de la personalidad, constituyéndose en herramientas básicas para el desarrollo del ser humano, por lo que las emociones se convierten en parte fundamental del desarrollo psíquico, ayudan a la comprensión de la realidad del entorno y de sí mismo e influyen en la percepción que se tiene del entorno, así como en la formación de la personalidad.

Así se puede ver que las emociones influyen en dos aspectos en el conocimiento y en el comportamiento esto debido a dos funciones, la autorreguladora y la de retroalimentación dirigida a metas; la primera le permite al ser humano desarrollar emociones como el miedo y la curiosidad que ayudan a la protección, pero también le impulsa a descubrir cosas novedosas, la segunda tiene relación con la motivación es decir lo que ayuda al ser humano a conseguir las metas que se ha propuesto (Domínguez López, 2018).

Por otro lado, la educación emocional, se encuentra relacionada con el desarrollo de competencias que hacen posible tener un estado de bienestar de tipo individual y social. La importancia de esta temática en la población adolescente radica en la necesidad de promover las competencias emocionales por medio una educación emocional, para prevenir o mitigar los desequilibrios y dificultades que se puedan presentar en el individuo. En lo relacionado con los comportamientos y las relaciones de convivencia dentro los escenarios educativos, en ese aspecto las herramientas a disposición de un adolescente en términos de competencias emocionales permiten reestructurar comportamientos inadaptados, disminuir el estrés e identificar los diferentes problemas en rendimiento personal ligados a la atención y el proceso motivacional afectado.

Dentro de las características de la competencia emocional según Bisquerra (2003) se encuentran:

- Conciencia emocional, como la capacidad para ser consciente de las emociones propias y de los demás y la habilidad de captar el clima emocional de un contexto; para ello se debe tener en cuenta la toma de conciencia de las propias emociones, dar nombre a las mismas, y

compresión de las emociones de los demás que marca la capacidad para tener empatía.

- Regulación emocional, es la habilidad de manejar las emociones de manera apropiada, mediante estrategias de afrontamiento adecuadas, capacidad para auto gestionar emociones positivas y negativas. Algunos aspectos a tener en cuenta serian, el tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento, Las emociones y el comportamiento se regulan por cognición, la expresión emocional, al expresar las emociones de forma apropiada, lleva a comprender que no necesariamente el estado emocional interno se representa externamente y la expresión emocional a veces se expresa de forma impulsiva.
- La capacidad para la regulación emocional influye en el control de la impulsividad y tolerancia a la frustración como prevención de estados emocionales negativos.
- Habilidad de afrontamiento, para crear estrategias de manejo de emociones negativas por medio de la autorregulación, así como Competencias para autogenerar emociones positivas, permitiendo evidenciar de manera voluntaria y consiente emociones que incidan en el mejoramiento de la calidad de vida.
- La autonomía personal, se relaciona con la autogestión personal, la autoestima, actitud positiva ante la vida, responsabilidad, capacidad para analizar críticamente las normas sociales, capacidad para buscar ayuda, recursos y finalmente la autoeficacia emocional.

- Inteligencia interpersonal, es el tener buenas relaciones con otras personas por lo que las habilidades sociales y comunicaciones afectivas hacen parte de este proceso en el que interfieren factores como: Dominar habilidades sociales básicas, el respeto por los demás, comunicación receptiva, comunicación expresiva, el compartir emociones, el comportamiento prosocial, de cooperación y asertividad.
- Habilidades de vida y bienestar, Tiene como fundamento la adopción de comportamientos apropiados y responsables para la resolución de conflictos de tipo personal y social, para lo que es importante: Identificación de problemas, fijar objetivos adaptativos, solución de conflictos, Negociación, Bienestar subjetivo y empatía.

Hasta este momento solo se ha mencionado lo relacionado con las competencias emocionales, sin embargo, es importante tener en cuenta la educación emocional la cual está ligada a un proceso educativo que debe ser integral, continuo y permanente, cuyo objetivo es potencializar el desarrollo de las competencias emocionales; a su vez se debe tener presente que dentro de los contenidos de la educación emocional en lo relacionado con el alumnado, se debe orientar la estrategia de educación hacia el marco de las emociones, la conciencia emocional, la regulación de emociones, la motivación, las habilidades socioemocionales, la relación entre emoción y bienestar subjetivo y el concepto de Fluir (flow) (Bisquerra, 2003).

Se hace relevante mencionar que la fundamentación de la educación emocional desde la psicología, contempla métodos como la terapia emocional, la psicología humanista, con Carl Rogers, Gordon Allport, Abraham Maslow, también tener los conceptos existenciales de la logoterapia de V. Frankl, la psicoterapia racional-emotiva de Ellis, la teoría de las

inteligencias múltiples de Gardner, el concepto de inteligencia emocional, introducido por Salovey y Mayer (1990), el concepto de fluir (flow) introducido por Mihaly Csikszentmihalyi (Bisquerra, 2003). Se hace referencia también al fundamento teórico para realizar educación emocional, pues esta debe orientarse al nivel educativo, donde los contenidos se aplican en todos los grupos de interés, y debe promover los procesos de reflexiones propias y de los demás participantes (Bisquerra, 2003).

Con base en lo anterior, es importante fortalecer la expresión y comunicación de las emociones dentro de los currículos educativos, capacitar al estudiante no solo en su deber académico, sino trabajar sobre las habilidades emocionales que hagan posible que los estudiantes afronten las situaciones de la vida, de tal forma que su bienestar emocional no se vea afectado, y que logre un equilibrio en la expresión y comunicación de las emociones ya que estos procesos, influyen en el buen desarrollo psíquico, en la toma de decisiones y en su comportamiento en general.

Desde la Perspectiva de la Pedagogía.

El éxito académico no solamente se debe a los conocimientos que se adquiere en el aula, también se debe aquellos procesos socioemocionales que se desarrollan en este contexto, el proceso enseñanza aprendizaje esta ligado a la forma en como el estudiante se relaciona con sus pares, con el maestro y con el conocimientos que esta adquiriendo, por lo que resulta de vital importancia aquellas estrategias socioemocionales que le permiten al estudiante conocer, manejar, comunicar y expresar las emociones, de acuerdo a Tacca et al (2019), si un estudiante disfruta del proceso enseñanza-aprendizaje las emociones le sirven como el ancla para fijar la atención, retener la información y luego desencadenar un comportamiento. Lo cual esta

vinculado a la permanencia y éxito académico, por el contrario, las emociones pueden llegar a ser una barrera para el aprendizaje (Astudillo-Calderon et al., 2020)

Se ha comprobado que algunos de los estudiantes son conscientes de sus emociones sin embargo se debe fortalecer las competencias emocionales desde la infancia, para que se desarrollen durante la adolescencia y puedan influir en la etapa adulta especialmente en la toma de decisiones (Marques-Cervantes & Gaeta-Gonzales, 2018)

Las habilidades emocionales por otro lado influyen en la adaptabilidad del estudiante a la clase, en los logros académicos y en la vida laboral futura. Es decir que si un estudiante desarrolla sus competencias y habilidades de manera efectiva tendrá más probabilidades de tener una vida más relacional y exitosa. Ya que el contexto estudiantil representa un desafío cotidiano en la vida de los estudiantes se requiere de estrategias que fortalezcan las habilidades y competencias emocionales en donde tengan la capacidad de resolver varios conflictos desde los diversos estados emocionales, identificar las emociones propias y de otros, comprender las emociones y expresarlas relacionalmente, identificar sentimientos simultáneos; amor y odio, tristeza y alegría, todo lo anterior puede ser un limitante o un potenciador de los procesos de aprendizaje en los estudiantes (Cáceres, García, García-Robelo, 2020).

Frente al fracaso o el éxito académico existen repercusiones que deben ser conocidas por los directivos académicos, pues lo racional y emocional deben estar a la par ya que lo emocional impulsa lo racional, pues un estudiante que sepa gestionar sus emociones puede también manejar diversas situaciones, por lo cual la educación se convierte no solo en dar técnicas y pautas académicas si no que también debe tener estrategias que formen el carácter del estudiante, para hacerle un mejor ciudadano capaz de resolver complejos conflictos y presiones

En el nuevo siglo, tanto las competencias como las herramientas emocionales que tiene, o de las que carece una persona, toma relevancia frente a la pedagogía, pues ya no es más la pedagogía una ciencia humana que se preocupa por la formación disciplinar, académica, de adquisición de conocimiento e información básica o especializada solamente. Nuñez (2008), afirma que con el pasar del tiempo la pedagogía al interior de salones donde se imparte educación, pasó a ser un espacio de educación de tipo “objetivador y racionalizador”, que descartaba el papel de las competencias emocionales, como factor que favorece, o, afecta el aprendizaje y el devenir de la vida de quien está aprendiendo. Una educación rígida tomada desde una competencia intelectual- técnica, deriva en “...una educación que tiende a desposeer al sujeto de sus propios recursos creativos y transformadores, lo fragmenta y petrifica hasta impedirle acceder y apropiarse de sí mismo...” (p. 67).

De ahí que el sistema educativo y la pedagogía en muchos países se encuentren en procesos transformadores para poder avanzar en la consolidación de una pedagogía emocional, partiendo desde la educación básica de un colegio, pasando por la inclusión de políticas estatales que promuevan cambios en este sentido, llegando hasta el individuo que se educa y adquiere competencias emocionales para su vida. Acerca de esto Nuñez (2008) expone que, dentro de la Ley Orgánica de Educación expedida por el gobierno de España en 2006, se concluye que la educación y los educadores deben adquirir compromisos para que la educación ayude a crear competencias emocionales para la resolución de conflictos, y el tratamiento “pacífico” de todos los escenarios conflictivos en cada aspecto de sus vidas; para este compromiso se trazan tres objetivos primordiales: a) “El pleno desarrollo de la personalidad y las capacidades afectivas”. b) “El desarrollo de la capacidad para regular su propio aprendizaje, confianza en sus aptitudes y conocimientos y desarrollo de la creatividad,

la iniciativa personal y el espíritu emprendedor. c) “La educación en el ejercicio de la tolerancia y de la libertad, dentro de los principios democráticos de convivencia, así como la prevención de conflictos y resolución pacífica de los mismos” (p. 66).

Desde estos objetivos y otros encontrados en diferentes entes supranacionales que se han pronunciado sobre el cambio que debe tener la educación, la pedagogía emocional toma relevancia, pues involucra todo el andamio que se encuentra al interior del aprendizaje y la educación. Según Nuñez (2008), se puede ver la pedagogía emocional como una disciplina que dota de diferentes fundamentos teóricos, científicos y estratégicos a la formación en educación emocional de las personas que se están preparando, no solamente para un contexto laboral o profesional, sino también para integrar un espacio socio-cultural, comunitario, afectivo, político, que le exige el auto-conocimiento, las herramientas emocionales para mejores estrategias de afrontamiento y el desarrollo de una vida afectiva más satisfactoria.

Todo lo anterior lleva a replantear que el éxito en los procesos enseñanza-aprendizaje están vinculados a una educación que toma en cuenta las competencias y habilidades socioemocionales como un pilar fundamental para el desarrollo exitoso del ser humano.

La Perspectiva en Sociología.

Esta perspectiva de las emociones, competencias y educación emocional, se vio enriquecida por los aportes de Theodore Kemper analizados por Enciso y Lara (2014), que desde un marco interpretativo afirman que Kemper concebía la forma en que se desarrollan las emociones en determinado contexto como producto de la relación que se establece con las estructuras sociales; al entrar en contacto con dichas estructuras en los contextos establecidos, se genera una forma de sentir, inclusive se puede decir que en muchos casos las estructuras determinan los sentimientos que deben aparecer, de ahí que a hoy se hable de todas las formas

de expresión emocional estereotipadas que caben dentro de lo “políticamente correcto” expresar o comunicar, pero, así como las estructuras sociales inciden en la formación emocional del individuo, el individuo afecta la estructura con la forma en que desarrolla sus emociones y las comunica. Kemper afirma que debido a una estructura piramidal que es movida por la jerarquización de las relaciones, los entornos sociales se transforman en espacios donde se desarrollan relaciones de poder (Enciso y Lara, 2014).

Dichas relaciones de poder, generarían conexiones humanas donde se actuaría desde las dinámicas emocionales propuestas entre quien está empoderado y quien se encuentra debajo de la pirámide de jerarquía, que llevaría a ejercer modelos y estrategias como en el “...ejercicio del poder y el miedo como su consecuencia...estratégico, como generar lástima a partir de definirse como inferior y utilizar la situación producida para beneficio propio...” (Enciso y Lara, 2014, p. 276). Por otro lado, referenciando a Jack Barbalet según Enciso & Lara (2014), se entiende que la construcción social de espacios de relación y contextos de convivencia, no son posibles sin un entendimiento de la formación emocional de quienes componen una cultura o sociedad determinada, y la influencia que los factores externos como los estamentos de poder tienen en esta formación, y en el desarrollo precario o nutrido de habilidades emocionales en las personas; pero la sociedad a partir de esta concepción, toma una característica interactiva y no estática, el individuo que interactúa se ve influenciado pero también se apropia de alternativas, propone y se vuelve influyente en la estructura tal como lo apuntan (Enciso y Lara 2014) refiriendo a la teoría de Barbalet: “Cada elección requiere un diálogo interno, y la elección por si misma debe incluir la elección de no hacer nada. Entonces todas las cosas en el universo humano requieren compromisos emocionales y esto impacta a nivel macrosocial” (p. 277).

Según Enciso y Lara (2014) referenciando a Barbalet, la sociología desde estos postulados se preocupa por profundizar en lo macro-social de las emociones, precisamente porque no es posible despersonalizar una emoción o un sentimiento de quien lo experimenta, pero tampoco es posible perder de vista la perspectiva macro pues dentro de lo macro se encuentra tanto la forma que toma la transmisión de conocimiento emocional, los estereotipos y competencias que quedan en los imaginarios colectivos e individuales para el desarrollo de conductas como estrategias de afrontamiento cuando se experimentan ciertas emociones.

Por otro lado las emociones son procesos fisiológicos, psicológicos y sociales que le permiten al ser humano determinar si las emociones que están sintiendo son agradables o desagradables esto dependiendo del contexto en el que se encuentren, teniendo como resultado una valencia, es decir la intensidad y variedad con la que se percibe una emoción, por lo cual una emoción puede desencadenar una reacción diferente en cada uno de los individuos, igualmente las emociones pueden ser percibidas como inhibidores o motivadores dependiendo de la cultura y las interacciones culturales (Navarro y Gonzales, 2021).

De lo anterior se destaca que, el proceso en el que el individuo conoce y expresa las emociones afecta el contexto en el que se encuentra e influye de manera determinante en los fundamentos de la conducta social y la estructura social, por lo que se pueden también ver involucradas diversas problemáticas que se asocian en este espacio interactivo, que es el contexto social en cualquier entorno.

Desde la perspectiva de Antropología.

En un acercamiento desde la Antropología a las emociones realizado por Bourdin (2016), describe que las emociones están consideradas como hechos sociales, ya que sus manifestaciones están mediadas por las formas culturales, tienen un significado semiótico y

comunicativo dotado de sentimiento y sentido. La Antropología analiza que muchas de las emociones están presentes en todas las culturas, sin embargo, desde la antropología se le da un énfasis especial a la construcción de las emociones en el área social, cultural y lingüístico.

En otros estudios mencionados por Bourdin (2016) queda demostrado que dentro de la expresión emocional influye el status social, la edad, el sexo y el entorno en el que se manifiesten las emociones, se evidencia que también influye la interpretación que el sujeto le da a la cultura y al mundo social, por lo que una emoción puede tener diferentes significados en diversas culturas, dependiendo de la interpretación que cada quien ajuste a las emociones o emoción experimentada.

Escolano (2018), en su libro *Emociones y Educación*, presenta un estudio acerca de la vida emotiva en el contexto escolar, en el que analiza las emociones como medio de socialización que se sujetan al contexto, en el cual rige una serie de ceremonias y pautas sociales; en el mismo texto se destaca cómo el estudio de las emociones ha venido en ascenso reconociendo que estas han estado acompañando a cada cultura desde sus orígenes, que es la cultura quien media en su exteriorización, tal y como las culturas primitivas alrededor del fuego construían su historia y fundamentaban sus normas de convivencia. Acerca de la regularización de las emociones Escolano (2018), menciona algunos autores tales como Martha C, Nusbaum quien opina que las emociones deben ser armonizadas de acuerdo a las aspiraciones humanas que se tengan, y Dewey, quien dice que se deben construir a partir de las diversas experiencias sociales.

Por otro lado de acuerdo con Flores (2010), la Antropología enmarca las emociones desde dos aspectos grandes, el primero tiene que ver con una cultura afectiva que es la que construye una serie de experiencias y conductas las cuales determinan las acciones y el estilo

personal, además de proporcionarle un medio para darle sentido a las circunstancias y por otro lado, está el aspecto que hace referencia a la educación sentimental, es decir, que hace referencia a los modos particulares en la socialización del niño. Según el autor Flores (2010) menciona a Michelle Rosaldo quien es pionera en la antropología de las emociones, y en sus estudios descarta las emociones como asuntos del corazón, un tanto como realidades irracionales, convirtiéndolas en ideologías hechas cuerpo.

De lo anterior podemos concluir que desde la antropología las emociones, son constructos que se derivan de los sistemas culturales y de los contextos sociales, en los que los individuos participan y generan aprendizaje desde los contactos y conexiones de dichos contextos. El estudio de la expresión y comunicación de las emociones y las emociones en si misma involucra varias de las ciencias humanas ya que estas se desarrollan a lo largo de la vida de los individuos e influyen en sus comportamientos tanto individuales como colectivos, por lo que es importante desarrollar habilidades socioemocionales que le permitan a los adolescentes reconocer sus emociones y tener un manejo adecuado de las mismas, en los diferentes contextos en los que se desenvuelve diariamente.

Marco Normativo y Política

En lo que respecta a la legislación de algunos países, está contemplado tomar en cuenta la educación emocional como parte de sus programas académicos y en algunos casos de manera transversal, como es el caso de España, en donde se realizó una nueva reforma a la Ley de Educación en la que vincula la parte emocional como una prioridad; en Ley Orgánica 8/2013 del 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, en el que en su artículo 71 reza así: “Las Administraciones educativas dispondrán los medios necesarios para que todo el alumnado alcance el máximo desarrollo personal, intelectual, social y emocional”,

Bajo este amparo legal se desarrollan diferentes estrategias de aprendizaje en diferentes colegios, los cuales ayudan a fortalecer cada una de las habilidades de la inteligencia emocional incluyendo la expresión y la comunicación, el desarrollo socioemocional, la cooperación y los valores dentro de sus programas escolares. De esta manera se ayuda a los estudiantes a tener mejores posibilidades de resolución de conflictos, así como también el crecimiento en el área intelectual, espiritual y físico de acuerdo al artículo Psicológico “La inteligencia emocional beneficia a los niños dentro y fuera del aula” (Grijota, 2017).

Por su parte Estados Unidos, aunque no tiene una legislación para todo el país en cuanto a la educación en Inteligencia Emocional, permite que cada estado tome conciencia de lo que el ámbito educativo requiere, por lo que de acuerdo al director y fundador del Centro de Inteligencia Emocional de Yale, Marc Brackett, en más de dos mil colegios se están aplicando diversos proyectos educativos en cuanto al área socioemocional, adoptándolos dentro de sus programas. Brackett, hablando en una entrevista con Josefina Martínez (2020) en el artículo “Inteligencia Emocional, ¿Se puede Enseñar en las Escuelas?”, resalta la gran importancia de una política educativa que tenga en cuenta dicha área.

En México se contempla en la Nueva Ley de Educación del 30 de septiembre de 2019 que: “Las habilidades socioemocionales, como el desarrollo de la imaginación y la creatividad de contenidos y formas; el respeto por los otros; la colaboración y el trabajo en equipo; la comunicación; el aprendizaje informal; la productividad; capacidad de iniciativa, resiliencia, responsabilidad; trabajo en red y empatía; gestión y organización”; por consiguiente uno de los retos trasados en este país es poder ayudar a los estudiantes a entender y manejar las emociones, para prevenir conductas de riesgo y desarrollar la capacidad de enfrentar de manera positiva y asertiva los riesgos que conlleva el diario vivir en sus diferentes etapas,

contribuyendo al desarrollo integral de los estudiantes; destaco en su artículo “Retos de la educación en México radican en inteligencia emocional” (Rojas, 2020)

En cuanto a Argentina, El 10 de noviembre de 2016 se aprobó la ley de educación emocional la cual le permite a los estudiantes reforzar una debida gestión de sus emociones, esta ley fue impulsada por el Psicólogo Lucas Malaise presidente de la Fundación Educación Emocional, el Doctor Lucas destaca los objetivos más importantes de la Educación Emocional en una entrevista para el Clarín (30/10/2019) “La educación emocional tiene un doble objetivo: mejorar la calidad de vida de las personas y disminuir las conductas sintomáticas”. Es así como en este momento se da importancia a la Inteligencia emocional como parte del programa educativo, ayudando al reconocimiento y manejo de las emociones como parte de mejorar la calidad de vida especialmente de los estudiantes y el buen desarrollo socioemocional.

En el caso de Colombia la senadora Martha Villalba ha presentado un proyecto de ley en el que se impulsa a tener en cuenta la educación emocional como parte del currículo de la educación tanto en preescolar como en básica y superior, de acuerdo a lo publicado por el Partido de la U en su Portal de Noticias el cual ha sido aprobado en segundo debate por unanimidad en la cámara. Este proyecto de ley expone que el manejo de las emociones asegura un 80% del éxito en las personas, al mismo tiempo previene conductas de riesgo y aumenta la efectividad de los procesos de enseñanza aprendizaje, por otro lado resalta que la etapa de la adolescencia es en la que más se necesita este tipo de educación ya que no se han alcanzado los niveles de madures de la vida adulta, por lo cual es importante que sea consciente de sus cambios, que forme un autocontrol emocional y desarrolle las habilidades emocionales.

Actualmente en Bolivia no se contempla en su Ley Educativa ningún artículo que promueva la educación socio-emocional, la educación está basada en la participación social y en el respeto a las creencias indígenas ancestrales, sin embargo en la ley N° 548 DE 17 DE JULIO DE 2014 en el artículo 12 paragrafo “g” reza de la siguiente manera: “...se procura el desarrollo armónico de las capacidades físicas, cognitivas, afectivas, emocionales, espirituales y sociales de las niñas, niños y adolescentes, tomando en cuenta sus múltiples interrelaciones y la vinculación de éstas con las circunstancias que tienen que ver con su vida. Por lo que se deben crear e implementar programas que promuevan el desarrollo emocional en los adolescentes, fortaleciendo las habilidades socioemocionales garantizando así el cumplimiento de la ley de protección a los niños niñas y adolescentes bolivianos”.

De todo lo dicho en este marco teorico, se destaca la definición de emoción y los modelos de inteligencia emocional, la importancia de la expresión y la comunicación emocional en el desarrollo socioemocional de los adolescentes y su influencia en la etapa de la adultez así como la justificación de la educación emocional desde un enfoque humanista, la iniciativa de varios países por incluir en el currículo la formación emocional por lo tanto la presente investigación pretende favorecer la expresión y comunicación emocional en un grupo de adolescentes bajo una metodología que se describirá a continuación, con miras a fortalecer el desarrollo integral del ser humano

Metodología

El proyecto de investigación sobre expresión y comunicación de emociones se plantea desde un enfoque cualitativo (Mixto) dándole mayor relevancia a lo cualitativo, en donde se desarrolla con estudiantes de grados decimo y once pertenecientes a la Fundación Jabes de la ciudad de Montero, Bolivia.

La investigación fue ejecutada de acuerdo con los espacios que la fundación cedió y de los espacios que los estudiantes tenían para participar, debido a la situación de pandemia. En cuanto a la ejecución de la investigación fue de tiempo concurrente, por ello el análisis cuantitativo y el cualitativo no dependen el uno del otro y se integran en la fase de consolidación; en relación al diseño del estudio para este caso es de *Transformativo Concurrente* el cual se relaciona con unir varios modelos para la recolección de información cuantitativa y cualitativa, en este caso el análisis es guiado por una teoría desde el planteamiento del problema hasta las decisiones que toma el investigador; además permite tener en cuenta un formato de triangulación (Folgueiras & Ramirez ,2017). Con base en lo anterior y la escogencia del diseño, se pretende contrastar los resultados de números estadístico-cuantitativos, con los resultados de tipo cualitativo, que se han organizado por categorías, todo este análisis teniendo en cuenta el enfoque Psicológico Humanista, desde donde se fundamenta la investigación.

Participantes:

La muestra estuvo conformada por 34 estudiantes de grados 10 y 1, quienes de manera voluntaria quisieron participar y pertenecen a la Fundación Jabes, con edades comprendidas entre los 15 y 18 años de género masculino un total de 20 y femenino un total de 14 (ver tabla 1).

Tabla 1*Datos demográficos de los estudiantes*

Institución	Género	Frecuencia	Porcentaje	Total, de estudiantes
Fundación Jabes	Mujeres	14	41%	34
	Hombres	20	59%	

Instrumentos y técnicas de recolección de información

Se seleccionaron cinco actividades del programa DISEMFE, teniendo como criterio aquellas que son acordes a la edad de la muestra, a continuación, se describen cada una de las actividades relacionadas con el programa DISEMFE sobre expresión y comunicación emocional una experiencia en secundaria (Pérez & Clares 2015).

Actividad 1. Las fotos que hablan

Se presentan cinco fotos de expresión corporal diferentes, de las cuales se debe responder las siguientes preguntas ¿Qué siente? y ¿qué le ha pasado?, esta actividad pretende que los estudiantes interpreten las emociones que consideren que están sintiendo las personas de la foto.

Actividad 2. Palabras escondidas

Se presenta a los estudiantes cuatro fotografías, en donde el objetivo es que expresen mediante una palabra lo que les sugiere la imagen y además escriban una frase que la resuma.

Actividad 3. Dibujando Emociones

Una actividad realizada en parejas, tiene como objetivo el interiorizar la emoción por medio de un (poema) en base a los sentimientos y emociones que les produzca la lectura, los participantes deberán dibujar o describir la emoción que les ha producido.

Actividad 4. La emoción de la música

La actividad sobre la música se realiza en parejas, en donde se quiere que el participante exprese sus emociones por medio de la música. Los participantes seleccionan una canción de las que se les presenta y debe explicar el porqué de la elección y lo que le produce escuchar la canción.

Actividad 5. Emociones en parejas.

Una actividad desarrollada en parejas cuyo objetivo es que los participantes manifiesten sensaciones y emociones, en la que uno de los miembros debe elegir un sentimiento o emoción mencionado por el coordinador de la actividad, en este caso, teniendo presente la selección del compañero uno de los dos realiza una representación gráfica (Dibujo libre).

Cuestionario Alumnado.

Este instrumento permitirá conocer la opinión de los estudiantes en los distintos espacios del programa y será diligenciado antes y después de implementar el programa.

Cuestionario Alumnado 2b.

Este instrumento tiene como objetivo conocer la opinión de cada uno de los estudiantes en cuanto a todas las actividades en general.

Herramienta para análisis de resultados

En lo que corresponde a las herramientas para el análisis de los resultados, es importante mencionar la matriz descriptiva (p.53), esta herramienta se ha convertido en una estrategia metodológica valiosa que permite al investigador diseñar de forma general el proceso investigativo que va a emprender, además garantiza que cada uno de los elementos que usará para la investigación, se relacionen entre sí, es decir, que haya congruencia horizontal y vertical entre

los elementos medulares de la investigación cualitativa, (Giesecke,2020)

Las matrices de consistencia cualitativa son *“un instrumento metodológico que posibilita sistematizar, analizar y comprender los procedimientos y avances de una investigación”*

Giesecke (2020) consisten en tablas que contienen información cualitativa, construidas con la intención de obtener una visión global de los datos, ayudar al análisis de estos, combinar y relacionar datos e informaciones del mismo caso, o de varios, para informar de manera comprensiva los resultados obtenidos. En cada una de las casillas se pueden incluir opiniones, intenciones o reflexiones de manera literal o en forma de categorías más o menos elaboradas, dichas casillas se estructuran en las filas y las columnas, en función de los intereses de la investigación de los descubrimientos que se vayan realizando.

Procedimiento

En primer lugar, se diseñó un previo consentimiento informado el cual fue aprobado por la directora de la institución, posteriormente se realizó una reunión virtual con los padres de familia, quienes tendrían la opción de indicar si estaban de acuerdo o no con que sus hijos participaran del programa.

La investigación se llevó a cabo por fases según el programa DISEMFE, de las cuales no se podrá pasar a la siguiente hasta que no estén terminadas todas las tareas de la fase anterior.

Primera Fase.

Diagnóstico inicial, se recogen los datos previos al programa mediante la aplicación del “Cuestionario Alumnado 1”.

Segunda Fase.

Desarrollo del programa, se realizan las actividades con los estudiantes de la muestra, recogiendo tanto su valoración como el contenido que desarrollan al hacerlo, también el

profesorado recoge en el RIC si hay algún aspecto o incidente destacable durante la sesión. El cuestionario alumnado 2a la actividad y el registro de incidentes críticos relleno por el profesorado.

Tercera Fase.

Diagnóstico final, se recolectan los datos de las actividades, realizadas por los estudiantes.

1. Pasar al alumnado de la Fundación Jabes el cuestionario alumnado 1 de Nuevo
2. Pasar a los dos grupos de estudiantes el cuestionario alumnado 2b.

Cuarta Fase.

Análisis de resultados, una vez corregidos los instrumentos de evaluación se realizará el análisis de toda la información, en cuanto al cuestionario 1 se obtendrán las puntuaciones y en cuanto a la información recolectada en cada actividad se generarán las categorías de análisis.

Clares (2014)

Resultados

Resultados Cuantitativos

En el siguiente apartado se encuentran los niveles de expresión y comunicación emocional encontrado en los adolescentes pertenecientes a la fundación Jabes, haciendo énfasis en el género de cada uno de ellos. En segundo lugar, se encuentra el análisis de los cuestionarios teniendo en cuenta el inicio y el final de las actividades del programa. En tercer lugar se encuentra el análisis del grupo experimental frente al grupo control.

Cuestionario adolescentes Fundacion Jabes.

En la muestra se puede identificar un incremento general en el nivel de expresión de los estudiantes después de la realización de los ejercicios propuestos por el programa DISEMFE con una diferencia de cinco meses entre el pretest y el posttest, puesto que en el pre test el 38% de las respuestas estaban en nivel bajo, cifra que disminuye en el post test aplicado al 29% y deja al 50% de las respuestas de los estudiantes en un nivel medio de expresión emocional (ver tabla 2).

Tabla 2

Nivel de expresión emocional adolescentes Fundación Jabes. Grupo Experimental

Rango de puntuaciones	Pretest		Postest	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Alto (106-132)	4	28,5%	4	28,5%
Medio (79-105)	5	36%	6	43%
Bajo (78-33)	5	36%	4	28,5%

Datos Estadísticos	Pretest	Pos test
Media	85,6	103
Mediana	87	95
Desv. Estándar	20,42	19
Mínimo	62	54
Máximo	125	125

En cuanto al análisis por género se identifica que en las mujeres hay una tendencia a mantenerse en el nivel, también se destaca que solo el 13% tienen un nivel bajo de expresión emocional, con relación a los hombres se observa que hay un 67% en el nivel bajo en el pre test sin embargo este porcentaje disminuye a un 50% teniendo un aumento de porcentaje en los hombres del nivel medio (ver tabla 3).

Tabla 3

Nivel de expresión emocional por género del Grupo Experimental

Género	Rango de puntuaciones				
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	Alto (106-132)	3	37%	3	37%
	Medio (79-105)	4	50%	4	50%
	Bajo (78-33)	1	13%	1	13%
Masculino	Alto (106-132)	1	16%	1	17%
	Medio (79-105)	1	17%	2	33%
Masculino	Bajo (78-33)	4	67%	3	50%

Cuestionario alumnado fundación Jabes

En la muestra del alumnado se identifica un resultado con tendencia a incrementar las puntuaciones en los participantes del rango bajo pasa a medio con un porcentaje significativo en la expresión y comunicación de las emociones, la media se mantiene en un porcentaje medio y la desviación estándar tiene una variación significativa corroborando el aumento en el rango medio, lo cual nos indica que después de la aplicación del programa los porcentajes medios se fortalecen y el bajo tiende a disminuir significativamente, por lo cual es necesario continuar fortaleciendo estas actividades para alcanzar niveles óptimos en la expresión y comunicación de las emociones en los estudiantes.

Agrupación por factores para el cuestionario alumnado.

En este apartado se encuentran los resultados del nivel de expresión emocional de los estudiantes pre y post aplicación del programa DISEMFE distribuido por factores, en donde cada una de las preguntas pertenece a un factor. Estas agrupaciones se hicieron necesarias para poder identificar los cambios más significativos en relación con las emociones propias, las emociones percibidas en otros, las habilidades lectoescritoras y la expresión emocional oral y escrita.

Emociones propias.

Hace énfasis a la habilidad de percibir las emociones propias. Para Clares (2015), la expresión en si misma siendo espontánea y voluntaria ayuda a la gestión de las emociones propias y de otros. En la tabla encontramos aquellas preguntas relacionadas con el reconocimiento propio de las emociones. Bisquerra (2003) menciona que el reconocimiento de las emociones propias es parte de La conciencia Emocional y del desarrollo de la empatía y reconocimiento de las emociones de los demás.

Con relación a los datos encontrados en la población en cuanto a las emociones propias, se encontró que los participantes aumentaron medianamente la perspectiva de si mismos y de los demás, igualmente en cuanto a los intereses se encontró un aumento en el reconocimiento de estos, tambien se destaca que después de la aplicación del programa aumento medianamente la confianza en sí mismos para expresarse frente a sus compañeros y exponer sus propios puntos de vista (ver tabla 4)

Tabla 4*Preguntas relacionadas con las emociones propias*

Pregunta	Respuesta	PRETEST		POSTEST	
		Frec.	%	Frec.	%
Fundación Jabes					
2. Cuando alguna cosa me interesa.	1) En cuanto la veo se me pasa el interés.	1	7%	0	0%
	2) La veo un poco y es suficiente.	2	14%	4	29%
	3) Me fijo bastante para ver cómo es.	5	36%	2	14%
	4) La estudio todo lo que puedo para enterarme muy bien.	6	43%	8	57%
9. Cuando hablas en clase, ¿sientes que los demás respetan lo que piensas?	1) No me respetan.	0	0%	0	0%
	2) Me respetan un poco.	6	43%	8	57%
	3) Me respetan bastante.	8	57%	5	36%
	4) Me respetan mucho.	0	0%	1	7%
10. Cuando haces una cosa que piensas que está muy bien, y otro niño/a te dice que no le gusta. ¿Qué le dices?	1) No le digo nada y me siento mal.	0	0%	0	0%
	2) Le digo: “Pues yo creo que no está tan mal”.	3	21%	2	14%
	3) Le digo: “pues a mí me parece que está bien”.	5	36%	6	43%
	4) No me sienta mal, y le digo: “pues para mí está muy bien”	6	43%	6	43%
11. ¿Cómo te sientes cuando expones un trabajo en clase?	1) Me siento mal, porque pienso que no estará bien y no gustará.	3	21%	0	0%
	2) Me siento nervioso/a por si no les gusta a mis compañeros/as	2	14%	5	36%
	3) Me siento tranquilo/a porque mis compañeros no suelen criticarme si fallo.	4	29%	5	36%
	4) Muy bien porque las cosas las hago bien, y si me equivoco en algo mis compañeros lo entienden.	5	36%	4	28%

Emociones percibidas en otros.

Según Bisquerra (2003) La inteligencia interpersonal, es el tener buenas relaciones con otras personas por lo que las habilidades sociales y comunicaciones afectivas hacen parte de este proceso en el que interfieren factores como: Dominar habilidades sociales básicas, el respeto por los demás, comunicación receptiva, comunicación expresiva, el compartir emociones, el comportamiento prosocial, de cooperación y asertividad.

Habilidades tales como el respeto a los demás, comunicación receptiva, compartir emociones y cooperación fueron algunas de las habilidades que los participantes aumentaron después de la aplicación del programa, fortaleciendo las buenas relaciones interpersonales y la resolución de conflictos de manera asertiva. (ver tabla 5)

Tabla 5

Preguntas relacionadas con las emociones percibidas en otros

Pregunta	Respuesta	PRETEST		POSTEST	
		Frec	%	Frec	%
1. Ante las cosas que pasan a mi alrededor...	1) No me entero de casi nada, estoy en mis cosas.	3	21%	0	0%
	2) De algo me entero, si me fijo.	6	43%	8	57%
	3) Me entero de muchas cosas de lo que pasa.	4	29%	4	29%
	4) Me entero de todo, estoy muy atento/a.	1	7%	2	14%
5. Las cosas que pasan a mí alrededor...	1) No me afectan, estoy en lo mío.	4	29%	2	14%
	2) Me intereso un poco.	5	36%	5	36%
	3) Suelen interesarme casi todo.	2	14%	3	21%
	4) Me interesa bastante todo lo que ocurre	3	21%	4	29%
6. Cuando a alguien le pasa algo...	1) No me interesa si no lo conozco.	5	36%	1	7%
	2) Algunas veces me intereso por lo que le ha pasado.	3	21%	6	43%
	3) Me interesa casi siempre lo que le pasa a los demás	1	7%	2	14%
	4) Siempre me interesa e intento colaborar	5	36%	5	36%
	1) No los conozco.	3	21%	2	14%

13. En cuanto a los sentimientos de mis compañeros/as,...	2) Conozco un poco lo que sienten mis compañeros/as.	6	43%	6	43%
	3) Conozco los sentimientos de bastantes compañeros.	5	36%	3	21%
	4) Conozco lo que sienten casi todos mis compañeros/as.	0	0%	3	21%
14. Si un compañero/a habla de sus sentimientos.	1) No me interesa, si no me afecta a mí.	1	7%	1	7%
	2) Me interesa un poco, al principio.	5	36%	2	14%
	3) Me interesa, sobre todo si me afecta.	2	14%	2	14%
	4) Me interesa y presto atención siempre.	6	43%	9	64%
18. Cuando un niño/a piensa algo diferente a lo que tú piensas, ¿qué haces?	1) No lo escucho, e intento buscar otros que piensen como yo.	1	7%	1	7%
	2) lo escucho, pero intento no estar en su grupo.	3	21%	4	34%
	3. Lo escucho, pero sigo pensando lo mismo.	2	27%	2	14%
	4) Lo escucho e intento entender su punto de vista.	8	44%	7	26%
19. - Alguien en tu clase hace algo que está muy mal. ¿Qué crees que tus compañeros/as le dirían?	1) Se enfadarían y discutirían con él	3	21%	4	28%
	2) Le hacen ver que no les gusta lo que ha hecho.	1	7%	3	21%
	3) Le pedirían que cambiase de actitud porque no está bien lo que ha hecho.	6	43%	5	36%
	4) Intentan comprender por qué lo ha hecho para poder ayudarlo a hacerlo bien.	4	28%	2	14%
20.- Ante una fuerte discusión entre dos de tus compañeros, ¿qué harías?	1) Me apartaría, para no meterme en medio.	4	28%	1	7%
	2) Miraría desde lejos lo que pasa.	2	13%	1	7%
	3) Intentaría entender lo que está pasando.	4	28%	10	71%
	4) Me acercaría para ayudar a que parasen de discutir.	4	28%	2	13%

Valles (2005) hace referencia al proceso de lectura como uno de los componentes que los adolescentes deben desarrollar en su vida escolar ya que les permitirá clasificar información, explicar, evaluar y comparar entre muchos procesos más, por otro lado la lectura también está ligada al aspecto emocional debido a que toda acción del ser humano conlleva una emotividad, de ahí que la lectura puede tornarse en una actividad positiva o negativa

dependiendo del sentimiento que le produzca al lector, en cuanto al rendimiento académico la comprensión lectora se convierte en parte fundamental para que este crezca o decrezca.

Las habilidades lecto escritoras aumentaron en los participantes en un nivel mediano sobre todo en lo tiene que ver con la autonomía de la lectura y escritura, los participantes después de la aplicación del programa tuvieron un leve ascenso en las habilidades lecto escritoras a nivel general lo cual ayudara al fortalecimiento en el rendimiento académico. (ver tabla 6)

Tabla 6

Preguntas relacionadas con las habilidades de lectoescritura

Pregunta	Respuesta	PRETEST		POSTEST	
		Frec.	%	Frec.	%
21. Cuando me dicen que tengo que resumir algo...	1) No me gusta hacerlo porque no sé.	2	14%	0	0%
	2) Me cuesta un poco, pero lo hago.	3	21%	4	28%
	3) Lo hago sin grandes problemas.	4	28%	6	43%
	4) Me gusta hacerlo porque lo hago fácilmente.	5	36%	4	28%
22. Ante la tarea de sacar las ideas más importantes de una lectura....	1) No me gusta hacerlo porque no sé.	2	14%	1	7%
	2) Me cuesta un poco, pero lo hago.	3	21%	2	14%
	3) Lo hago sin grandes problemas.	5	36%	8	57%
	4) Me gusta hacerlo porque lo hago fácilmente	4	28%	3	21%
23. Si me dicen que tengo que escribir un texto.	1) No sé por dónde empezar. No sé qué poner.	2	14%	0	0%
	2) Pongo lo mismo que pongo otras veces.	4	28%	3	21%
	3) Pruebo a escribir un poco mejor.	4	28%	4	28%
	4) Intento mejorar mi escritura cada vez que escribo algo nuevo.	4	28%	7	50%
24. Cuando escribo algo por mi cuenta...	1) Pongo la primera palabra que se ocurre.	3	21%	1	7%
	2) Si me acuerdo tengo en cuenta la mejor palabra	2	14%	1	7%
	3) Intento encontrar otra palabra mejor	2	14%	4	28%

	4) Busco muchas veces en el diccionario otras palabras que me puedan servir.	7	50%	8	57%
	5) No responde	0	0%	0	0%
25. Cuando me dicen que tengo que leer algo...	1) No me hace mucha gracia y si puedo no lo hago.	1	7%	1	7%
	2) Lo hago porque me lo han dicho.	4	28%	4	28%
	3) No me importa tener que leer lo que me dicen.	2	14%	3	21%
	4) Me gusta leerlo y si puedo leo otras cosas	7	50%	6	43%
26. Yo por mi cuenta...	1) No me animo a leer casi nunca.	0	0%	0	0%
	2) Leo muy poco.	5	36%	2	14%
	3) Leo algunas veces.	5	36%	8	57%
	4) Me gustaría leer con mucha frecuencia.	4	28%	4	28%
27. Cuando me dicen que tengo que escribir una redacción...	1) No me gusta nada porque no sé.	1	7%	1	7%
	2) Lo hago porque es una tarea.	6	43%	6	43%
	3) No me supone un gran esfuerzo hacerlo.	4	28%	3	21%
	4) Me gusta porque para mí es fácil escribir.	3	21%	4	28%
29. Cuando hay alguna palabra que no entiendo al leer, yo...	1) No digo nada y espero a que me lo expliquen.	0	0%	1	7%
	2) Algunas veces pregunto lo que significa.	6	43%	3	21%
	3) Suelo preguntar lo que significa.	2	14%	3	21%
	4) Siempre lo pregunto o busco por mi cuenta el que significa.	6	43%	7	50%
30. Cuando estoy escribiendo...	1) Uso sólo las palabras que conozco.	1	7%	1	7%
	2) Uso las palabras que conozco que vienen mejor	5	36%	1	7%
	3) Intento buscar alguna palabra nueva.	5	36%	6	43%
	4) Suelo buscar otras palabras que signifiquen lo mismo	3	21%	6	43%

Gonzales et al. (2013) Plantea que el desarrollo de las habilidades comunicativas ya sean orales o escritas llevaran a los estudiantes a un mejor aprovechamiento ya que permitirá una amplia comprensión de los conocimientos adquiridos, por el contrario, el no desarrollo de estas habilidades afecta académica y emocionalmente al estudiante ya que se considerara incapaz y por ende desarrollara sentimientos de inseguridad y desconfianza en si mismo ocasionando una baja autoestima.

Los estudiantes después de la aplicación del programa presentan un aumento mediano en la seguridad y confianza al expresar sus sentimientos y emociones en público, la mitad de los estudiantes refleja que se sienten bien al expresar los sentimientos tanto oral como escrito, también reconocen los logros de otros y son capaces de comunicarlo de manera acertada (ver tabla 7).

Tabla 7

Preguntas relacionadas con la expresión emocional oral y escrita

Pregunta	Respuesta	PRETEST		POSTEST	
		Frec.	%	Frec.	%
3. En cuanto a la expresión de mis sentimientos en clase, a mí...	1) Me da mucha vergüenza y nunca hablo de ellos en clase	8	57%	7	50%
	2) Aunque me da vergüenza alguna vez hablo de ellos en clase	4	28%	3	21%
	3) Puedo hablar de mis sentimientos sin que me dé vergüenza.	2	14%	4	28%
	4) Me gusta hablar de mis sentimientos en clase.	0	0%	0	0%
4. ¿Tienes en clase oportunidad de hablar de tus sentimientos y emociones?	1) Nunca	3	21%	3	21%
	2) Pocas veces	8	57%	8	57%
	3) Algunas veces	3	21%	2	14%
	4) Muchas veces	0	0%	1	7%
7. Cuando me dicen que hable de mis emociones y sentimientos...	1) Me pongo muy nervioso/a y quiero dejar de hacerlo cuanto antes.	4	28%	2	14%
	2) No me gusta mucho hacerlo.	6	43%	6	43%
	3) Si lo tengo que hacer lo hago, no me importa.	1	7%	2	14%
	4) Me gusta hacerlo, me siento mejor.	3	21%	4	28%
8. Yo, sin que nadie me lo diga...	1) Nunca hablo de mis sentimientos y emociones.	5	36%	4	28%
	2) Suelo hablar muy poco de mis sentimientos y emociones.	1	7%	5	36%
	3) Hablo de vez en cuando de mis sentimientos y emociones.	5	36%	5	36%
	4) Me gusta mucho hablar de mis emociones, me calma el hacerlo.	3	21%	0	0%
12. Cuando tengo que hablar de mis sentimientos o	1) Muy mal	2	14%	1	7%
	2) Mal.	4	28%	3	21%
	3) Bien.	5	36%	7	50%

emociones me siento...	4) Muy bien	3	21%	3	21%
	5) No responde	0	0%	0	0%
15. Cuando un niño/a en mi clase hace algo que crees que está muy bien... ¿qué harías?	1) No decirle nada	1	7%	1	7%
	2) Le diría: "No está mal".	3	21%	2	14%
	3) Le diría: Está bien.	3	21%	5	36%
	4) Le diría: "Está muy bien".	7	50%	5	6%
	5) No responde	0	0%	0	2%
16. Si un niño/a de tu clase dice algo que no te parece nada bien, ¿qué harías o le dirías?	1) Le diría que no tiene razón, que está equivocado y me alejaría.	2	14%	3	21%
	2) Le diría y le demostraría que no tiene razón.	2	14%	2	14%
	3) Le diría que estoy en desacuerdo con lo que dice.	5	36%	6	43%
	4) Le diría que puede haber otras opiniones tan válidas como la suya.	5	36%	3	21%
28. Si tengo que escribir de mis sentimientos y emociones...	1) Me pongo nervioso/a porque no me agrada.	2	14%	2	14%
	2) No sé bien cómo hacerlo.	5	36%	0	0%
	3) Lo intento lo mejor que puedo.	2	14%	7	50%
	4) Me gusta poner por escrito lo que siento.	5	36%	5	36%
31. Cuando me dicen que tengo que escribir sobre mis sentimientos o emociones...	1) No me gusta porque me da vergüenza y no sé qué decir.	4	28%	2	14%
	2) Me cuesta escribir sobre esto.	6	43%	5	36%
	3) No me importa hacerlo.	0	0%	1	7%
	4) Me gusta escribir lo que siento, me ayuda a entenderlo mejor	4	28%	6	43%
	5) No responde	0	0%	0	0%
32. Yo, por mi cuenta...	1) Nunca escribo sobre mis sentimientos.	4	28%	3	21%
	2) Es muy raro que escriba sobre mis sentimientos.	4	28%	6	43%
	3) Algunas veces escribo sobre mis sentimientos.	3	21%	4	28%
	4) Escribo con frecuencia sobre mis sentimientos.	3	21%	1	7%
	5) No responde	0	0%	0	0%
33. Después de escribir sobre mis emociones...	1) Me siento angustiado	4	28%	2	14%
	2) Me siento triste	2	14%	2	14%
	3) Estoy más tranquilo	5	36%	6	43%
	4) Me siento más feliz	3	21%	4	28%
	5) No responde	0	0%	0	0%

Resultados Cualitativos

En esta sección se presentan las expresiones recogidas en la aplicación de cada una de las actividades del programa DISEMFE, las cuales se han dividido por subcategorías, para comprender de una manera más clara lo que el participante experimenta ante la percepción de las fotos o en el desarrollo de las actividades

En la categoría “Percepción de las emociones por medio de la Foto-expresión” se incluyen las palabras que los participantes identifican o que consideran que esta experimentado o sintiendo, él o la joven que se presentan en una fotografía de la actividad y cuyas expresiones tienen un alto grado emocional. En este caso se genera un proceso que brinda la oportunidad de expresar libremente de una forma escrita el suceso emocional de quien se encuentra en la fotografía, y así exteriorizar lo que le genera la recepción de estos diversos estímulos en imágenes. (Clares, 2014) Cabe mencionar que la categoría se divide en las subcategorías como los son: La emociones agradables y desagradables, organizando dentro de ellas las emociones encionadas por la población (Ver tabla 8)

Tabla 8. Matriz

Categoría: "Percepción de las emociones por medio de la Foto-expresión"

Actividad 1: Las fotos que hablan				
Categoría: "Percepción de las emociones por medio de la foto expresión"				
Subcategorías	Registro/Citas	Observaciones	Referentes	
Emociones Positiva	Felicidad, Alegría	<p>Foto 1: "Le habrá pasado algo muy agradable o le habrá hecho una broma" "Le dieron una buena noticia" "Esta muy feliz tal vez le paso algo en la familia" "Le han regalado algo" "Esta contenta por alguna noticia" "Siente mucha alegría, porque le dieron una buena noticia y por eso esta alegre" "Esta feliz le ha pasado algo extraordinario" "Le contaron un buen chiste" "Le estan sacando una foto por algún logro" "Esta feliz porque gano un premio" "Esta feliz porque se ha ganado algo" "Debe estar hablando en grupo"</p>	<p>Los participantes demuestran sensaciones positivas asociadas a la felicidad, entre las cuales se destacan; alcanzar un logro, compartir con otros o recibir noticias positivas</p>	<p>Las emociones positivas tienen una doble importancia por una parte lograr el bienestar de los individuos y por otra ser un medio para alcanzar el crecimiento personal, es decir que las personas que tienen la capacidad de desarrollar estas emociones logran las metas propuestas, además de conseguir que las personas que las experimentan tengan mayor creatividad, sean más novedosas,</p>

Emociones Negativas	Frustración	<p>Foto 2 Tal ves exploto de un problema pero esta en una crisis</p>	<p>Los estudiantes conectan la frustracion con la imposibiidad de soucionar un problema</p>	<p>Sentimiento negativo que se produce al no satisfacer un deseo, con el tiempo produce infelicidad y depresion Arrabal (2018)</p>
	Estress	<p>Fotos2 Porque no ha estado pasando por un buen momento.</p>	<p>El stress se asocia como resultado de los malos momentos que se pasan en la vida</p>	<p>El estress se puede abordarcomo las reacciones que tienen los individuos hacia el medio evaluado como una amenaza que pone en peligro su integridad fisica, emocional o psicologica. Jerez y Oyarso (2015)</p>
	Tristeza, Ganas de llorar	<p>Foto2 Tal ves le hace bullying , siente culpa y dolor a lo que le estan diciendo Foto 3 Tal ves la hija no le hizo caso o se equivocaria en algo,la se frustra pero la corrige, tal ves hizo algo mal en la casa, ha hecho algo malo, ha hecho algo mal , la estan regañando, la chica sesiente culpable con algo que hizo, le han dicho una mala noticia Foto No 4 Estan tristes porque no tienen ya sea un niño o una mascota</p>	<p>La tristeza esta asociada a diversas circunstancias algunos comentarios tienen que ver son sentimientos de frustracion, culpa y dolor y otros comentarios tienen que ver con la relacion entre pares y con autoridades. Tambien se esta asociando a malas noticias</p>	<p>La tristeza es la sensacion que experimentamos ante la pérdida que puede ser de personas queridas u objetos valiosos para nosotros. Bisquerra (2019)</p>

	<p>FotoNo 5, Se debio sentir mal por problemas o mal momento, la chica esta llorando por lo que le paso en las anteriores imagenes, pelea de pareja tal ves, tal ves rompieron,esta pasando por situaciones dificiles, se siente mal porque el chico hizo algo malo,por alguna mala noticia o algo que le hicieron.</p>		
Incomodidad,fastidio, Desesperacion	<p>Fotos 2 Porque hay ruido al rededorel cual resulta incomodo, escucho algo que no e agrado,deben estar haciendo mucho ruido donde esta el,musica alta no le gusta el ruido, no le gusta lo que escucha, esta alterado o estresado no y no aguanta mas, Porque debe estar fatigado con el ruido o tiene stres.</p>	<p>En la gran mayoria de los comentarios se conecta la incomodidad, el fastidio y la desesperacion con agentes externos tales como el ruido y el sentimiento de impotencia para poder solucionar este tipo de situación.</p>	<p>La exposicion a ruidos extremadamente fuertes trae consecuencias fisicas y socioemocionales. Los jovenes pueden desarrollar depresion, ansiedad, retraimiento con alteraciones en la atencion y por lo tanto afectar el rendimiento academico. Herandes et. al (2019)</p>
Enojo	<p>Foto 4 Tal vez un mal entendido o un mal momento de enojo, el chico hizo algo malo que no le gusto,pelea con la pareja, quizas estan teniendo una discusion por malos entendidos, el chico hizo algo mal y la chica esta molesta, ella se siente enojada por algo que no</p>	<p>Algunos de los estudiantes asocian el enojo con momentos desagradables especialmente con los pares</p>	<p>La ira es la palabra técnica que se utiliza para referirse a una familia de emociones que incluyen además de ira, enojo, enfado, rabia, furia, cólera, indignación, odio, etc., y estas emociones están en el origen de la mayoría de los conflictos.</p>

		le agrado del chico, seguro no se caen bien y se odian, seguro hizo algo que le molesta mucho, estan teniendo una pelea pero el chico no sabe porque, el chico quiere tomarse un tiempo, la chica lo quiere besar y el no se deja porque esta nervioso, la chica lo quiere besar a la fuerza. La chica esta molesta porque el chico hizo algo malo y el lo sabe.	Bisquerra (2019)
Miedo	Foto 2 Problemas, gritos de los padres, trato malo Fotos3 Ha hecho algo malo malo Foto 4 Hizo algo malo	El miedo esta ligado a la violencia intrafamiliar y el creer que se ha hecho algo malo	El miedo es lo que sentimos cuando percibimos que estamos ante un peligro real e inminente. Bisquerra (2019)
Depresion	Foto No 5 Le paso algo malo	La depresion se conecta con sucesos malos que pasan las personas.	La depresion es una palabra que se ha convertido en comun en nuestro lenguajes la cual esta asociada a un empeoramiento en la fincionalidad del dia igualmente se entiende como un sintoma o una reaccion emocional hacia un problema. Arraras & Manrique (2019)

Puede ser Negativa o Positiva	Foto No1 Le han regalado algo	La expresión de la foto da a entender que algo agradable ha ocurrido de acuerdo a la conexión que han realizado los participantes	La sorpresa es una emoción que no se puede clasificar como positiva o negativa ya que puede tener cualquiera de los dos componentes y puede producir alegría pero también miedo. Arenas & Pantoja (2020)
-------------------------------	----------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Subcategoría	Registro/Citas	Observaciones	Referente Teórico
Valoración de la actividad	<p>“Aprendí a describir con expectativa la image , Me agrado”, “Descifrar emociones, como una persona pude describir una emoción son solo la cara , significa entender las emociones”, “Aprendí a describir lo que pasaba en las imágenes, me sorprendió lo simple que fue”, “Es algo emocionante hacer la descripción de cada una de las imágenes . Muy bonito”, “He aprendido a observar detenidamente y como a través de la concentración puede identificar y tener claridad de las cosas”, “Me dio una enseñanza sobre el respeto y el buen trato hacia los demás”, “Lo que aprendí es que debemos aprender a expresarnos y me gusto que nos juntamos para hacer la actividad”, ”Que cada imagen es diferentes y que algunas son tristes”, “Aprendí a saber que siente una persona a través de los gestos, la actividad signifco que debemos comprender las demás personas”, “Aprendí a identificar emociones de otros sin que digan nada”, “Que hay que atender a los consejos de los padres”, “Como se comportan las personas ante una situación y lo que sienten, lo que</p>	<p>Los estudiantes manifestaron el agrado por la participación en la actividad, resaltaron la oportunidad de volver a compartir en grupo y tomaron la actividad como un nuevo espacio de aprendizaje en el que pudieron identificar emociones en otros, la mayoría de los participantes tomaron la actividad para acrecentar el respeto y la empatía,</p>	<p>Martinez (2011) sostiene que las personas comunican las emociones para sentirse mejor. Las emociones son adaptativas de acuerdo a las circunstancias que vive la persona. Al vivir una situación intensa, se rememora constantemente no importa si esta es positiva o negativa, aunque las emociones negativas tienen un impacto más duradero en la vida, pues tienen un mayor impacto y persistencia en el tiempo ya que son mas intrusivos y afectan de forma mas directa.</p>

más le gusto es compartir un momento con los compañeros”,
“Me gusta como uno descubre lo que pasa y lo que pensamos”,
Analizar las personas, la actividad tiene mucho en conocer las emociones o sentimientos sobre los demás”

En la categoría “*palabras que expresan realidades*” se incluyen aquellas frases y palabras descritas por los estudiantes que dan cuenta del análisis del entorno a partir de las imágenes de contextos cotidianos presentadas a través de imágenes y además la capacidad de síntesis de forma escrita en la cual resumieron toda la escena representada en las imágenes en una sola palabra. La expresión libre y creativa que evoca la imagen se manifiestan acorde a su mundo interno “experiencias previas”, que incluso no pueden estar directamente relacionadas con la misma. (Clares, 2014) Se divide en las subcategorías capacidad de síntesis y capacidad de análisis en donde se organizó la información de acuerdo al grado de complejidad del análisis o la síntesis del estudiante (Ver tabla 9).

Tabla 9

Categoría “Palabras que expresan realidades”

Actividad 2: Palabras escondidas			
Categoría: “Palabras que expresan realidades”			
Subcategorías	Registro/Citas	Observaciones	Referentes
Complejo Foto No 1			
	Mas	Un buen lugar para para observar, un lugar alto con tranquilidad ambiental, emocion al conocer un lugar nuevo, historia de una vida nueva, personas paseando, lugar turisitico y antiguo, personas arriba de un muro de piedra, un paisaje de árboles, un lugar turistico, Ser un poco curioso y tener adrenalina para escalar ese muro,	Los participantes asociaron la imagen con un lugar alto e histórico, solo un participante lo asocio con la actividad de escalar, en cuanto a la síntesis la mayoría describieron el lugar en una sola palabra
	Menos	ambiental, emoción, tranquilidad, paseo, antigüedad, muro, curiosidad, alegría paseo	

			percepción sensorial, atención, capacidad de discriminación Morales (2013)
Complejo Foto No 2	Mas	Un mar o lugar donde hay barcos y gente, un barco en el lago, un señor en el barco disfrutando el mar, barco en el agua, lugar muy lindo viendo el agua, Navegar por las aguas, observar lo grande que es lago y apreciar todo a su alrededor, un lugar para pasear y navegar con la familia, miedo de perderse en ese barco tan pequeño	Los estudiantes identificaron la foto con un lugar turístico, pacífico y en el que se puede apreciar el paisaje, solo un participante lo asoció con el miedo, en cuanto a la síntesis de la imagen a dos palabras la mayoría de los participantes sintetizaron y asociaron la imagen con las mismas actividades, turismo, pesca, navegar, disfrutar y otros relacionados al tema
	Menos	turismo pacífico, miedo a perderse, tranquilidad y frescura, barco y agua, navegar y disfrutar, señor y barco, apreciar lo grande, paisaje hermoso, pescar calmadamente	Los procesos de análisis y síntesis dependen en gran medida de tres elementos: 1) La información y conocimientos previos que posee el individuo o grupo que llevará a cabo la tarea, 2) Su habilidad en la percepción del detalle y las relaciones entre elementos propios de la realidad objeto de estudio y de otros ajenos a ella y 3) Los objetivos del estudio o lectura, que ayudarán a establecer criterios para seleccionar la información relevante y organizarla en la construcción de la síntesis. Estos elementos determinan la variabilidad del contexto en el que se realiza el proceso de análisis y síntesis. Además, la persona o grupo de personas que realicen el proceso de análisis y síntesis deben poseer habilidades tales

			como curiosidad, agudeza de percepción sensorial, atención, capacidad de discriminación Morales (2013)
Foto No 3 Complejo	Mas	Lugar artístico y colorido, una persona quiso presentar una pareja triste, amor en familia, felicidad porque estan compartiendo juntos, de paseo en pareja tomándose una foto de recuerdo, un lugar para parejas de enamorados, dos estatuas abrazándose, sacarse una foto, al lado de un ejemplo de cómo cuidar a una mujer, una pareja sentada, felices relajados, dos estatuas de parejas, preocupación por algo que paso.	La mayoría de los estudiantes asociaron la imagen con un lugar para ir en pareja o familia, en donde el mensaje que observan es de unidad, amor, respeto, compartir en pareja o familia. Las palabras que resumen la imagen tienen que ver con el mismo tema que describieron.
	Menos	artístico, tristeza, union, pareja, foto, turistico, pareja, aenamorados, estatuas, abrazo, señor, aprecio cuidado, respeto,emocionante, parejas, pensar luego actuar.	Los procesos de análisis y síntesis dependen en gran medida de tres elementos: 1) La información y conocimientos previos que posee el individuo o grupo que llevará a cabo la tarea, 2) Su habilidad en la percepción del detalle y las relaciones entre elementos propios de la realidad objeto de estudio y de otros ajenos a ella y 3) Los objetivos del estudio o lectura, que ayudarán a establecer criterios para seleccionar la información relevante y organizarla en la construcción de la síntesis. Estos elementos determinan variabilidad del contexto en el que se realiza el proceso de análisis y síntesis. Además la persona o grupo de personas que realicen el proceso

			de análisis y síntesis deben poseer habilidades tales como curiosidad, agudeza de percepción sensorial, atención, capacidad de discriminación Morales (2013)
Complejo	Foto No 4	Mas	<p>Lugar con comidas, me da asco porque esta sucio, comercio que hay en muchas comunidades, No entendi muy bien las imágenes creí que eran artesanías, lugar para conseguir saladitos, una señora vendiendo artesanías, tener un poco mas de higiene acerca de como exponer las carnes al mercado, lugar donde venden dulces, niño observando alimentos, venta de chorizo.</p> <p>En esta imagen se noto que no habia claridad ya que algunos no entendieron la imagen, otros lo vieron como un lugar comercial de artesanias, otros como un lugar para comer es decir que la imagen no fue clara para describirla, igual sucede con la sintesis de la imagen</p> <p>Los procesos de análisis y síntesis dependen en gran medida de tres elementos: 1) La información y conocimientos previos que posee el individuo o grupo que llevará a cabo la tarea, 2) Su habilidad en la percepción del detalle y las relaciones entre elementos propios de la realidad objeto de estudio y de otros ajenos a ella y 3) Los objetivos del estudio o lectura, que ayudarán a establecer criterios para seleccionar la información relevante y organizarla en la construcción de la síntesis. Estos</p>

	Menos	Humilde, Asco, comercio, trabajo, degustar, comprar, variedad, artesanías, carteras, cinturones, higiene, cuidado, precavido, enfermedades, mercado, tienda, venta, trabajar, ganar, dinero.	elementos determinan variabilidad del contexto en el que se realiza el proceso de análisis y síntesis. Además la persona o grupo de personas que realicen el proceso de análisis y síntesis deben poseer habilidades tales como curiosidad, agudeza de percepción sensorial, atención, capacidad de discriminación Morales (2013)
--	-------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

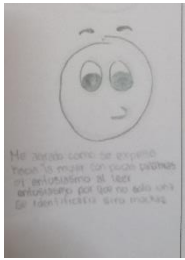
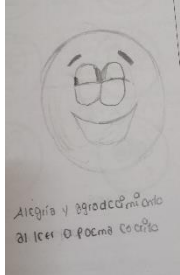
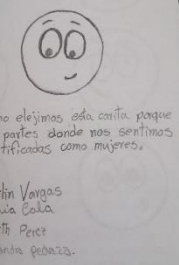
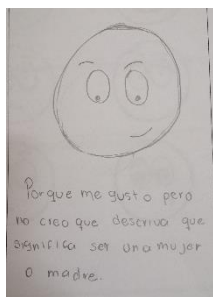
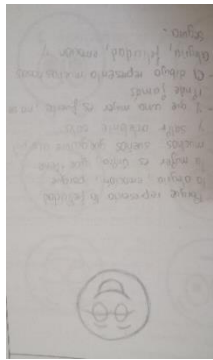
Subcategoría	Registro/Citas	Observaciones	Referente Teórico
Valoración de la actividad	“Describir las grandes cosas en pocas palabras, le sorprendió que deben analizar cada detalle”, “Aprendí a como saber que hacen o que cosas, me gusto la actividad”, “He aprendido a compartir con los demás y ver las cosas desde otra perspectiva”, “La curiosidad no es tan conveniente en algunas circunstancias, me gusto apreciar las cosas”, “Es divertido pero no entendí la última imagen”, “He aprendido a expresarme con diferentes palabras y de manera clara”,	Los estudiantes se sintieron desafiados con esta actividad, algunos de ellos reconocieron que la actividad les ayudo a expresar con más palabras las fotos y a describir las escenas que veían, palabras como analizar, describir y reconocer están en la descripción de la actividad, complementando los procesos de análisis y síntesis	Además la persona o grupo de personas que realicen el proceso de análisis y síntesis deben poseer habilidades tales como curiosidad, agudeza de percepción sensorial, atención, capacidad de discriminación Morales (2013)

“Muy bonito pero creo que no entendí muy bien las imágenes”, “He aprendido a describir imágenes a saber decir o describir lo que vemos”, “Una imagen puede transmitir una emoción, reconocer una emoción por una imagen, se puede describir la imagen y entender lo que transmite”

En la categoría “Detección de emociones en poemas” se incluyen aquellas expresiones gráficas y escritas que les ha generado a los estudiantes las letras del poema, compartiendo y expresando entre ellos las emociones y sentimientos que han detectado (expresión colectiva), ya que es una actividad que se realiza en parejas. También abarca la representación y sensibilidad que poseen acerca de la mujer reflejándolo de manera libre (escrita o gráfica). (Clares, 2014). Los relatos permiten que las personas puedan sentir emociones con lo que están escuchando y percibir lo que el personaje está sintiendo, así mismo pueden manifestar lo que siente con mucha más libertad, ya que relata lo que otra persona pasa (ver tabla 10).

Tabla 10

Categoría “Detección de emociones en poemas”

Actividad 3: Dibujando Emociones			
Categoría: “Detecciones de emociones en poemas”			
Expresión gráfica	Subcategoría	Observaciones	Referente Teórico
 	<p>“Elegimos esta carita porque hay partes en donde nos sentimos identificadas como mujeres”, “Nos agradó como se expresó hacia la mujer con pocas palabras nos entusiasmó al leer porque no solo se identifica una mujer sino muchas”,</p>	<p>Los estudiantes expresaron de forma gráfica y escrita las emociones que sintieron al leer el poema, muchos de los comentarios van dirigidos hacia emociones de felicidad y alegría, además que la mayoría de las chicas se identificaron con la descripción que da el poema de la mujer, solo una persona no estuvo de acuerdo con las palabras del poema como descripción de la mujer y de las madres.</p>	<p>La poesía y su didáctica tienen una doble vinculación con la educación emocional. Por un lado, el contenido temático de la poesía permite explorar el mundo interior del ser humano y desarrollar la conciencia emocional del adolescente. Por otro lado, la construcción estética de la poesía produce emociones en el lector, permitiendo el desarrollo de una sensibilidad artística indispensable para la lectura activa y amena. Zaldibar (2017)</p>
 	<p>“Representa la felicidad la alegría, la emoción, porque la mujer es única, que tiene muchos sueños que quiere cumplir y salir adelante sola, es fuerte y no se rinde jamás”, “No describe lo que es una mujer o madre”,</p>	<p>Por otro lado surgen otras emociones tales como agradecimiento, entusiasmo y agrado</p>	
	<p>“Alegria y agradecimiento al leer el poema”</p>		

Las emociones positivas son la base para la resolución de problemas de manera creativa, fortalecen la resiliencia, y el afrontamiento, es decir que las emociones positivas se contraponen a los efectos de las emociones negativas, permitiendo que el pensamiento acción en las personas se amplie.
Barragan y Morales (2014)

La categoría “Percepción de emociones en la música”, contiene la elección de las canciones que han realizado los grupos de estudiantes y su expresión escrita del por qué han elegido dicha canción, en pocas palabras qué les ha despertado cada una de sus letras, que hechos o acontecimientos refleja de la realidad y afloran en ellos lo que sienten e interpretan de la vida misma. (Clares, 2014). Percibimos las emociones en la música, como algo que fluye a partir de la experiencia perceptiva. Por lo tanto es un caso percepción significativa. Gomila (2018) (ver tabla 11).

Tabla 11

Categoría “Percepción de emociones en la música”

Actividad 4 La emoción de la música			
Categoría: “Percepción de emociones a través de la música”			
Subcategorías	Registro/Citas	Observaciones	Referente teórico
Emociones agradables	“Me incentiva, me motiva, al momento de escucharla, me encanta el baile”, “Me produce felicidad”, “Me gusta porque me recuerda a la abuela, y me pone a pensar”, “Me gusto la canción porque me gusta el ritmo”, “Cuando la escucho me hace sentir feliz”,	Emociones tales como la felicidad y alegría son las que más se describen en esta actividad en donde la música viene a ser la promotora, además de tener un vínculo de expresión a través del baile.	Fernandez (2019) La música sirve para comunicarse y para compartir emociones, la música une y reúne a las personas de igual manera se comparten emociones a través de la música, estimula la creatividad, agiliza la mente y la búsqueda de soluciones frente a diversas situaciones problemáticas. Las emociones pueden ser positivas o negativas y con distinta intensidad. Las emociones positivas inducen conductas de cercanía y las negativas, conductas de retirada. Custodio y Cano (2017)
	“Habla de los que Dios miro en nosotros y que nosotros no somos nada sin Dios , sin el no hay vida”, “Trata que sin Dios nada somos que sin el nada sentimos, que sin Dios no hay vida”	Algunos de los participantes asociaron la música con el pensamiento de alguien superior	La música puede abordar una vasta variedad de objetivos y funciones sociales. Por ejemplo, sirve de acompañamiento en celebraciones e incluso, se utiliza para invocar dioses. En este sentido, sirve como vehículo para comunicar creencias, valores y formas de comportamientos. Gerrero et.al (2021)
	Esta canción nos dice que debemos querernos a	La musica en este caso se vinculo a las	Entonces, la música es la práctica humana que por


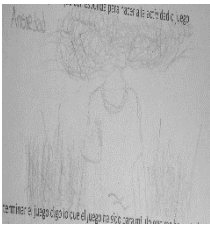

	<p>nosotros mismos primero y luego a los demás. Habla del amor propio”, “Me gusta porque así uno puede tener esperanzas de que podemos tener oportunidades en el amor. Me gusta la música porque se ve los jóvenes enamorados</p>	<p>relaciones entre pares y hacia si mismos como parte de la autoestima</p>	<p>medio de la construcción auditiva- temporal, fomenta valores primarios como son el placer o el gusto, el auto-crecimiento y el autoconocimiento. Gerrero et.al (2021)</p>
Subcategorías	Registro/Citas	Observaciones	Referente teórico
Emociones Desagradables	<p>“Elegí esta canción porque hace sentir nostálgico”, “Elegí esta canción porque me hace sentir nostálgico”,</p>	<p>La emoción de la nostalgia esta vinculada a valora la ausencia de personas que tiene cierto valor en las relaciones interpersonales y la ausencia percibida ante la separación o muerte.</p>	<p>Percibimos en la música cualidades expresivas: como música alegre, o triste, o nostálgica, o frustrate, o anhelante, o agitada o amorosa. Esta dimensión es intrínseca en el mismo sentido en que lo que experimentamos al oír lo que estoy diciendo no son vibraciones acústicas sino significados: en la experiencia de la música no podemos separar la percepción de sonidos de la expresión emocional. (Gomila, 2018, p1).</p>
	<p>“Habla del amor hacia la pareja , son muchos sentimientos me pone triste al escucharla”,</p>	<p>Algunos participantes vincularon la canción que escucharon con la emoción de la tristeza y la relación de pareja,</p>	<p>La música tiene la capacidad de provocar en todos nosotros respuestas emocionales. Las emociones pueden ser positivas o negativas y con distinta intensidad. Las emociones positivas conllevan a conductas de cercanía y las negativas, conductas de</p>

			retirada. Custodio y Cano (2017)
Valoración de la actividad	<p>“Me gusta la música muy bonita, me gusto compartir con mis compañero”, “Me gusto saber las diferentes emociones que generan las canciones”, “Me gusto compartir con los compañeros”, “Fue muy bonito ya que compartimos”, “Es interesante las emociones que se puede causarnos una música”, “Se puede sentir varias emociones con diferentes cosas, descifrar que siento con diversas cosas”,</p>	<p>Los estudiantes manifestaron el gusto que les dio el poder compartir con los compañeros esta actividad y explorar las emociones que les produjo el escuchar la letra y música de las canciones elegidas</p>	<p>La música tiene la capacidad de provocar en todos nosotros respuestas emocionales. Custodio y Cano (2017)</p>

La categoría “Elección de emociones” incluye aquellas emociones que han escogido y han representado de manera gráfica, se incluye la expresión emocional y sensibilidad libre del compañero al elegir la emoción y del otro al representarla, de acuerdo con la manera en cómo la asocien teniendo en cuenta su contexto, sus sentimientos y emociones en su presente. (Clares, 2014) (Ver tabla 12)

Tabla 12

Categoría “Elección de emociones”

Actividad 5 Emociones en Pareja			
Categoría: Representación de emociones			
Expresión Gráfica	Expresión escrita	Observaciones	Referente teórico
Emociones Desagradables Rabia		No expreso la relación entre la emoción y el dibujo	Los estudiantes representaron emociones tales como la rabia ansiedad y miedo emociones ligadas a los aspectos desagradables
Ansiedad		La imagen representa la ansiedad porque como vemos hay una persona como sin cabeza porque diríamos en nuestra cabeza pasa un sinnúmero de cosas, nos imaginamos y nos perturba. También la ansiedad en ocasiones es incontrolable	
miedo		Esta imagen representa el miedo porque hay una niña asustada	

Valoración de la actividad	Observaciones	Referente Teórico
“Me llamo la atención muy interesante”, “Ha sido un juego muy entretenido y divertido”, “Ha sido muy bueno y reflexivo”, “Me pareció muy dinámico”, “Me gustó porque pudimos compartir entre compañeros y juntos aprendimos sobre las emociones”, “Me agrada aprender a describir una persona por una imagen”	Los participantes comentaron que la actividad fue constructiva para ellos en cuanto a la identificación de las emociones, el dinamismo y la interrelación entre pares.	Una habilidad que se desarrolla a lo largo de la vida del individuo es la conciencia emocional, ésta es una construcción psicológica que se inicia desde el nacimiento y es definida como la destreza que tiene una persona al identificar y expresar sus propias emociones y las de los otros. Plata et. al (2010)

Los niveles de expresión y comunicación encontrados antes y después de la aplicación del programa DESEMFÉ especialmente en lo cuantitativo muestra que los participantes tuvieron un incremento notable sobre todo en los hombres y las mujeres se mantuvieron en sus niveles. En cuanto a los resultados obtenidos por los cuatro factores (emociones propias, emociones percibidas en otros, habilidades de lectoescritura y expresión emocional oral y escrita) se observa que hay un aumento leve en cada uno de estos factores siendo significativo en emociones percibidas en otros y el aumento de la percepción de las emociones de otros, entender lo que sucede ante un conflicto y lo que pasa alrededor, se fortalece el nivel medio y alto en cuanto a las habilidades de lectoescritura; en la expresión emocional oral o escrita se fortalece el nivel medio destacando un aumento significativo en la escritura de los sentimientos.

Los resultados observados en los datos cualitativos demuestran que los estudiantes identificaron emociones básicas, asociaron las imágenes con situaciones cotidianas, relacionaron algunas fotos con emociones vividas y sentidas propias de la edad y el contexto en el que se encuentran. En la primera categoría, “Percepción de las emociones por medio de la foto

expresión” los participantes identificaron emociones tales como la frustración, la sorpresa, el miedo y otras, hacen mención al alcance de los logros, el bullying, conflictos intrafamiliares y de pareja, la culpa no como emoción sino como sentimiento de arrepentimiento y resaltan la satisfacción al compartir en grupo.

En la categoría “Las palabras escondidas” los estudiantes realizaron los procesos de análisis y síntesis acorde con las imágenes que se les presento, describieron escenas y situaciones, hicieron comparaciones e inclusive críticas hacia las imágenes que veían.

En la tercera categoría “Detección de emociones en los poemas” los participantes se identificaron con lo que describía el poema, cabe resaltar que los comentarios entre los jóvenes y las señoritas son diferentes, mientras las mujeres se identificaron con algunas de las descripciones y otras cuestionaron lo escrito en el poema los hombres elogiaron las palabras dichas hacia la mujer,

En la cuarta categoría “La emoción de la música” los estudiantes asociaron la canción con las emociones sentidas, recrearon historias vividas, evocaron personas y situaciones, expresaron la alegría de trabajar en grupo y participaron activamente.

En la quinta categoría “Representación de las emociones” los participantes no solo identificaron sus propias emociones si no que identificaron las emociones que deseaban transmitir los compañeros y las expresaron de manera grafica sin importar si estas eran positivas o negativas.

Triangulación de los resultados

En este apartado es necesario realizar una agrupación de resultados en términos de triangulación, organizándolo en bloques, tomando como medida las siguientes combinaciones

Tabla 13

Matriz Triangulación de resultados

Resultados Cuantitativos	Referente Teórico	Resultados Cualitativos	Referente Teórico
Sentimientos Propios	Bisquerra (2003) menciona que el reconocimiento de las emociones propias es parte de La conciencia Emocional y del desarrollo de la empatía y reconocimiento de las emociones de los demás.	Emoción Música	Fernández (2019) La música sirve para comunicarse y para compartir emociones, la música une y reúne a las personas de igual manera se comparten emociones a través de la música, estimula la creatividad, agiliza la mente y la búsqueda de soluciones frente a diversas situaciones problemáticas

	<p>Valles (2005) hace referencia al proceso de lectura como uno de los componentes que los adolescentes deben desarrollar en su vida escolar ya que les permitirá clasificar información, explicar, evaluar y comparar entre muchos procesos más, por otro lado la lectura también esta ligada al aspecto emocional. La comprensión lectora se convierte en parte fundamental para crecer o decrecer</p>	<p>Palabras que Expresan Realidades</p>	<p>Los procesos de análisis y síntesis dependen en gran medida de tres elementos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) La información y conocimientos previos que posee el individuo o grupo que llevará a cabo la tarea. 2) Su habilidad en la percepción del detalle y las relaciones entre elementos propios de la realidad objeto de estudio y de otros ajenos a ella y 3) Los objetivos del estudio o lectura, que ayudarán a establecer criterios para seleccionar la información relevante y organizarla en la construcción de la síntesis. <p>Estos elementos determinan variabilidad del contexto en el que se realiza el proceso de análisis y síntesis. Además, la persona o grupo de personas que realicen el proceso de análisis y síntesis deben poseer habilidades tales como curiosidad, agudeza de percepción sensorial, atención, capacidad de discriminación Morales (2013)</p>
<p>Sentimientos En Otros</p>	<p>Según Bisquerra (2003) La inteligencia interpersonal, es el tener buenas</p>	<p>Emociones en Pareja</p>	<p>Rime sostiene que la gente desea y necesita compartir las emociones, es decir que cuando sucede algo importante es necesario</p>

<p>relaciones con otras personas por lo que las habilidades sociales y comunicaciones afectivas hacen parte de este proceso</p>		<p>compartirlo con otros. Martinez (2011)</p>
	<p><i>Fotos Que Hablan</i></p>	<p>Martinez (2011) sostiene que las personas comunican las emociones para sentirse mejor. Las emociones son adaptativas de acuerdo a las circunstancias que vive la persona. Al vivir una situación intensa, se rememora constantemente no importa si esta es positiva o negativa, aunque las emociones negativas tienen un impacto más duradero en la vida, pues tienen un mayor impacto y persistencia en el tiempo ya que son más intrusivos y afectan de forma más directa.</p>
<p>Expresión Oral Y Escrita</p>	<p>Gonzales et al. (2013) Plantea que el desarrollo de las habilidades comunicativas ya sean orales o escritas llevaran a los estudiantes a un mejor aprovechamiento ya que permitirá una amplia comprensión de los conocimientos adquiridos,</p>	<p>Emociones En Poema</p> <p>La poesía y su didáctica tienen una doble vinculación con la educación emocional. Zaldibar (2017)</p>

En el primer bloque encontramos en los datos cualitativos sentimientos propios junto con los datos cuantitativos de la emoción de la música, se encuentra que la identificación de las emociones propias trae consigo el reconocimiento de las emociones que perciben de si mismo es

decir que aporta al autorreconocimiento (Bisquerra, 2003) y al de los demás siendo la actividad de la música en donde los jóvenes pudieron identificar de forma más clara las emociones que sentían ya que la música está ligada al componente afectivo Fernández (2019) contribuyendo fundamentalmente con las relaciones interpersonales, la música es un canal para expresar emociones y tiene la capacidad de reunir a las personas con fines similares, (convirtiéndose en una necesidad para el ser humano) Clares (2015), crea la capacidad de resolver conflictos, factor determinante en la construcción de estrategias de afrontamiento frente a situaciones problema en diferentes contextos. Clares y Ortiz (2020).

En el segundo bloque se relaciona la categoría cualitativa “Habilidades Lectoescritora” en el que se destaca que los estudiantes deben hacer uso de muchos procesos cognitivos tales como clasificar, comparar, imaginar y otros que ayudan a que la comprensión lectora sea mucho más enriquecedora no solo en el aspecto intelectual sino en el emocional ya que la lectura le permite a los estudiantes percibir diversas emociones y al mismo tiempo animarse a expresarlas. El factor cuantitativo “Palabras que Expresan Realidades” en el que los participantes deben hacer uso del análisis y la síntesis como procesos de comprensión en el que se ven vinculadas las propias experiencias, la agudeza, la atención y la discriminación. Morales (2013). Se destaca que el grupo de estudiantes tuvo una mejoría en el aspecto de la comprensión lectora gracias a la aplicación de la actividad del programa se han fortalecido esas habilidades que el estudiante necesita en su desafío diario, llegando a ser un potencializador de los procesos de aprendizaje como lo describe García, R; García-Robelo, O. (2020).

En el tercer bloque el factor “sentimientos en otros” , será comparada con la categoría de análisis “percepción de las emociones por medio de la foto expresión” y “emociones en pareja” pues en ambas actividades se involucran terceras personas, parte de la inteligencia emocional es

tener buenas relaciones con los demás pues fortalecen las habilidades sociales. Bisquerra (2003), estas actividades son importantes para el desarrollo de la expresión y comunicación en los adolescentes ya que suelen relacionarse mucho mas con otros de su misma edad Martínez (2011) por lo que la actividad de las fotos que hablan, la cual consiste en identificar las emociones demostradas en cada fotografía, les permite a los participantes identificar varias emociones tanto positivas como negativas y exteriorizarlos Clares (2014), en la actividades “emociones en pareja” los participantes representan a través de un dibujo la emoción que su compañero a escogido permitiéndole a los estudiantes fortalecer habilidades sociales tales como el respeto por los demás, la comunicación receptiva y expresiva así mismo el comportamiento prosocial. Bisquerra (2003).

Estas actividades les permitieron a los jóvenes identificar diversas emociones propias y de otros, fortaleciendo las habilidades y competencias emocionales, mejorando las relaciones entre compañeros, el entendimiento y la aceptación, además de fomentar la integración, crear un ambiente de unidad, respeto y empatía fundamentales para el desarrollo socioemocional de los adolescentes. Clares (2018)

En el cuarto bloque , se relaciona el factor “expresión emocional oral y escrita” con la categoría “emociones en poemas”, dado a que esta actividad busca que los estudiantes expresen libremente de manera gráfica y escrita las emociones generadas a través de la lectura del poema, en el que los participantes a través de la expresión escrita y grafica manifiestan las emociones que identificaron de manera colectiva. Los relatos producen sentimientos que se perciben a través de las vivencias de los personajes, dándole mas libertad de expresar las emociones. Clares (2018). Por lo que se identifico un aumento en la seguridad al expresar las emociones en el grupo en general contrastando los resultados entre los resultados cuantitativos y los cualitativos en el que

se identifica que hay una doble vinculación en la educación por un lado le permite explorar las emociones internamente y por el otro le da la oportunidad de fomentar la lectura activa y amena.

Zaldibar (2017)

Los resultados encontrados se mencionaran a continuación teniendo como base los referentes teóricos mencionados, analizando la expresión y comunicación de las emociones de los estudiantes de grados 10 y 11 de la Fundación Jabes en Bolivia a través de la aplicación del programa DISEMFE en el que los estudiantes identificaron emociones propias y de otros a través de la participación de las actividades realizadas.

Es necesario reconocer las consecuencias que se genera cuando un adolescente no comprende ni reconoce sus emociones y la importancia de buscar herramientas que le permitan identificar y expresar las emociones Al identificar y expresar las emociones el adolescente desarrolla la capacidad de resolver conflictos y adaptarse al contexto que lo rodea. (Ortiz 2019).

El primer hallazgo encontrado hace referencia al aumento que se encuentra en el nivel de expresión de las emociones en el género masculino poco común en otras investigaciones Gartzia et al (2013) evidencia que existen diferencias en la expresión de la comunicación y en la Inteligencia Emocional entre hombres y mujeres, pero que al parecer estas diferencias se establecen de acuerdo a los estereotipos que se tienen entre géneros. Las mujeres en la expresión tienen rasgos como la sociabilidad, atención a las necesidades de los demás, sensibilidad y empatía por otro lado los hombres presentan rasgos en cuanto a la asertividad y alta ambición al cumplimiento de la tarea, lo que hace que las mujeres se inclinen a ser más emotivas en cuanto a la expresión de las emociones. Pero que sin embargo el programa muestra que le permite a los participantes expresar las emociones sin estereotipos de género

Otros hallazgos encontrados después de la aplicación del programa se evidencia el aumento mediano de la percepción de si mismos, el fortalecimiento de las relaciones interpersonales y la resolución de conflictos de manera más asertiva así mismo la expresión de las emociones en público. Arias (2017) en una investigación realizada a jóvenes de 15-17 años en la ciudad de La Paz determino que aquellos jóvenes que tienen un conocimiento intrapersonal adecuado generan un buen autoconcepto, buena autoestima y se muestran autorrealizados. Aquellos que generar una alta capacidad para resolver problemas generan lazos con los compañeros y maestros, manejan la tensión, sostienen relaciones interpersonales sanas y empáticas, además de generar compromiso social.

Queda demostrado que la aplicación del programa DISEMFE es una herramienta útil para que los adolescentes puedan expresar sus emociones a través de las diversas actividades que desarrollan, permitiéndoles tener espacios creativos y de interacción con sus pares.

Discusión

Los resultados cuantitativos después de la aplicación del programa DISEMFE arrojan un leve aumento en la expresión y comunicación de las emociones en los estudiantes de la fundación Jabes especialmente en los hombres en quienes se ve un aumento significativo en los niveles medios indicando que los hombres identificaron sus emociones, las expresaron y comunicaron de una forma más abierta que las mujeres, teniendo en cuenta el contexto cultural en el que los jóvenes se encuentran es importante destacar este hallazgo. Suverbiola manifiesta que existen diferencias significativas entre hombres y mujeres en cuanto a aspectos tales como inteligencia emocional y expresión de las emociones debido a los roles socioemocionales establecidos para cada género. Estos roles tienden a responsabilizar a los hombres de aspectos físicos más que sentimentales y a las mujeres de aspectos como el cuidado, la afectividad y aspectos emocionales. Perez et, al, (2019)

En lo que se refiere a la percepción de las emociones en otros es decir el tener en cuenta lo que pasa alrededor de ellos tuvieron un aumento demostrando que la competencia social que es la base para la empatía y el respeto por otros pueden fomentar en los ambientes escolares una base para la resolución de conflictos y el mejoramiento del ambiente escolar, otros factores tales como habilidades de lecto escritura la expresión oral y escrita también tuvieron incremento entendiendo que el aprendizaje está ligado a la motivación ya que el ambiente en el que se llevó a cabo la actividad fue de total distensión, generando confianza y expectativa entre los estudiantes quienes lograron participar de manera abierta y activa, con lo cual se demuestra que hay un componente emocional que marca el interés o desinterés por el aprendizaje.

De acuerdo a los resultados obtenidos en la aplicación del programa DISEMFE queda demostrado que es necesario seguir fortaleciendo la aplicación de actividades que fomenten la expresión y comunicación de las emociones pues el impacto que genera es positivo, permitiéndole a los adolescentes tomar decisiones acertadas, generar actitudes positivas, disminuir la tensión emocional, generar espacios de comunicación contribuyendo al crecimiento socioemocional y por ende a la construcción de ambientes escolares más óptimos para el aprendizaje.

Conclusiones

Discutidos los resultados se puede concluir que los estudiantes de la muestra tuvieron una leve pero importante mejoría en la expresión y comunicación de las emociones después de la aplicación del programa DISEMFE en todas las actividades en general. El grupo tuvo una participación positiva en cada una de las actividades tanto en las de carácter individual como en las de carácter grupal haciendo que el ambiente fuera menos tenso y más relajado en el momento del desarrollo. Se encontraron hallazgos muy significativos: un aumento del interés por la lectura, un aumento en la expresión en general especialmente de los varones, la identificación con las actividades grupales especialmente aquellas que tenían relación con el arte como la música, dibujo y poesía, y una cohesión grupal especialmente por estar en medio de la pandemia.

Además de los resultados obtenidos se debe tener en cuenta que el carácter de las investigaciones debe aportar a tres espacios: la sociedad, la ciencia (psicología) y a los participantes mismo. En cuanto a la sociedad la investigación sienta las bases para el análisis de una política educativa mas enfocada en tener en cuenta las emociones como un factor determinante en el contexto educativo, ya que influye no solo en los procesos de aprendizaje sino en las relaciones interpersonales hacia las autoridades y pares, obteniendo como resultado un rendimiento académico más óptimo y estudiantes con la capacidad de resolución de conflictos en un marco de respeto y empatía.

En la ciencia es decir en la Psicología, se fortalece mucho más la visión del ser humano como un ser holístico e integral en el que convergen todas las áreas biopsicosociales en el que la expresión y comunicación de las emociones se convierte en un área fundamental en el desarrollo

integral de los adolescentes ya que le permite afrontar con mayor responsabilidad la transición hacia la vida adulta.

Frente a la participación de esta investigación se resalta el rol como psicóloga en formación frente a las diversas problemáticas existentes en el contexto educativo en el que si bien es cierto hay varios profesionales, es necesario evidenciar que el papel del psicólogo frente a las dificultades socioemocionales es de vital importancia, ya que se establecerían diversas interacciones frente a esta problemática, contribuyendo así a una resolución satisfactoria, que lleve a mejorar el ambiente escolar.

Recomendaciones

Al culminar esta investigación y al tener un panorama mas amplio en cuanto al papel tan importante de las emociones a lo largo de la vida es necesario enfatizar en la importancia que tiene el hecho que las diversas áreas científicas puedan tener en cuenta el trabajo a profundidad en cuanto a la expresión y comunicación de las emociones. Los adolescentes estan en desarrollo de su propia personalidad e identidad y es necesario el acompañamiento por parte de padres, maestros y profesionales que contribuyan a que el proceso por que el que cruzan sea mas placentero y lleno de aciertos para a si forjar personas de bien para la sociedad.

Es necesario tomar acciones en el contexto educativo en cuanto al desarrollo de un mejor ambiente tanto entre pares como entre docentes y estudiantes dado que queda demostrado que el vinculo emocional existente incide en el rendimiento académico de los estudiantes.

Se reconoce el esfuerzo de varios países por tomar en cuenta dentro de sus políticas públicas el área socioemocional en los adolescentes, sin embargo animamos a que estas políticas profundicen mucho mas en cuanto a la ayuda pertinente que se debe dar tanto a niños como adolescentes sabiendo que de estas políticas se fortalece el tejido social creando comunidades mas justas y equitativas en donde se garantice el cuidado de los individuos de manera física, mental y emocional.

Limitaciones

La pandemia debido al COVID fue uno de los limitantes mas fuertes ya que no se podía realizar las reuniones con todos los jóvenes como se tenia planeado, lo cual intensifico un poco más el desarrollo de la aplicación del programa DISEMFE y por lo tanto tambien el desarrollo del trabajo escrito.

Las pocas investigaciones realizadas en expresión y comunicación de las emociones en Bolivia y otros países latinos hizo un poco difícil la contrastación de los resultados, demandando bastante tiempo en la búsqueda.

Referencias

- Andrade, J., Gonzales, J., Calle, D. (2019). Relación entre habilidades para la vida y riesgos vitales en adolescentes escolarizados de la ciudad de Armenia. *Psicogente*.
<https://doi.org/10.17081/psico.22.42.3490>
- Arrarás, JI., Manrique, E, (2019). La percepción de la depresión y de su tratamiento. Recuperado de: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272019000100001
- Arenas, A., Pantoja, T (2020). Alegría, tristeza, ira, miedo y sorpresa: cinco emociones primarias desde la voz de un grupo de niñas y niños de la ciudad Popayán (Cauca) y Pereira (Risaralda) de Colombia. Recuperado de:
<https://repositorio.utp.edu.co/server/api/core/bitstreams/602b698d-8509-44dd-915c-ae0901e43219/content>
- Arias, E, Hincapié, D, Paredes, D.(2020). Educar para la vida: El desarrollo de las habilidades socioemocionales y el rol de los docentes. Recuperado de:
<https://publications.iadb.org/publications/spanish/document/Educar-para-la-vida-El-desarrollo-de-las-habilidades-socioemocionales-y-el-rol-de-los-docentes.pdf>
- Arias, S. (2017). Relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico.
<https://repositorio.umsa.bo/handle/123456789/14884?show=full>
- Arrabal, E (2018) Inteligencia Emocional. Recuperado de:
https://books.google.es/books?id=bp18DwAAQBAJ&dq=que+es+la+frustracion+y+como+afecta+a+las+emociones&lr=&hl=es&source=gbs_navlinks_s

- Astudillo-Calderón, F., Chasi-Zurita, J., Flores-Roha, L. (2020). La enseñanza y la gestión de emociones . <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7659410>
- Barragán Estrada, Ahmad Ramsés; Morales Martínez, Cinthya Itzel (2014) Psicología de las Emociones Positivas: Generalidades y Beneficios. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/292/29232614006.pdf>
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. Revista de Investigación Educativa, Vol. 21, n.º 1, págs. 7-43. <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071>
- Bisquerra, Rafael , (2012). La Inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia, Barcelona, <https://faros.hsjdbcn.org/adjuntos/2232.1-Faros%206%20Cast.pdf>
- Bisquerra Rafael, (2019) La emoción que más predispone a los conflictos es la ira. Recuperado de: <https://mamasrealesblog.com/2019/05/14/rafael-bisquerra-la-emocion-que-mas-predisponde-a-los-conflictos-es-la-ira/>
- Berrocal, Fernandes P, (2021). La importancia de la Inteligencia Emocional para la Psicología. Recuperado de: http://intersecciones.psi.uba.ar/index.php?option=com_content&view=article&id=294:entrevista-a-pablo-fernandez-berrocal-la-importancia-de-la-inteligencia-emocional-para-la-psicologia-&catid=23:edicion-especial-vi-congreso-de-investigaciones&Itemid=1
- Bordignon, Nelso A. (2005) El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto Revista Lasallista de Investigación, vol. 2, núm. 2, julio-diciembre, 2005, pp. 50-63 Corporación Universitaria Lasallista Antioquia, Colombia. <https://www.redalyc.org/pdf/695/69520210.pdf>

Crawford, E. (2005). Making and Mistaking Reality: What is Emotional Education? *Interchange*,

DOI: 10.1007/s10780-005-2341-3

Chóliz, M. (2005). *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. Universidad de Sevilla.

<https://www.uv.es/choliz/Proceso%20emocional.pdf>

Cáceres M., García, R., García-Robelo, O. (2020). El manejo de la inteligencia emocional en los

estudiantes de secundaria. Un estudio exploratorio en una telesecundaria en México.

Recuperado de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-

[86442020000300312&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442020000300312&lng=es&tlng=es).

Clares López, J. (2015) *Expresión y Comunicación Emocional como Estrategia Personal para la Prevención de Dificultades Socioeducativas*.

https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/44769/CIECE_01.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Clares López, J. (2018) *La Expresión y comunicación de las emociones como base de la creatividad*. http://congreso.us.es/ciece/lib_Ciece_17.pdf

Custodio, Nilton, & Cano-Campos, María. (2017). Efectos de la música sobre las funciones cognitivas. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 80(1), 60-69.

<https://dx.doi.org/10.20453/rnp.v80i1.3060>

Domínguez López, M. (2018) *No normalidad y Patología de las Emociones en la Infancia y Adolescencia*, *Revista de expresión y comunicación emocional* No 2

http://institucional.us.es/aiece/web/wp-content/uploads/2018/09/RE_N205.pdf

Feandalucía, Federación de enseñanza de Andalucía, (2010). *La comunicación y el Lenguaje*.

Temas para la educación. <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7569.pdf>

- Fernandez, A., Dufey, M., & Mourgues, C. (2007). Expresión y reconocimiento de emociones: un punto de encuentro entre evolución, psicofisiología y neurociencias.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=1793/179317882002>
- Fernandez, A. M. (2019). La autorregulación emocional de las juventudes a través de la música.
<https://www.redalyc.org/journal/5611/561159309015/html/>
- Fonseca, R, Prieto,. (2010), Las emociones en el investigador humanista.
<https://www.redalyc.org/pdf/737/73715084008.pdf>
- Fragoso-Luzuriaga, R.,(2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto? Revista Iberoamericana de Educación Superior, VI (16), 110-125. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=299138522006>
- Gaete, V,. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. Revista Chilena de Pediatría.
<https://scielo.conicyt.cl/pdf/rcp/v86n6/art10.pdf>
- García, O,. (2020) . El manejo de la inteligencia emocional en los estudiantes de secundaria. Un estudio exploratorio en una telesecundaria en México. <http://orcid.org/0000-0003-3860-7054>
- Giesecke Sara Lafosse, Mercedes P,. (2020). Elaboración y pertinencia de la matriz de consistencia cualitativa para las investigaciones en ciencias sociales. Desde el Sur, 12(2), 397-417. <https://dx.doi.org/10.21142/des-1202-2020-0023>
- Goleman, D. (1996). Inteligencia emocional. Kairos , S.A.
https://books.google.com.co/books?id=YuybDwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false

Gomila, Antoni.(2008). Musica y Emocion: El Pproblema de la Expresion y la Perspectiva de Segunda Persona1. <https://www.redalyc.org/journal/5529/552969184006/html/>

González Jaimes, Elvira Ivone, Hernández Prieto, María de Lourdes, & Márquez Zea, Juan. (2013). La oralidad y la escritura en el proceso de aprendizaje: Aplicación del método aprende a escuchar, pensar y escribir. *Contaduría y administración*, 58(2), 261-278. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-10422013000200011&lng=es&tlng=es.

Güemes-Hidalgo, M; González-Fierro, M; Hidalgo-Vicario, M; Mesa, J. (2015). Inteligencia Emocional, Rasgos de Personalidad e Inteligencia Psicométrica en Adolescentes. Recuperado de: <https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/310420/TJRMJ.pdf>

Güemes-Hidalgo,M; González-Fierro, M; Hidalgo Vicario, M. (2017). Pubertad y Adolescencia. *Adolescere. Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia*, <https://www.adolescenciasema.org/ficheros/REVISTA%20ADOLESCERE/vol5num1-2017/07-22%20Pubertad%20y%20adolescencia.pdf>

Guerrero V., Orlando L., M.Sc. Mendoza V. (2021). Efecto de la música en el comportamiento del ser humano. Recuperado de: <file:///C:/Users/luzar/Downloads/135-Artigo%20de%20Pesquisa-432-2-10-20201002.pdf>

Guzmán-González, M; Carrasco, N; Figueroa, P; Trabucco, C; Vilca, D. (2016) Estilos de Apego y Dificultades de Regulación Emocional en Estudiantes Universitarios. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/967/96745598001.pdf>

Hernández Peña, Odalys, Hernández Montero, Gisel, & López Rodríguez, Ernesto. (2019). Ruido y salud. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 48(4), e431. Epub 01 de diciembre de 2019.

Recuperado en 01 de mayo de 2022, de

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572019000400019&lng=es&tlng=es.

Jerez, M., Oyarzo, B. (2015) Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. Recuperado de:

<https://scielo.conicyt.cl/pdf/rchnp/v53n3/art02.pdf>

LEY N° 548 de 2014, CÓDIGO NIÑA, NIÑO Y ADOLESCENTE. :

<https://www.migracion.gob.bo/documentos/pdf/1548.pdf>

Librada M., Garcia R., Garcia O., (2020). El manejo de la inteligencia emocional en los estudiantes de secundaria. Un estudio exploratorio en una telesecundaria en México.

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442020000300312&lang=es#B9

Lozano, A. (2014). Teoría de teorías sobre la adolescencia.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=195/19531682002>

Machado, C, (2018). Creatividad y Emociones, una nueva realidad en el Ámbito Escolar.

http://institucional.us.es/aiece/web/wp-content/uploads/2018/09/RE_N201.pdf

Martínez S, F. (2011). El uso compartido de la emoción: ¿Por qué necesitamos compartir las emociones?. http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-42212011000200009&lng=es&tlng=es.

Martorell, J y Prieto, J.,(2010). Fundamentos de la Psicología.

<https://books.google.com.pe/books?id=ylqnDAAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>

Márquez-Cervantes, M y Gaeta-González, M. (2018) Competencias emocionales y toma de decisiones responsable en preadolescentes con el apoyo de docentes, padres y madres de familia: Un estudio comparativo en estudiantes de 4° a 6° año de educación primaria en España. <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-1.9>

Méndez, M.,. (2016). Apunte de Cátedra: La Teoría de la Personalidad de Carl Rogers [Postítulo en Psicoterapia Humanista Transpersonal, Universidad Diego Portales], 1-9.

Moran-C, L y Ortiz Cerón, D´., (2020). Relación entre Manejo de emociones- sentimientos y relaciones interpersonales en adolescentes escolarizados de una Institución Educativa del municipio de Pasto. <https://doi.org/10.31948/rev.criterios/27.2-art2>

Morales., M, (2013) Analisis y Sintesis.

<https://investigar1.files.wordpress.com/2010/05/anc3a1lisis-y-sc3adntesis-y-comprensic3b3n-lectora.pdf>

Navarro, K., & González, M. (2021). Emociones: Desde la sociología a la neurociencia. Revista de Sociología, <http://orcid.org/0000-0002-2370-6909>

Núñez, Luis. (2008) Pedagogía emocional: Una experiencia de formación en competencias emocionales en el contexto universitario. Universidad de Sevilla, España.

<http://institucional.us.es/revistas/cuestiones/18/05%20pedagogia%20emocional.pdf>

Ortiz-Barrero, M. y Clares, J. (2020). Experiencia de Expresión y Comunicación Emocional con Estudiantes de Secundaria de Colombia y España Mediante el Fotolenguaje y otras

Técnicas. Programa DISEMFE.

file:///C:/Users/luzar/OneDrive/Escritorio/Proyecto%20de%20Investigaci%C3%B3n/libCiece19.pdf

Papalia, D; Martorell G. (2017). Desarrollo Humano.

<http://www.untumbes.edu.pe/vcs/biblioteca/document/varioslibros/0250.%20Desarrollo%20humano.pdf>

Pérez, F. y Clares, J. (2015). Programa DISEMFE: expresión y comunicación emocional. Una experiencia en secundaria. http://congreso.us.es/ciece/Publicacion_CIECE_2015.pdf

Plata, C., Riveros, C. & Moreno, J. (2010). Autoestima y empatía en adolescentes observadores, agresores y víctimas del bullying en un colegio del municipio de Chía. *Psychologia*. Universidad de la Sabana. Vol. 4 Núm. 2. doi: <https://doi.org/10.21500/19002386.1148>

Ramos, Victoriano; Piqueras, J; Martínez, A; & Oblitas, L. (2009). Emoción y Cognición: Implicaciones para el Tratamiento. *Terapia psicológica*, 27(2), 227-237.

<https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082009000200008>

Rodríguez, Z., & Rodríguez., T. (2016). Los jóvenes, la comunicación afectiva y las tecnologías: entre la ritualización de la expresión y la regulación emocional.

http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-49642016000100006

Santoya M., Yanin, G.,Miguel, y Tezón., (2018). Las emociones en la vida universitaria: análisis de la relación entre autoconocimiento emocional y autorregulación emocional en adolescentes y jóvenes universitarios. <https://dx.doi.org/10.17081/psico.21.40.3081>

- Serrano-Puche,. (2016). Internet y emociones: nuevas tendencias en un campo de investigación emergente. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=158/15847441002>
- Soler, J., Diaz, O., Escolano, E., Perez, A., (2018). Inteligencia Emocional y bienestar, Reflexiones, Experiencias Profesionales e Investigaciones. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=717005>.
- Tacca, D., Tacca, A., Alva, M., (2019). Estrategias neuro didácticas, satisfacción y rendimiento académico en estudiantes universitarios. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.18861/cied.2019.10.2.2905>.
- Vallés Arándiga, Antonio. (2005). Comprensión lectora y procesos psicológicos. Liberabit, 11(11), 41-48. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272005000100007&lng=pt&tlng=es
- Vivas García, Mireya. (2003). La educación emocional: conceptos fundamentales. Sapiens.Revista Universitaria de Investigación. <https://www.redalyc.org/pdf/410/41040202.pdf>
- UNESCO, (2021), Diagnóstico de Aprendizajes de Estudiantes Bolivianos. Recuperado de: <https://es.unesco.org/news/unesco-publica-diagnostico-aprendizajes-estudiantes-bolivianos-y-llama-abordar-desigualdades>
- Zaldívar Sansuán, R. (2017). Las actitudes de los adolescentes hacia la poesía, su didáctica y la educación emocional en la ESO. Didáctica. Lengua y literatura. Recuperado de: <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/179288/57142-114707-2-PB.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Zamorano, Raúl, Y Hernández, Karla. (2017). Comunicación y emociones como categorías sociológicas. Revista Mad. Revista del Magíster en Análisis Sistemico Aplicado a la Sociedad. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3112/311251129003>