

Asertividad y control emocional: creando un aula de paz

Carlos Antonio Reyes León

María Belén Martínez Maldonado

Asesor

Leidy Carolina Torralba Rojas

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias de la Educación ECEDU

Diplomado Práctica e Investigación Pedagógica

2024

Resumen

A continuación, se presenta un estudio, el cual tiene como objetivo promover interacciones asertivas entre los estudiantes de sexto grado del Colegio San Martín de Porres, ubicado en Cúcuta, Norte de Santander, a través de actividades de reflexión, control de la ira y manejo de emociones. La propuesta se desarrolla durante los meses de septiembre y octubre del año escolar 2024 y busca mejorar el clima escolar en un grupo de 25 estudiantes, cuyas edades oscilan entre los 11 y 14 años, que provienen de estratos económicos bajos. Esta iniciativa surge como una propuesta para resolver y prevenir problemas de convivencia, tales como actitudes agresivas y dificultades para resolver conflictos de manera pacífica. El método empleado es una intervención pedagógica basada en actividades de reflexión, de control de ira y manejo de emociones de los estudiantes. Las actividades incluyen ejercicios de autorreflexión, técnicas para el control de la ira y el desarrollo de la empatía, lo que llevará a los estudiantes a un autodescubrimiento y autogestión de emociones. Además, se plantea realizar un seguimiento para evaluar cómo estas intervenciones impactaran en la convivencia escolar y el rendimiento académico de los estudiantes. En conclusión, esta investigación desarrollada en el Colegio San Martín de Porres no solo busca una mejora en la convivencia dentro del aula, sino también una contribución en el desarrollo integral de los estudiantes, dotándolos de competencias socioemocionales que les sean útiles no solo en el ámbito académico sino también a lo largo de su desarrollo personal.

Palabras clave: Emociones, convivencia, asertividad, conflicto, reflexión.

Abstract

The following study aims to promote assertive interactions among sixth-grade students at San Martín de Porres School, located in Cúcuta, Norte de Santander, through activities focused on reflection, anger management, and emotional regulation. The proposal is developed during the months of September and October of the 2024 school year and seeks to improve the classroom environment in a group of 25 students, aged between 11 and 14, who come from low-income backgrounds. This initiative arises as a proposal to address and prevent coexistence problems, such as aggressive behaviors and difficulty in resolving conflicts peacefully. The method employed is a pedagogical intervention based on reflection activities, anger control, and emotional regulation for the students. The activities include self-reflection exercises, techniques for anger management, and the development of empathy, leading students towards self-discovery and emotional self-management. Additionally, follow-up will be conducted to assess how these interventions impact the classroom environment and the students' academic performance. In conclusion, this research conducted at San Martín de Porres School aims not only to improve classroom coexistence but also to contribute to the students' holistic development, equipping them with socio-emotional skills that will be valuable not only in the academic setting but also throughout their personal development.

Keywords: Emotions, coexistence, assertiveness, conflict, reflection.

Tabla de Contenido

Introducción	6
Diagnóstico de la Propuesta Pedagógica	8
Pregunta de Investigación.....	10
Objetivos.....	11
Objetivo General	11
Objetivos Específicos.....	11
Diálogo entre la Teoría y la Propuesta Pedagógica	12
Marco de Referencia de la Planeación Didáctica	17
Planeación Didáctica.....	20
Enfoque Didáctico	22
Implementación.....	27
Reflexión y Análisis de la Práctica Pedagógica.....	36
Conclusiones.....	41
Referencias Bibliográficas	43
Apéndices.....	47

Lista de Apéndice

Apéndice A <i>Carpeta de Evidencias de la Práctica</i>	47
---	----

Introducción

Esta propuesta pedagógica se desarrollará en el Colegio San Martín de Porres, ubicado en Cúcuta, Norte de Santander, en el barrio Toledo Plata comuna 6, este es un barrio el cual suele ser un poco inseguro, además de actos de intolerancia por parte de algunos vecinos; por ende, no es el mejor lugar, pero se puede convivir. Es un colegio privado que a pesar de serlo solo cuenta con una estructura de un piso con 10 salones en él. Cada salón cuenta con una cámara de seguridad para una continua vigilancia. Vale resaltar que es de fácil acceso, que el colegio se encuentra a escasos metros del paradero de transporte público y que a su alrededor se pueden observar la iglesia central, canchas y parques que los niños frecuentan, además de negocios de restaurantes, mercados y peluquerías.

La iniciativa de promover interacciones asertivas entre los estudiantes de sexto grado a través de actividades de reflexión, de control de la ira y manejo de las emociones de septiembre y octubre del 2024 surge como respuesta a la problemática de convivencia identificada en este grupo de 25 estudiantes, de los cuales 12 son niñas y 13 niños con edades entre los 11 a 14 años provenientes de estratos económicos 1 y 2 del grado sexto de familias que buscan una constante mejora económica desde sus trabajos como empleados o diferentes emprendimientos.

La relevancia de esta propuesta se centra en su potencial para mejorar el clima escolar, debido a que se ha podido observar que los estudiantes, a pesar de que los profesores tratan continuamente de generar espacios para el diálogo con pequeñas charlas de convivencia, los jóvenes se muestran desinteresados y poco participativos, prefiriendo mentir y ocultar los conflictos que se viven en el aula. La necesidad de un cambio es impostergable, es por ello que mediante actividades de reflexión, de control de ira y manejo de emociones se hará especial énfasis en abordar estas falencias identificadas.

La metodología empleada constará de una intervención pedagógica que abarque técnicas para el control de la ira y el desarrollo de la empatía y ejercicios de autorreflexión, lo que llevará a los estudiantes a conocerse a sí mismos y a la autogestión de emociones. Se llevará a cabo un seguimiento de modo que se pueda evaluar el resultado de estas intervenciones en la convivencia escolar y el rendimiento académico de los estudiantes. Puesto que no solo buscamos mejorar el ambiente en el salón de clases, si no que esto contribuya a la mejora continua y alza del desempeño de los alumnos.

Diagnóstico de la Propuesta Pedagógica

El Colegio privado San Martín de Porres se encuentra ubicado en Cúcuta, Norte de Santander, concretamente en el barrio Toledo Plata, de la comuna 6. Tiene una sola planta conformada con diez salones con su respectivo tablero, una cámara de vigilancia y pupitres, aunque no cuentan con herramientas tecnológicas como una sala de computación o un proyector de video. Este barrio presenta ciertos desafíos en la seguridad y actos de intolerancia por parte de algunos vecinos, aunque en general es un lugar para convivir. La economía local se conforma de pequeños negocios como tiendas, supermercados, peluquerías, papelerías y restaurantes. La población del área está compuesta por familias de pensionados, asalariados y trabajadores informales, pertenecientes a los estratos económicos 1 y 2.

El grupo objeto de estudio está compuesto por 25 estudiantes del grado sexto, distribuidos en 12 niñas y 13 niños, con edades que oscilan entre los 11 y 14 años. La mayoría de los estudiantes provienen de familias trabajadoras, donde los padres han completado su educación de bachiller. Se han detectado dificultades en el área de comprensión lectora y la resolución de conflictos entre los estudiantes, lo cual podría estar afectando el rendimiento académico. Basándose en estas observaciones, se han identificado necesidades claves. Estas incluyen el fortalecimiento del trabajo en grupo, el fomento de interacciones asertivas, el desarrollo de estrategias para la resolución de conflictos, la mejora de la comprensión lectora, y la introducción de técnicas para el manejo de emociones.

Ahora bien, en cuanto a las demandas de aprendizaje, se han logrado identificar áreas claves que necesitan apoyo inmediato. Hay una necesidad en cuanto a la mejora de las habilidades de resolución de conflictos y comunicación asertiva. Los frecuentes desacuerdos de confrontaciones verbales o físicas leves muestran una falta de herramientas para manejar las

diferencias. Esta carencia afecta el ambiente de aprendizaje en el aula y puede tener repercusiones en su desarrollo social a largo plazo. Además, las condiciones socioeconómicas y el entorno desafiante indican una demanda de habilidades para manejar y regular las emociones.

Teniendo en cuenta las observaciones realizadas en el aula, se ha hecho evidente la falta de herramientas para gestionar sus problemas de manera tranquila, lo que en ocasiones impide las actividades en grupo. El manejo emocional también es un desafío, ya que varios no logran regular sus emociones ante el estrés. Estas áreas requieren una intervención urgente para mejorar tanto el ambiente de aprendizaje como su desarrollo socioemocional.

En cuanto a la mediación actual del aprendizaje, en el aula se centra en métodos tradicionales centrados en el docente, quien muestra una actitud pasiva y no aborda de manera eficaz las necesidades de los estudiantes en cuanto a la resolución de conflictos y el control emocional. Las dinámicas grupales y debates tienden a ser guiados incorrectamente puesto que genera un ambiente más problemático que de aprendizaje. Las evaluaciones se enfocan en lo académico, olvidando el progreso en habilidades sociales y emocionales. Es importante incorporar un enfoque participativo que incluya estas competencias en el currículo diario, motivando las interacciones constructivas y el desarrollo socioemocional de los estudiantes. Un enfoque integral y participativo que abarque estas competencias en el currículo para beneficiar un ambiente de aprendizaje armonioso, constructivo y preparar a los estudiantes para enfrentar los desafíos tanto dentro como fuera del aula.

Pregunta de Investigación

¿Cómo fomentar interacciones asertivas entre estudiantes del grado sexto del colegio San Martín de Porres de Cúcuta (Norte de Santander) mediante actividades de reflexión, de control de ira y manejo de emociones de septiembre y octubre del 2024?

Objetivos

Objetivo General

Fomentar interacciones asertivas entre estudiantes del grado sexto del colegio San Martín de Porres de Cúcuta (Norte de Santander) mediante actividades de reflexión, de control de ira y manejo de emociones de agosto a septiembre del 2024.

Objetivos Específicos

Identificar el nivel de acercamiento de los estudiantes del grado sexto del colegio San Martín de Porres de Cúcuta con respecto a actividades de reflexión, de control de ira y manejo de emociones.

Movilizar el uso de interacciones asertivas en el contexto escolar del grado sexto del colegio San Martín de Porres, mediante la aplicación de actividades de reflexión, de control de ira y manejo de emociones.

Reconocer el cambio en las interacciones de los estudiantes del grado sexto del colegio San Martín de Porres luego de la implementación de actividades de reflexión, de control de ira y manejo de emociones.

Diálogo entre la Teoría y la Propuesta Pedagógica

La construcción de valores y habilidades sociales son aspectos fundamentales para una buena educación, ya que no se trata solo de transmitir conocimientos, sino también de brindar una formación en valores y habilidades socioemocionales en los estudiantes, lo que les permita desenvolverse en la sociedad actual. En este contexto, la propuesta pedagógica se centra en una pregunta crucial: ¿Cómo fomentar interacciones asertivas entre estudiantes del grado sexto del colegio San Martín de Porres de Cúcuta (Norte de Santander) mediante actividades de reflexión, de control de ira y manejo de emociones de agosto a septiembre del 2024?

La problemática de convivencia observada en este grupo muestra dificultades en las relaciones interpersonales, así como confrontaciones verbales y ocasionales agresiones físicas menores. Esta situación requiere una intervención que no solo se centre en la disciplina, sino que fomente las capacidades y habilidades que generen un cambio positivo en el entorno escolar y apoyen el bienestar socioemocional de los estudiantes. La propuesta se enfoca en mejorar el ambiente escolar por medio de un enfoque que desarrolle competencias emocionales y sociales, fundamentales para una buena convivencia y como herramienta de cambio social.

Desde una perspectiva educativa, según Bisquerra Alzina (2005), la enseñanza del control de las emociones es esencial en la formación integral. La educación emocional es un proceso continuo y permanente que busca desarrollar competencias como elemento esencial del desarrollo integral de la persona. Esta idea resalta la importancia de la inclusión del manejo de emociones en el currículo escolar, debido a que incorporar la educación emocional es clave para crear ambientes positivos y forjar componentes para el funcionamiento del proceso pedagógico.

Por su parte, Suárez Basto (2008), enfatiza la importancia de la pedagogía convivencial y la mediación transformadora en el ámbito educativo. Según la autora, la pedagogía convivencial

se centra en contrarrestar la violencia y el conflicto en la educación, fomentando escenarios que promuevan la convivencia y la paz, y transformando la visión del conflicto como una oportunidad para el cambio (Suárez Basto, 2008). Este enfoque se alinea con la propuesta de utilizar actividades de reflexión, control de ira y manejo de emociones para mejorar las interacciones entre los estudiantes.

La propuesta emerge de la observación de problemas de convivencia y dificultades en las relaciones interpersonales entre los estudiantes. Gutiérrez-Méndez y Pérez-Archundia (2015), avalan esta perspectiva, ya que en situaciones educativas en donde se consigue un entorno de apoyo mutuo y confianza entre los alumnos y el docente, los resultados académicos son mejores. Esto respalda la idea de que mejorar las interacciones puede dar como resultado una mejora en la convivencia y en el rendimiento académico de los estudiantes.

En cuanto al control de la ira, López Blanco et al. (2012) destacan que las intervenciones en el manejo de las emociones son importantes, subrayando que las intervenciones cognitivas son eficaces para el control de la ira, brindando a los individuos herramientas para controlar las emociones y conductas relacionadas con la ira. Incorporar estrategias cognitivas como parte del plan de acción no solo permitirá controlar situaciones tensas, sino también facilitar un aprendizaje más productivo.

De acuerdo con Peñalva Vélez y Vega Osés (2019), las actividades participativas son fundamentales para generar entornos de convivencia escolar. Según los autores, la promoción de la convivencia escolar debe estar relacionada con la creación de espacios participativos, lo que motiva un entorno colaborativo y reduce los conflictos. El enfoque propuesto apoya la idea de que un ambiente participativo que promueva la cooperación entre los estudiantes es primordial para mejorar la convivencia y fomentar interacciones asertivas.

Es esencial tener en cuenta el concepto más amplio de convivencia escolar, según Fierro-Evans y Carbajal-Padilla (2019), la convivencia escolar no solo implica la ausencia de conflictos, sino la creación de un ambiente donde predominen la cooperación y el diálogo entre los miembros de la comunidad educativa. Este método amplía el alcance de la propuesta al destacar la importancia de gestionar una convivencia basada en valores, que permita un aprendizaje significativo y la gestión de conflictos. Esto permite ver el conflicto como una oportunidad para el aprendizaje, en lugar de algo que debe evitarse a toda costa.

La contribución de la Fuente Arias et al. (2006) refuerza la importancia de los valores socio-personales en la convivencia escolar, porque los problemas de convivencia en la secundaria están relacionados con la falta de desarrollo de valores sociales y personales; como consecuencia surgen conductas inadecuadas y conflictos. Este enfoque resalta la importancia de trabajar en la formación en valores como herramienta para gestionar los conflictos que suceden en el entorno escolar, aspectos clave de la propuesta pedagógica.

Un factor importante para la propuesta es la comunicación entre los estudiantes, ya que con este elemento podemos dar solución a la problemática presentada. Según Rivas & Gutiérrez (2010), las interacciones comunicativas son fundamentales en el proceso educativo, porque a través de ellas se generan relaciones de comprensión entre los estudiantes, y es que la mejora en la comunicación entre los estudiantes puede reducir los conflictos e incentivar el desarrollo de un ambiente más positivo. Al fomentar interacciones asertivas, se coopera al bienestar de los estudiantes y su desarrollo socioemocional, lo cual es clave para una sana convivencia escolar.

El grupo poblacional y sus edades siempre serán un punto de partida fundamental, Angulo, A. F., Quintanilla, L., & Gimenez-Dasi, M. (2016), lo expresan cuando expresan cómo por medio de diversos estudios relacionan directamente regulación emocional con las etapas

socioemocionales de los niños de entre los 18 meses a los 12 años; por eso, conocer a los niños e identificar sus necesidades se hace fundamental.

El impacto de los programas de resolución de conflictos en la conflictividad escolar es un aspecto que abarca la propuesta. Según Álvarez García et al. (2009), la integración de programas para la resolución de conflictos en las escuelas disminuye en gran medida los conflictos y apoya al mejoramiento de la convivencia entre estudiantes. Esto resalta la efectividad de las intervenciones en la resolución de conflictos, y es fundamental para la propuesta de fomentar interacciones asertivas entre los estudiantes del grado sexto del colegio San Martín de Porres.

Al identificar conductas que no son adecuadas, una opción para abordarlas es la planteada por Otalora, & Otalora (2024), en donde la meditación y el yoga forman parte de otras 30 estrategias de atención para abordar situaciones socioemocionales en la secundaria de modo que los estudiantes mejoren su concentración. Involucrar a los estudiantes con ejercicios de meditación y respiración puede llevar a un cambio significativo en su manera de responder y en su conducta en el aula.

Si se busca identificar el manejo de emociones para actuar, según Fernández-García, L., Fernández-Río, J. (2018), el primer paso para enseñar a los alumnos a ser inteligentes emocionalmente es dejar que experimenten sus propias emociones, identificando aquellos aspectos y capacidades que los caracterizan tanto de manera positiva como negativa. Hablar abiertamente de cómo se sienten en el aula de clases se vuelve una columna base para abordar situaciones específicas que puedan ocurrir en el entorno escolar.

Si se busca evitar la violencia en el aula, el ICBF (2021, diciembre) indica que la violencia no solo se refleja en actos físicos, sino también en palabras que pueden convertirse en bullying. Por ende, los maestros y los padres necesitan diferentes estrategias para abordar estas

situaciones. Aunque el manejo de emociones como la ira y la frustración sea difícil, es mejor abordarlo antes de que se convierta en un problema grave. Los pequeños actos deben ser atendidos y solucionados lo más pronto posible; de lo contrario, pueden salirse de las manos y convertirse en algo peor.

Se espera que el cambio en el comportamiento de los estudiantes se extienda a su ámbito social y familiar, cooperando en la solución pacífica de conflictos en su entorno. Con esto, estaremos formando no solo estudiantes, sino también seres humanos idóneos que aporten a la sociedad, lo que puede traducirse en la construcción de una sociedad más empática y estable.

En conclusión, la propuesta pedagógica se enfoca en enmarcarse en una visión de la educación como herramienta de transformación social. Por medio de actividades de reflexión, control de ira y manejo de emociones. Este enfoque permite abordar la pregunta de investigación de manera integral, reconociendo la complejidad de las interacciones humanas y el potencial transformador de la educación.

Al incluir la enseñanza de las habilidades socioemocionales desde un punto de vista crítico y un compromiso con la investigación sobre la propia práctica, se tiene la aspiración de desarrollar un modelo educativo que sea una herramienta para dar solución a los problemas de convivencia que surgen en el aula. El potencial para marcar una diferencia en la vida de los estudiantes hace que valga la pena el esfuerzo.

Marco de Referencia de la Planeación Didáctica

Los estudiantes de sexto grado del colegio San Martín de Porres de Cúcuta muestran la necesidad de desarrollar habilidades sociales que les permitan interactuar de una manera más asertiva. En este contexto, el Ministerio de Educación Nacional (2023) indica que, al igual que se desarrollan habilidades teóricas en lengua, inglés o matemáticas, es necesario desarrollar habilidades sociales que permitan educar en el ejercicio de la ciudadanía. Por esta razón, se busca fomentar las interacciones asertivas entre estudiantes del grado sexto del colegio San Martín de Porres mediante actividades de reflexión, control de ira y manejo de emociones, con el objetivo de contribuir al desarrollo pleno de los estudiantes y permitirles aprender no solo las bases académicas, sino también fortalecer sus habilidades humanas y ciudadanas desde sus primeros años escolares.

El Ministerio de Educación Nacional (2023), en su eje de convivencia y paz, enfatiza que contar con un mediador de conflictos entre compañeros es esencial para fomentar el diálogo en el aula y prevenir situaciones problemáticas. De esta manera, el ministerio respalda una de las posibles actividades a implementar: explicar a los estudiantes la importancia de identificar, por medio de actividades de reflexión, quien de sus compañeros tiene el mejor perfil para convertirse en mediador de posibles discusiones en el aula. Esto contribuiría a tener a alguien que pueda interceder de manera imparcial por la paz, el respeto y la justicia en el aula.

Uno de los estándares básicos de competencia ciudadana del Ministerio de Educación Nacional (2023) que resulta particularmente relevante para este trabajo es la capacidad de identificar las emociones propias frente a grupos con intereses o gustos distintos. La pluralidad y valoración de las diferencias de los pares, tanto a nivel grupal como de manera individual, solo debe aportar al crecimiento mental y emocional. Por esta razón, talleres de manejo de emociones

y control de la ira, como los que se proponen en esta intervención, resultan ser trascendentales para la completa formación del estudiante.

El autor Tobón (2010) brinda un marco teórico interesante al indicar que las competencias son procesos integrales que ayudan a las personas a actuar de forma efectiva en diferentes contextos de la vida, incorporando el saber ser, el saber conocer y el saber hacer. Según Tobón, estas dimensiones se constituyen de procesos mentales y estrategias o métodos de acción. En cuanto al aspecto ontológico de la pregunta de investigación sobre el fomento de interacciones asertivas, se alinea con lo expuesto por el autor, puesto que se busca mejorar las interacciones entre los estudiantes por medio de actividades de reflexión y manejo emocional, abarcando de manera integral las dimensiones del ser, conocer y hacer, y aportando así a la transformación positiva del entorno educativo.

Se puede resumir que la intervención del aprendizaje actual en el grado sexto del colegio San Martín de Porres no está alcanzando los objetivos establecidos por el Ministerio de Educación Nacional (2023). Estos estándares básicos hacen una referencia a que un mediador de conflicto entre pares es fundamental para fomentar el diálogo en el aula y así prevenir situaciones problemáticas. Aunque el diagnóstico muestra que los estudiantes recurren a agresiones menores durante los desacuerdos, se debe variar este enfoque porque no está formando mediadores. Así que, se requiere nuevas estrategias que promuevan la práctica de resolución de conflictos.

En cuanto a la tendencia educativa que mejor se ajusta a la variable de interacciones asertivas en esta propuesta, se resalta la pedagogía de la convivencia, la cual busca desarrollar habilidades sociales y emocionales en los estudiantes. Según el Tecnológico de Monterrey (s.f.), la innovación en la experiencia de aprendizaje debe ir más allá de la transmisión de

conocimientos y enfocarse en el desarrollo integral del estudiante. Esta propuesta se apoya en dicha pedagogía al priorizar el desarrollo de competencias socioemocionales que son primordiales para una óptima convivencia en un ámbito educativo.

De acuerdo con lo anterior, el desarrollo de interacciones asertivas apoya significativamente a la formación de ciudadanos competentes fomentando habilidades como la comunicación efectiva y la resolución de conflictos. Como lo plantea el Ministerio de Educación Nacional (2023), la educación debe preparar a los estudiantes para participar responsable y constructivamente en los procesos democráticos, ejerciendo sus derechos y cumpliendo sus deberes, y contribuyendo al bien común. De este modo, el desarrollo de interacciones asertivas fomenta un clima escolar más positivo y además sienta las bases para una ciudadanía participativa y comprometida con el bienestar de la comunidad.

Planeación Didáctica

A nivel metodológico, esta investigación se desarrolla mediante la implementación de una secuencia didáctica titulada “Asertividad y control emocional: Creando un aula de paz”, cuyo objetivo general es fomentar interacciones asertivas entre los estudiantes de sexto grado del Colegio San Martín de Porres, en Cúcuta (Norte de Santander), a través de actividades de reflexión, control de ira y manejo de emociones. Las actividades diseñadas responden a una cadena de objetivos específicos planteados para el estudio.

En consideración, respecto al primer objetivo específico consistente en identificar el nivel de familiaridad de los estudiantes con las actividades de reflexión, control de ira y manejo de emociones, se establece realizar una entrevista con el docente del grupo para evaluar si ha implementado actividades relacionadas con el manejo de la ira y qué respuestas ha observado en los estudiantes. La actividad se desarrolla creando un ambiente de confianza para que el docente comparta de manera detallada sus percepciones y experiencias con el grupo. Como producto susceptible para el análisis, se utiliza la grabación de la entrevista, que recopila las respuestas y percepciones del docente sobre las actividades de manejo de emociones y control de la ira implementadas en el aula.

Paso seguido, respecto al segundo objetivo específico consistente en movilizar el uso de interacciones asertivas en el contexto escolar mediante la aplicación de actividades de reflexión, control de ira y manejo de emociones, se implementan dos técnicas para el manejo emocional: la técnica de respiración profunda y la técnica del semáforo emocional. Los estudiantes participan en una simulación grupal en la que aplican estas técnicas en situaciones de conflicto escolar. Como productos susceptibles para el análisis, se recopilan tanto las reflexiones de los estudiantes

sobre cómo aplicarían estas técnicas en situaciones futuras, plasmadas en hojas de papel de forma anónima, como la grabación de la actividad.

Finalmente, respecto al tercer objetivo específico consistente en reconocer los cambios en las interacciones de los estudiantes después de la implementación de actividades de reflexión, control de ira y manejo de emociones, se lleva a cabo una encuesta anónima en la que los estudiantes evalúan su uso de las técnicas aprendidas y describen cambios en su comportamiento en situaciones conflictivas. Como producto susceptible para el análisis, se utilizan los registros de los resultados obtenidos a través de la aplicación de la encuesta, lo que permite evaluar la efectividad de las actividades y las mejoras en las interacciones de los estudiantes, si fuese posible.

Es importante precisar que, dado que este estudio corresponde a una investigación en el área educativa, el diseño y recuperación de la información se realiza bajo una mediación pedagógica que busca enriquecer el aprendizaje de los estudiantes. Los resultados de aprendizaje esperados incluyen la capacidad para identificar y gestionar emociones, reconocer el conflicto como una oportunidad para fortalecer las relaciones, aplicar técnicas de control emocional en situaciones de conflicto, servir como mediadores en problemas entre compañeros, y reflexionar sobre su comportamiento y el de los demás para mejorar el clima escolar.

Enfoque Didáctico

El enfoque didáctico en el que se circunscribe esta investigación corresponde al de desarrollo de competencias, particularmente, de interacciones asertivas hacia la construcción de ciudadanía (Ministerio de Educación Nacional, 2013). Es por ello por lo que, se afirma que la secuencia didáctica Asertividad y control emocional: Creando un aula de paz, facilitará conquistas relacionadas con uno de los estándares básicos de competencia ciudadana del Ministerio de Educación Nacional (2023) que resulta particularmente relevante para este trabajo es la capacidad de identificar las emociones propias frente a grupos con intereses o gustos distintos. La pluralidad y valoración de las diferencias de los pares, tanto a nivel grupal como de manera individual, solo debe aportar al crecimiento mental y emocional. Por otro lado; como lo plantea el Ministerio de Educación Nacional (2023), la educación debe preparar a los estudiantes para participar responsable y constructivamente en los procesos democráticos, ejerciendo sus derechos y cumpliendo sus deberes, y contribuyendo al bien común. Pero por esta razón, talleres de manejo de emociones y control de la ira, como los que se proponen en esta intervención, resultan ser trascendentales para la completa formación del estudiante. De este modo, el desarrollo de interacciones asertivas fomenta un clima escolar más positivo y además sienta las bases para una ciudadanía participativa y comprometida con el bienestar de la comunidad.

Es importante resaltar que este estudio cuenta con respaldo para su diseño en los referentes técnicos de Tobón, S. (2018a). Formación basada en competencias. Las voces del saber. Tobón, S. (2018). El proyecto de enseñanza, aprendizaje y evaluación: Manual práctico para comprender, planear e implementar el proyecto de enseñanza. Centro Universitario CIFE. y el Ministerio de Educación Nacional (2013), que tienen como horizonte común, fomentar

competencias en niños, niñas y jóvenes para que se constituyan en seres democráticos y con capacidad participativa para la transformación social.

Adherido a lo expuesto, el diseño de la secuencia Asertividad y control emocional: Creando un aula de paz tuvo en cuenta los desarrollos teóricos, como Tobón (2010) brinda un marco teórico interesante al indicar que las competencias son procesos integrales que ayudan a las personas a actuar de forma efectiva en diferentes contextos de la vida, incorporando el saber ser, el saber conocer y el saber hacer. Según el Tecnológico de Monterrey (s.f.), la innovación en la experiencia de aprendizaje debe ir más allá de la transmisión de conocimientos y enfocarse en el desarrollo integral del estudiante. Esta propuesta se apoya en dicha pedagogía al priorizar el desarrollo de competencias socioemocionales que son primordiales para una óptima convivencia en un ámbito educativo. El Ministerio de Educación Nacional (2023) indica que, al igual que se desarrollan habilidades teóricas en lengua, inglés, o matemáticas, es necesario desarrollar habilidades sociales que permitan educar en el ejercicio de la ciudadanía que permitan entender la investigación a través de los siguientes preceptos fundamentales: El proceso de desarrollo de las competencias socioemocionales es importante para generar un entorno de aprendizaje que sea óptimo, donde el saber ser, el saber conocer y el saber hacer se complementen para fomentar una convivencia asertiva. En la educación, la innovación no se enfoca solo en la transmisión de conocimientos, ya que es crucial centrarse también en la formación de personas con la capacidad de gestionar sus emociones y actuar de manera adecuada en diferentes entornos de la vida. Las habilidades sociales hacen parte fundamental de la educación, así como enseñar información teórica, puesto que motiva e impulsa el ejercicio de una ciudadanía responsable y el desarrollo íntegro del estudiante. Construir un aula de paz incluye enseñar conocimientos académicos y

fomentar la asertividad y el manejo de emociones, ya que son herramientas importantes para convivir de manera sana y efectiva.

En ese sentido, la secuencia didáctica se concentró en actividades con énfasis en actividades de reflexión, de control de ira y manejo de emociones, considerado desde un enfoque de innovación como una tendencia para poder cerrar brechas educativas, porque la construcción de valores y habilidades sociales son aspectos fundamentales para una buena educación, ya que no se trata solo de transmitir conocimientos, sino también de brindar una formación en valores y habilidades socioemocionales en los estudiantes.

Lo anterior, teniendo en cuenta que el grupo de referencia del estudio a nivel de diagnóstico lograba identificar que el grupo ya ha alcanzado algunas conquistas de aprendizaje importantes. Los estudiantes demuestran interés en trabajar en grupo, mostrando disposición para participar en tareas en pareja o grupos, lo que es un paso inicial para el desarrollo y mejora del ambiente en clase. A nivel académico, han demostrado una mejora leve pero constante en la lectura crítica; sin embargo, es un área que necesita seguir siendo fortalecida. lo anterior es sin duda un avance fundamental para un grupo que necesita de mejoras en su conducta y trabajo grupal, y de acuerdo con su entorno escolar, el docente titular y profesores que imparten clase diariamente allí, se encuentran trabajando en los retos de aprendizaje que se relacionan con el aspecto ontológico de la investigación que abarca el cambio de la convivencia en el aula por medio de actitudes más asertivas, la fomentación del dialogo reflexivo para mejorar las relaciones entre los estudiantes crenado interacciones más certeras, además del desarrollo de habilidades socioemocionales de modo que el aprendizaje de la gestión de emociones y la resolución de conflictos sea efectiva para mantener un entorno pacifico. Igualmente, se busca promover y mejorar el trabajo en equipo para que los estudiantes sean personas capaces de

implementar el compañerismo como parte de su vida para transformar positivamente el entorno escolar.

Es por ello por lo que, para iniciar la secuencia, y estableciendo el primer objetivo específico como horizonte de reconocimiento de los intereses de los estudiantes, se buscó reconocer su acercamiento al esquema variable del estudio. De tal manera que, a través de una entrevista, que recopila las respuestas y percepciones del docente sobre las actividades de manejo de emociones y control de la ira implementadas en el aula, se puedan reconocer los ritmos particulares e intereses individuales de los estudiantes respecto a la variable de las interacciones conflictivas por medio de una entrevista estructurada al docente, sobre el cual se analizaron sus observaciones en cuanto a los problemas conflictivos más comunes entre los estudiantes, las estrategias de manejo emocional incorporadas y las actitudes predominantes ante situaciones de estrés. Esta información permitió identificar las perspectivas y necesidades específicas del grupo, facilitando un análisis profundo de cómo las interacciones de conflicto pueden convertirse en oportunidades para mejorar el clima escolar.

En ese sentido, la secuencia didáctica en las actividades que concentran la movilización y medición de los cambios en el aspecto ontológico relacionado con interacciones asertivas tendrán mayor incidencia en la vida de estudiantes, pues responde a sus intereses o motivaciones reales por el aprendizaje.

Finalmente, vale la pena exaltar que el ejercicio de diseño de la secuencia didáctica que soporta este estudio permite al investigador fortalecer reflexiones para el ejercicio pedagógico vinculante. Desde mi perspectiva como docente, reconozco que el enfoque en el desarrollo de competencias socioemocionales es crucial para la formación integral de los estudiantes. La educación no se puede basar solo en conocimientos académicos, sino también el hecho de

gestionar emociones e interactuar de manera asertiva en situaciones de conflicto representan una oportunidad de mejora y crecimiento, que ayuda a que la empatía y el diálogo sean los pilares fundamentales. Implementar un enfoque didáctico centrado en el control emocional y la asertividad nos permite preparar a los estudiantes para su rol en la sociedad como ciudadanos activos y comprometidos. Al integrar actividades de manejo emocional y control de ira en el proceso de enseñanza, se forma al estudiante de una manera más integral, como seres humanos conscientes y capaces de participar en la construcción de una comunidad pacífica. Lo que permite a este enfoque didáctico ir más allá del ámbito educativo y sienta bases para que el aula valore el respeto mutuo, la diversidad y la colaboración. Permittedle al investigador fortalecer reflexiones para el ejercicio pedagógico como intelectual transformativo. En primer lugar, se resalta la importancia de la investigación-acción, en donde el diseño de la secuencia didáctica se convierte en un proceso continuo de análisis y reflexión sobre el proceso de la práctica educativa y no solo en el producto que se obtiene al final de la investigación, sino indagar más en el proceso. En segundo lugar, se remarca el valor de integrar la perspectiva de los participantes de la investigación, ya que con el reconocimiento de las experiencias y vivencias de los estudiantes y docentes enriquecen la comprensión del contexto y permiten una mejor adaptación de las intervenciones, lo que sirve como herramienta para obtener mejores resultados en la integración del proyecto. Por último, la experiencia revalida que la investigación debe ser un promotor para el cambio social, puesto que los hallazgos además de dar información sobre la práctica pedagógica, brindan una contribución crucial para la construcción de entornos más empáticos e inclusivos en las comunidades, resaltando la función del investigador como agente de cambio para la transformación del entorno educativo.

Implementación

En esta primera sesión de la planeación didáctica, se implementó una actividad enfocada en la entrevista como herramienta para explorar y comprender las dinámicas del grupo en relación con la gestión de conflictos y el desarrollo de habilidades emocionales. Esta actividad facilitó la identificación de las necesidades educativas y de interacción presentes en el aula. Durante la actividad, se buscó crear un ambiente de confianza mediante una contextualización adecuada que preparara al docente para compartir de manera abierta sus percepciones y experiencias sobre el grupo de estudiantes. Este enfoque fue esencial para captar información detallada sobre las interacciones conflictivas en el aula, así como para reflexionar sobre cómo estas pueden convertirse en oportunidades para mejorar el clima escolar. Al centrar la sesión en una metodología de entrevista, se destacó la importancia del diálogo como un medio para descubrir las posturas y necesidades de los estudiantes, lo que es fundamental para promover el aprendizaje esperado y para fortalecer el desarrollo de competencias emocionales y sociales.

El material utilizado y la organización del espacio jugaron un papel crucial en el éxito de la actividad. La elección de un lugar tranquilo y cómodo para realizar la entrevista facilitó un intercambio de ideas fluido y sin interrupciones, lo que permitió obtener respuestas más detalladas y auténticas del docente. Además, los recursos didácticos, como el uso de un guion impreso con las preguntas y la grabación de audio y video, lo que ayudó a estructurar la entrevista y garantizaron que cada aspecto relevante fuera registrado para un análisis posterior. Este enfoque organizado y planificado no solo optimizó el uso del tiempo durante la sesión, sino que también se alineó con las necesidades educativas de los estudiantes del curso en cuestión, permitiéndoles expresar sus pensamientos y experiencias de manera clara y coherente.

La distribución del tiempo durante la actividad fue manejada de manera efectiva, respetando el ritmo y las respuestas del docente, sin forzar el proceso. Esto se ajustó a las necesidades educativas del participante, permitiendo que la sesión fluyera de manera natural y que el docente se sintiera cómodo compartiendo su perspectiva. Esta consideración del tiempo es fundamental para cualquier actividad educativa, ya que ofrece a los participantes un espacio adecuado para reflexionar y expresar sus ideas, lo cual es clave para alcanzar los objetivos propuestos.

En cuanto a la evaluación de la actividad, se utilizó una estrategia basada en la observación y el análisis de la participación del docente titular del aula durante la entrevista. Esta evaluación fue adecuada porque permitió identificar no solo el grado de compromiso del docente con la actividad, sino también la calidad de las respuestas proporcionadas y su relevancia para el contexto de la investigación. Esta evaluación fue coherente con lo planeado, ya que se ajustó a las expectativas de obtener una visión integral y detallada del comportamiento y las interacciones.

La implementación de la actividad respondió a los aprendizajes esperados porque permitió un análisis profundo de las dinámicas grupales y de las actitudes de los estudiantes frente a la resolución de conflictos. Las preguntas planteadas durante la entrevista y la forma en que se guiaron las respuestas promovieron una reflexión significativa sobre el papel de las emociones en la convivencia escolar, lo que a su vez facilitó la identificación de áreas específicas de mejora y oportunidades para fortalecer las habilidades sociales de los estudiantes.

La estrategia de evaluación utilizada en la actividad fue clave para identificar el logro de la competencia esperada, ya que se centró en evaluar tanto el proceso como el resultado de las interacciones. Al observar la manera en que el docente describió las dinámicas del grupo y sus

respuestas ante las intervenciones educativas previas, este enfoque permitió detectar los progresos alcanzados en el desarrollo de las competencias socioemocionales, así como las áreas que aún requieren mayor atención y trabajo.

Las acciones realizadas durante la intervención promovieron el aprendizaje esperado porque se basaron en un enfoque participativo y reflexivo. Al dar al docente la oportunidad de expresar sus observaciones y sugerencias sobre la dinámica del grupo, se fortaleció el proceso de enseñanza-aprendizaje al considerar la perspectiva de quien interactúa diariamente con los estudiantes. Esta estrategia no solo motivó a los participantes a tomar un rol activo en la mejora del clima escolar, sino que también fomentó un sentido de responsabilidad compartida hacia la creación de un ambiente de aprendizaje más inclusivo y positivo.

En cuanto a los recursos didácticos utilizados, como el guion de la entrevista y el celular con el que se llevó a cabo la grabación, aportaron significativamente al logro del aprendizaje esperado. Debido a que facilitaron la organización y el seguimiento de la conversación, lo que permitió una recopilación precisa y detallada de la información necesaria para el análisis posterior.

En conclusión, la implementación de esta actividad reflejó un enfoque estratégico y bien estructurado para abordar las interacciones conflictivas en el aula desde una perspectiva de aprendizaje socioemocional. La planificación y organización de los materiales, el manejo del tiempo y la estrategia de evaluación utilizada permitieron un análisis detallado y profundo de las dinámicas del grupo, lo que responde a los objetivos planteados en la investigación. Este enfoque no solo promovió el desarrollo de competencias emocionales y sociales, sino que también sentó las bases para futuras intervenciones centradas en la creación de un entorno escolar más cohesivo y colaborativo.

En cuanto a la segunda sesión, se abordó una actividad centrada en el manejo de emociones y el desarrollo de asertividad, dentro del marco de técnicas específicas como la respiración profunda y el semáforo emocional. El propósito fue brindar a los estudiantes herramientas para reconocer y gestionar sus emociones en situaciones de conflicto, lo cual fue central en la planificación de la actividad, ya que esto respondía a una necesidad educativa clara: mejorar la convivencia escolar mediante la regulación emocional y la comunicación asertiva. Esta sesión comenzó con una breve discusión sobre las emociones más comunes que los estudiantes enfrentan en su día a día, permitiendo conectar sus experiencias previas con las técnicas que se iban a introducir, lo que facilitó una contextualización efectiva para el aprendizaje y un debate con los estudiantes, lo que permitió que varios de los estudiantes nos contaran cuáles eran sus emociones más persistentes dentro del salón de clase y cómo se sentían con ello. Se rompió el hielo y los chicos participaron activamente desde la primera parte de la explicación. Los materiales utilizados fueron: El tablero para escribir las emociones y el semáforo para explicar las técnicas fueron fundamentales para hacer la sesión visual e interactiva. Estos recursos ayudaron a que los estudiantes pudieran visualizar y entender claramente los pasos necesarios para regular sus emociones en momentos de estrés. Además, la disposición del aula, con los estudiantes organizados en grupos, facilitó la interacción entre ellos y promovió un ambiente de aprendizaje colaborativo, lo que permitió que la implementación de las técnicas fuera más efectiva y adaptada a las dinámicas de trabajo en equipo. Los estudiantes más participativos brindaron diferentes puntos de vista y generaron debates; también manifestaron y recibieron con gusto la explicación de las técnicas de manejo de emociones.

En cuanto al manejo del tiempo, la sesión se estructuró de forma eficiente para cubrir cada etapa del proceso: desde la introducción a las emociones, pasando por la explicación de las

técnicas de manejo emocional, hasta el ejercicio final en el que los estudiantes reflejaron en papel cómo actuarían de manera más asertiva ante situaciones conflictivas en el futuro; debido a que el desarrollo de esta última actividad fue anónima, los chicos abrieron su corazón plasmando en papel anécdotas conmovedoras, reconociendo cómo y en qué se equivocaron, además de que debían mejorar. El tiempo asignado para cada actividad fue adecuado, permitiendo una reflexión suficiente y una participación de los estudiantes muy efectiva y asertiva, lo que garantizó que los aprendizajes esperados fueran alcanzados.

La estrategia de evaluación utilizada en la que los estudiantes escribieron de manera anónima cómo actuaron en una situación del pasado y cómo actuarían hoy después de aprender las técnicas, fue altamente efectiva para medir el grado de internalización de lo aprendido. Esta actividad permitió identificar claramente el grado de reflexión de los estudiantes sobre sus acciones pasadas y su capacidad para aplicar las técnicas de manejo de emociones en situaciones futuras, lo que responde directamente al desarrollo de la competencia prevista: el control emocional y la asertividad en la resolución de conflictos. La actividad les encantó; de hecho, sobre el final tuvimos que agilizar un poco más porque los jóvenes pedían más tiempo para terminar de contar sus historias en el papel y sus caras mientras escribían demostraban como recordaban lo vivido; luego, al leer lo que compartieron, nos pudimos dar cuenta lo mucho que necesitaban este tipo de actividades.

La coherencia entre la evaluación y lo planeado fue notable. Al plasmar por escrito una situación personal y contrastarla con su nueva perspectiva, los estudiantes tuvieron la oportunidad de reflexionar sobre su crecimiento emocional y práctico. Esta actividad no solo permitió evaluar su comprensión, sino también les brindó una herramienta de autorreflexión profunda. Permitiendo identificar los logros en la competencia de mediación de conflictos, ya

que los estudiantes demostraron una clara comprensión de cómo utilizar las técnicas de respiración y el semáforo emocional para actuar de manera más asertiva y constructiva ante los conflictos.

Las acciones realizadas durante la intervención, como la explicación clara y guiada de las técnicas emocionales, así como la oportunidad de practicar situaciones reales en un entorno seguro, promovieron directamente el aprendizaje esperado. Los estudiantes no solo recibieron la teoría, sino que también tuvieron la oportunidad de aplicarla en contextos supervisados, lo que les permitió experimentar y corregir sus respuestas emocionales en tiempo real.

Los recursos didácticos utilizados, como el tablero para identificar las emociones y el semáforo para explicar el proceso de regulación emocional, fueron claves para lograr el aprendizaje esperado. Estos recursos permitieron que los conceptos abstractos como el manejo emocional se volvieran tangibles y accesibles para los estudiantes. Además, al incluir un espacio para la reflexión personal, los recursos facilitaron una internalización más profunda de las técnicas y promovieron el aprendizaje significativo, debido a que ellos pudieron identificar más fácil sus emociones viéndolas plasmadas en los colores del semáforo y lo que permitió que por turnos nos dijeran si se sentían más constantemente verdes, amarillos o rojos.

En la tercera sesión, se llevó a cabo una actividad reflexiva y evaluativa que tuvo como propósito principal el reconocimiento y control de las emociones en situaciones de conflicto dentro del aula. El enfoque estuvo centrado en que los estudiantes identificaran cómo sus emociones influyen en su comportamiento, aplicando las técnicas previamente aprendidas, como la respiración profunda y el uso del semáforo emocional. Esta actividad no solo tuvo como fin evaluar el progreso en la competencia de manejo emocional, sino también ofrecer un espacio para que los estudiantes reflexionaran sobre sus propias reacciones pasadas en situaciones tensas

y cómo actuarían ahora tras haber practicado dichas técnicas. El diseño de esta actividad tuvo en cuenta las necesidades educativas de los participantes al enfocarse en proporcionarles herramientas prácticas y accesibles para la gestión emocional. La actividad permitió a los estudiantes plasmar de forma anónima situaciones pasadas que los superaron emocionalmente y en las cuales actuaron de manera reprochable. Luego, tuvieron la oportunidad de comparar esas situaciones con lo aprendido durante la sesión, reflexionando sobre cómo podrían haber actuado de manera más controlada y asertiva. Este enfoque respondió a la necesidad educativa de los estudiantes de desarrollar competencias socioemocionales, una habilidad fundamental para mejorar la convivencia en el aula y fortalecer la participación en la resolución de conflictos. Los materiales sugeridos en la planeación, como las hojas impresas para las respuestas anónimas y el uso adecuado del espacio del aula, facilitaron la implementación de lo propuesto. Los estudiantes se sintieron cómodos al compartir sus experiencias de manera privada, lo que les permitió expresar sinceramente situaciones personales sin temor a ser juzgados. La organización del espacio también permitió que se desarrollara un ambiente de confianza, favoreciendo la interacción grupal durante la fase final de la actividad, donde se generó una discusión sobre las situaciones compartidas. Esta distribución del aula y la forma en que se plantearon las actividades crearon un entorno participativo y abierto, adecuado para el tipo de aprendizaje reflexivo que se quería alcanzar.

Vale resaltar que, en cada fase de la actividad, desde la reflexión individual hasta la socialización grupal, el tiempo fue adecuado y que permitió a los estudiantes procesar y analizar sus emociones, sin apresurarse. Esto fue especialmente importante en la parte donde los estudiantes escribían sus situaciones. La estrategia de evaluación utilizada, en este caso una

encuesta anónima que los estudiantes llenaron al final de la actividad, resultó altamente efectiva para responder a las necesidades educativas de los participantes.

Las preguntas de la encuesta se enfocaron en aspectos clave del control emocional, como la capacidad de detenerse antes de reaccionar impulsivamente, el uso de la respiración profunda en momentos de estrés, y el reconocimiento de las emociones antes de una confrontación. Las respuestas obtenidas proporcionaron información valiosa sobre el grado de internalización de las técnicas y permitieron identificar las áreas donde los estudiantes todavía necesitaban trabajar.

La coherencia entre la evaluación y lo planeado fue evidente. Las preguntas de la encuesta estaban alineadas con los objetivos de las sesiones, lo que permitió evaluar si los estudiantes habían alcanzado los aprendizajes esperados: reconocer sus emociones, detenerse antes de actuar impulsivamente y utilizar técnicas de manejo emocional en situaciones conflictivas. La autoevaluación fue una herramienta poderosa que no solo midió el éxito de la intervención, sino que también proporcionó a los estudiantes una oportunidad de autorreflexión, lo que reforzó el aprendizaje socioemocional.

La implementación de esta actividad respondió a los aprendizajes esperados. El hecho de que los estudiantes pudieran relacionar sus experiencias personales con las técnicas vistas en clase permitió una aplicación práctica del conocimiento adquirido. Además, al compartir sus reflexiones de manera anónima y discutir las en grupo, los estudiantes demostraron una comprensión más profunda de cómo aplicar el control emocional en situaciones de conflicto. Esto demostró que no solo habían aprendido las técnicas, sino que también estaban comenzando a integrar estas herramientas en su vida diaria, lo que es un indicador claro de que se estaban logrando los objetivos de la sesión.

Las acciones realizadas durante la intervención, como la presentación de ejemplos claros y la creación de un espacio seguro para la reflexión anónima, promovieron activamente el aprendizaje esperado. Estas acciones fomentaron un entorno en el que los estudiantes se sintieron cómodos para participar y compartir sus experiencias sin temor a ser juzgados, lo que permitió que la clase se enfocara en un aprendizaje genuino y transformador. Además, el hecho de que los estudiantes pudieran ver y discutir sus respuestas colectivamente reforzó la internalización de las técnicas de manejo emocional, debido a que a pesar de que la actividad fue anónima, varios de los chicos quisieron compartir y leer en el salón lo que habían escrito, esto demostrando lo orgullosos que se sentían con su cambio y el hecho de evidenciar ante ellos mismos y sus compañeros cómo con actividades sencillas se pueden identificar grandes cambios en sí mismos.

Los recursos didácticos utilizados, como las hojas de respuesta y la discusión guiada, aportaron significativamente al logro del aprendizaje esperado. Estos recursos permitieron que los estudiantes se involucraran activamente en el proceso de reflexión, lo que facilitó una mayor comprensión de las técnicas enseñadas. Además, la organización y el uso adecuado del tiempo y el espacio crearon un entorno propicio para que los estudiantes participaran de manera plena y sincera.

En conclusión, los recursos didácticos fueron completamente acordes con lo planeado. La actividad fue implementada de manera efectiva, y los estudiantes demostraron un notable progreso en su capacidad de manejar situaciones de conflicto utilizando las herramientas emocionales aprendidas en clase, demostrándose así un crecimiento emocional y personal idóneo en el proceso.

Reflexión y Análisis de la Práctica Pedagógica

La implementación de la secuencia didáctica enfocada en el desarrollo de habilidades socioemocionales y en el manejo de conflictos en el aula resultó ser un proceso enriquecedor para los estudiantes y para el desarrollo de la práctica pedagógica. Por medio de las tres sesiones diseñadas y posteriormente implementadas, se lograron resultados significativos, en especial el reconocimiento y regulación de emociones por parte de los estudiantes. El desarrollo de interacciones asertivas apoya significativamente la formación de ciudadanos competentes. Por ejemplo, el uso de técnicas como la respiración profunda y el semáforo emocional facilitó que los estudiantes reflexionaran sobre sus emociones y como estas impactan en sus relaciones, fomentando habilidades como la comunicación efectiva y la resolución de conflictos.

En términos de impacto, más de la mitad del grupo de estudiantes mostró una mayor disposición para abordar conflictos de forma asertiva al finalizar la intervención, lo que sugiere un avance positivo en sus competencias emocionales. Como lo plantea el Ministerio de Educación Nacional (2023). Desde el uso de la entrevista en la primera sesión para comprender las dinámicas de grupo hasta la integración de técnicas prácticas como la respiración profunda y el semáforo emocional en la segunda, debido a ello los estudiantes mostraron un avance en su disposición para reflexionar sobre sus emociones y cómo estas afectan sus interacciones dentro y fuera del aula. Este proceso les proporciona una base sólida para abordar situaciones de conflicto de manera más asertiva.

En cuanto a las fortalezas de la práctica, se puede considerar que la planificación detallada y el uso de estrategias de evaluación cualitativas, tales como la observación y la autorreflexión anónima, fueron elementos clave que apoyaron el logro del aprendizaje esperado. Estas acciones proporcionaron un ambiente seguro para que los estudiantes expresaran sus

emociones; también favorecieron un aprendizaje significativo. El enfoque participativo y reflexivo permitió que los estudiantes se sintieran más libres de compartir sus ideas y opiniones, lo que dio como resultado un entorno escolar más inclusivo y óptimo. Sin embargo, se identificó la necesidad de mejorar la gestión del tiempo, especialmente en actividades de reflexión profunda.

La integración de indicadores específicos de éxitos, tales como la frecuencia con la que los estudiantes participaban de las actividades de autorreflexión y la reducción de los conflictos en el aula, permitirá una evaluación más concisa para futuras implementaciones. Por otro lado, el uso de estrategias de seguimiento como los ejercicios dentro de ciertos periodos de tiempo que dependerán del contexto será clave para consolidar los conocimientos logrados.

Teniendo en cuenta las características de los estudiantes y el contexto en el que se desarrolló esta práctica, será esencial aplicar estrategias que fortalezcan el acompañamiento continuo. Algunas técnicas se relacionan para el manejo de las emociones, como identificar y nombrar emociones, técnicas como la respiración profunda para calmarse, identificar pensamientos disfuncionales, descansar bien, comer de manera saludable, hacer ejercicio, ayudar a otras personas, agradecer en todo momento si es posible, salir a la naturaleza, escuchar música, platicar con alguien. (Pérez, E. 2024, May 20). Un acto concreto para mejorar esta implementación es fomentar un espacio de seguimiento semanal en donde los estudiantes puedan revisar periódicamente su progreso emocional y consolidar los aprendizajes obtenidos, lo que podría medir por medio de una disminución en cuanto a los conflictos interpersonales observados en el aula. Por ejemplo, realizar ejercicios de autorreflexión al empezar cada semana podría ayudar a asegurar los aprendizajes socioemocionales alcanzados.

Cada una de las acciones implementadas durante la intervención contribuyeron de manera significativa al alcance del aprendizaje esperado. El uso de recursos visuales y herramientas prácticas, como el tablero para identificar las emociones y las hojas de autorreflexión, permitió a los estudiantes expresar sus emociones y comprender las técnicas de regulación de manera tangible. Al poner el aprendizaje al alcance de todos, conectando con sus experiencias pasadas, se fomentó un mayor interés en el manejo emocional, lo cual es fundamental para que los estudiantes integren estos aprendizajes en su vida fuera del aula.

Los resultados de aprendizaje mostraron que ciertos aspectos de la intervención lograron influir más que otros. El vínculo de confianza creado durante las actividades iniciales, particularmente en la entrevista, resultó fundamental para los logros alcanzados. La confianza permitió a los estudiantes abrirse y compartir experiencias significativas, creando un entorno de aprendizaje en el que se sintieron valorados y escuchados. A su vez, el carácter anónimo de las actividades facilitó que los estudiantes revelaran sus emociones complejas sin temor a ser juzgados, permitiendo así un análisis emocional más honesto y exhaustivo.

En la implementación también se hallaron ciertas diferencias y dificultades. Una de las limitaciones fue que ninguno de los estudiantes tenía la costumbre de hablar sobre sus emociones en un ambiente escolar. Por ende, mostraron cierta resistencia al principio. No obstante, a medida que avanzó la sesión y se desarrolló un entorno de confianza, gracias a esto la mayoría de los estudiantes comenzaron a participar con mayor motivación. Para optimizar futuras implementaciones, sería beneficioso incorporar actividades introductorias que familiaricen progresivamente a los estudiantes con el trabajo socioemocional, garantizando un ambiente seguro donde se sientan cómodos con la dinámica antes de profundizar en experiencias personales.

Un aspecto importante en relación con la pregunta de investigación, que gira en torno al impacto del manejo emocional en la convivencia escolar, es el papel clave que tiene la introspección guiada en el desarrollo de habilidades socioemocionales. Y es que es de suma importancia tener en cuenta que el Ministerio de Educación Nacional (2023) indica que, al igual que se desarrollan habilidades teóricas en lengua, inglés, o matemáticas, es necesario desarrollar habilidades sociales que permitan educar en el ejercicio de la ciudadanía que permiten entender la investigación a través de los siguientes preceptos fundamentales: El proceso de desarrollo de las competencias socioemocionales es importante para generar un entorno de aprendizaje que sea óptimo, donde el saber ser, el saber conocer y el saber hacer se complementen para fomentar una convivencia asertiva. Lo anterior, involucrando los resultados obtenidos a través de la observación directa de las actividades de reflexión y autoevaluación, sugieren que dedicar tiempo a que los estudiantes exploren sus emociones y actitudes genera cambios positivos en su forma de gestionar los conflictos. Esta experiencia resalta la necesidad de considerar la educación emocional como un componente esencial en el desarrollo integral de los estudiantes.

Desde el rol como docente, se destaca la importancia de una planeación didáctica detallada y estructurada, la cual permite prever y adaptar las actividades a las necesidades del grupo. La organización de cada sesión, incluyendo la selección de los materiales y la gestión del tiempo, permitió crear un entorno propicio para la reflexión profunda y autónoma de los estudiantes sin presiones externas. Esta planificación aporta al logro de los objetivos de aprendizaje, incluso permite una evaluación continua de la intervención, lo cual es crucial para hacer ajustes y asegurar que se cumplan las metas establecidas. Además, esta experiencia confirma la importancia de que los docentes tomen como un compromiso la educación

emocional para que esta sea una habilidad que se construye de modo que sea parte del desarrollo integral de los estudiantes.

La posición ante la planeación didáctica es que constituye elemento clave en la práctica pedagógica, puesto que ofrece un marco de trabajo estructurado que guía el proceso de enseñanza-aprendizaje. Una planificación anticipada permite al docente identificar los posibles obstáculos, diseñar estrategias de intervención efectivas y asegurar que cada actividad esté alineada con los resultados de aprendizaje esperados. Sin una estructura clara, sería difícil llevar a cabo una intervención educativa efectiva, sobre todo cuando se trabaja en el desarrollo de competencias emocionales, en un área que requiere sensibilidad, adaptación y un enfoque que gire en torno al estudiante.

En conclusión, esta experiencia de implementación ha sido enriquecedora para el desarrollo profesional docente. La secuencia didáctica implementada brindó un aprendizaje significativo para los estudiantes en términos de manejo emocional. Así mismo, proporcionó un espacio de reflexión en cuanto al proceso de prácticas pedagógicas y en la mejora del enfoque sobre la enseñanza de competencias socioemocionales. La reflexión crítica sobre cada aspecto de la intervención ha reforzado el compromiso con la planeación didáctica y la adaptación continua a las necesidades del grupo, elementos que fueron claves para una práctica educativa transformadora y eficiente.

Conclusiones

Este trabajo de investigación y práctica pedagógica permitió una observación de detalles sobre los efectos positivos y negativos de una propuesta enfocada en el desarrollo de competencias socioemocionales para mejorar la convivencia escolar en estudiantes de sexto grado. Por medio de actividades de reflexión y técnicas de manejo de emociones como la respiración profunda y el semáforo emocional, los estudiantes iniciaron su proceso de reconocimiento de sus propias emociones y a responder de manera más asertiva en situaciones de conflicto. Esta experiencia facilitó el alcance de los objetivos y dio nuevas perspectivas en cuanto a la importancia de integrar el aprendizaje socioemocional en las aulas de clase, adaptando las estrategias pedagógicas a las necesidades de los estudiantes y al contexto escolar.

En primer lugar, la planeación diseñada para esta propuesta fue adecuada al contexto de los estudiantes ante las necesidades que presentaban. Puesto que el grupo estaba constituido por estudiantes que mostraban poco compañerismo, mala comunicación y conflictos frecuentes en el aula, por ende, las actividades orientadas al manejo de emociones y a la reflexión resultaron pertinentes. Pese a que el colegio contaba con recursos limitados en cuanto a herramientas tecnológicas, los materiales tradicionales y el enfoque práctico permitieron una óptima implementación. No obstante, en futuras intervenciones se podrían incluir recursos adicionales para enriquecer y complementar la experiencia.

En cuanto al logro de los propósitos planteados, la propuesta alcanzó en gran medida sus objetivos, debido a que los estudiantes demostraron progresos significativos en la identificación y gestión de sus emociones. Por medio de la técnica de respiración profunda y semáforo emocional lograron identificar sus reacciones y emociones, además de una mejor disposición para manejar los conflictos asertivamente. Al finalizar la intervención, más de la mitad de los

estudiantes tuvieron cambios en su actitud ante conflictos y hubo un aumento en la disposición para resolverlos con el diálogo. Esto presentó un avance importante hacia el objetivo de fomentar un clima escolar positivo.

Durante el proceso de implementación de esta propuesta se resaltó la importancia de integrar el aprendizaje socioemocional en el currículo, en vista de que permitió a los estudiantes desarrollar habilidades académicas y capacidades claves para la vida. La evaluación cualitativa, mediante técnicas de observación y autoevaluación anónima, facilitó una comprensión más profunda de las necesidades emocionales del grupo y la adaptación de estrategias ajustadas a las características individuales de los estudiantes, convirtiéndose en una de las mayores fortalezas de este proceso. Basado en esto, se determinó un seguimiento para que los estudiantes revisen de forma periódica su proceso emocional. Esto los ayuda a fortalecer sus habilidades de regulación emocional, promoviendo una influencia prolongada en su convivencia. Estos espacios también permitirían evaluar y ajustar las actividades de manera adaptativa, asegurando un proceso de aprendizaje socioemocional constante y efectivo.

Las diferentes evidencias que reflejan la implementación de los propósitos establecidos incluyeron reducción evidente en los conflictos y conocimientos claros para que los estudiantes los puedan aplicar y a través de ellos mejorar su manejo emocional. Lo que favoreció una comprensión clara de sus propias respuestas en situaciones conflictivas, lo cual resaltó el impacto positivo de las técnicas de respiración y el semáforo emocional.

En conclusión, la implementación de esta propuesta pedagógica reafirmó la importancia de trabajar las competencias socioemocionales en el aula. La experiencia obtenida por medio de esta intervención reveló que, mediante actividades de reflexión y manejo de emociones, fue posible promover interacciones asertivas y una convivencia sana entre los estudiantes.

Referencias Bibliográficas

- Álvarez García, David, y Álvarez Pérez, Luis, y Núñez Pérez, José Carlos, y Rodríguez Pérez, Celestino, y González Piensa, Julio Antonio, y González Castro Paloma. "Efectos sobre la conflictividad escolar de un programa de educación en resolución de conflictos en tutoría." *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, vol. 9, no. 2, 2009, pp.189-204. Redalyc. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56012878004>
- Angulo, A. F., Quintanilla, L., & Gimenez-Dasi, M. (2016). *Dialogando sobre emociones con niños en riesgo de exclusión social: un estudio preliminar*. *Acción Psicológica*, 13(1), 191–206. <https://doi.org/10.5944/ap.13.1.15787>
- Beli, S. (2020) *Vista de Manejo de emociones negativas en el aprendizaje colaborativo en línea: enfoque multimodal para resolver dificultades técnicas*.
<https://revistas.uca.es/index.php/pragma/article/view/5036/6815>
- Bisquerra Alzina, R. (2005). *La educación emocional en la formación del profesorado*. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 95-114. Universidad de Zaragoza. <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927006.pdf>
- Blanco, B., Rodríguez García, E., Vázquez Pineda, F., & Alcázar, R. J. (2012). *Intervención cognitivo conductual para el manejo de la ira*. *Revista Mexicana de Psicología*, 29(1), 97-103. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243030189009>
- De la Fuente Arias, J., Peralta, F. J., & Sánchez Roda, M. D. (2006). *Valores socio personales y problemas de convivencia en la Educación Secundaria*. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 4(2), 171-200.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=293122821003>

- Fernández-García, L., Fernández-Río, J. (2018). *Proyecto Wonderwall: identificación y manejo de emociones en la Educación Física de Educación Primaria*. Retos, (35), pp. 381–386.
<https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/63259/41754>
- Fierro-Evans, C., & Carbajal-Padilla, P. (2019). *Convivencia escolar: Una revisión del concepto*. Psicoperspectivas, 18(1). Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Escuela de Psicología. <https://www.redalyc.org/journal/1710/171059669002/html/>
- Giraldo Rivas, C. A., & Vélez Gutiérrez, C. F. (2010). *Las interacciones comunicativas en la educación básica secundaria: un estudio de CASO*. Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (Colombia), 6(1), 29-57.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?Id=134124444003>
- Gutiérrez-Méndez, D., & Pérez-Archundia, E. (2015). *Estrategias para generar la convivencia escolar*. ra ximhai, 11(1), 63-81. <https://www.redalyc.org/pdf/461/46139401004.pdf>
- ICBF. (2021, diciembre 28). *8 estrategias de Manejo de la Ira para Sus Estudiantes* - Blog de Brookes | ICIB Información. ICIB Información. <https://icibsos.org/es/8-estrategias-de-manejo-de-la-ira-para-sus-estudiantes/>
- Julca, M. L. P. (2021). *La educación emocional en niños del nivel preescolar: una revisión sistemática*. Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?Codigo=8179036>
- Medina, E. y Tobón, S. (2010). *Formación integral y competencias. Pensamiento complejo, currículo, didáctica y evaluación*. 3a ed., Centro de Investigación en Formación y Evaluación CIFE, Bogotá, Colombia, Ecoe Ediciones, 2010. Revista Interamericana de Educación de Adultos, 32(2),90-95. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=457545095007>

- Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (2023). *Formar para la ciudadanía... Estándares básicos de competencias ciudadanas*.
https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-75768_archivo_pdf.pdf
- Ministerio de Educación Nacional. (2023). *Lineamientos para la implementación de la educación inclusiva en Colombia*. Bogotá: Ministerio de Educación Nacional.
Recuperado de https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-75768_archivo_pdf.pdf
- Otalora, & Otalora. (2024, enero 7). *30 actividades socioemocionales para secundaria*.
Tuprofedigital.com. <https://tuprofedigital.net/30-actividades-socioemocionales-para-secundaria/>
- Pacheco, N. N. E., & Fernández-Berrocal, P. (2013, septiembre 1). *Inteligencia emocional en adolescentes*. <https://revistas.comillas.edu/index.php/padresymaestros/article/view/1170>
- Peñalva Vélez, A., & Vega Osés, M. A. (2019). *Convivencia escolar, participación y atención a la diversidad: el Programa prince*. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 33(2), 63-80.
<https://www.redalyc.org/journal/274/27466853004/27466853004.pdf>
- Pérez Abril, M. (2003). *La investigación sobre la propia práctica como escenario de cambio escolar*. Pedagogía y Saberes., 18, 70–74. <https://doi-org.bibliotecavirtual.unad.edu.co/10.17227/01212494.18pys70.74>
- Pérez, E. (2024, May 20). *Manual de manejo de emociones*. Subsecretaría De Educación Básica. <https://educacionbasica.sep.gob.mx/manual-de-manejo-de-emociones/>
- Suárez Basto, O. E. (2008). *La mediación y la visión positiva del conflicto en el aula, marco para una pedagogía de la convivencia*. Diversitas: Perspectivas en Psicología, 4(1), 187-199. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?Id=67940115>

Tecnológico de Monterrey. (n.d.). *Tendencias educativas*. EdTec.

<https://edtec.tec.mx/es/innovacion-de-la-experiencia-de-aprendizaje/tendencias-educativas>

Apéndices

Apéndice A.

Carpeta de Evidencias de la Práctica

<https://drive.google.com/drive/folders/1As-FyG1XTQVveMTutq6UuAJLcPnp5s6I>