

**La implementación de estrategias lúdico-digitales para el reconocimiento de las emociones
en el entorno escolar**

Yury Paola Pérez Robayo

Asesor

Natalia del Pilar Pascuas

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias de la Educación ECEDU

Licenciatura en Pedagogía Infantil

2025

Resumen

Este documento es el resultado de un ejercicio de investigación formativa, desarrollado como opción de grado, que permitió reflexionar sobre la práctica pedagógica y la investigación educativa. El estudio se llevó a cabo en el Colegio Cofrem de Villavicencio, Meta trabajando con estudiantes de grado segundo de primaria. El objetivo general fue implementar estrategias lúdico-digitales que promuevan el reconocimiento de las emociones en el entorno escolar. utilizando un enfoque cualitativo y experimental en el que puso en juego los diferentes ambientes educativos, con materiales y estrategias pedagógicas reconociendo sus efectos en la curiosidad y motivación. A partir de este ejercicio investigativo, se concluyó que la importancia de las emociones influye en el desarrollo de las actividades de los estudiantes, donde a través de la motivación, el fortalecimiento de la autoestima, la escucha, la participación y el reconocimiento emocional permitieron un mejor desempeño en los estudiantes y generando un impacto en los padres de familia al tener un acercamiento más profundo con sus hijos e hijas rompiendo círculos o patrones de crianza.

Palabras clave: Ambientes educativos, autoestima, emociones, lúdico digitales, educación emocional.

Abstract

This document is the result of a formative research exercise developed as a graduation option, which allowed for reflection on pedagogical practice and educational research. The study was carried out at Colegio Cofrem in Villavicencio, Meta, working with second-grade primary school students. The general objective was to implement playful-digital strategies that promote the recognition of emotions in the school environment. A qualitative and experimental approach was used, engaging various educational settings with materials and pedagogical strategies, recognizing their effects on students' curiosity and motivation. From this research exercise, it was concluded that the importance of emotions significantly influences students' engagement in academic activities. Through motivation, strengthening self-esteem, active listening, participation, and emotional recognition, students demonstrated improved performance. Additionally, the project had an impact on parents by fostering a deeper connection with their sons and daughters, contributing to the breaking of generational patterns in parenting.

Keywords: Educational environments, self-esteem, emotions, playful-digital strategies, emotional education.

Tabla de Contenido

Introducción	7
Caracterización	9
Planteamiento del Problema	11
Pregunta de Investigación	13
Objetivos	13
Objetivo General	14
Objetivos Específicos.....	14
Marcos de Referencia	15
Referentes Conceptuales	15
Referentes Teóricos	15
Referentes Técnicos	15
Referentes Legales	20
Herramientas y Métodos	22
Enfoque y Tipo de Estudio	22
Unidad de Análisis	22
Técnicas para la Recolección de Datos.....	23
Categorías para el Análisis de Datos	26
Resultados	27
Acercamiento de la Población a la Variable	27
Experimentación	29
Identificación de Variaciones	30
Análisis y Discusión	32

Conclusiones y Recomendaciones	37
Referencias Bibliográficas	39
Apéndices.....	40

Lista de Apéndices

Apéndice A <i>Muestras de Investigación</i>	40
--	----

Introducción

En la actualidad, el reconocimiento y la gestión de las emociones se han convertido en aspectos fundamentales para el desarrollo integral de los estudiantes dentro del entorno escolar. Frente a los retos emocionales que enfrentan niños y niñas en su vida cotidiana, surge la necesidad de incorporar metodologías innovadoras que favorezcan el fortalecimiento de sus habilidades socioemocionales. En este contexto, la implementación de estrategias lúdico-digitales representa una oportunidad significativa para transformar la manera en que se abordan las emociones en el aula, haciendo uso de herramientas cercanas y atractivas para los estudiantes. Esta investigación adquiere relevancia tanto en el ámbito educativo como en el comunitario, que busca mejorar la convivencia escolar, fomentando el bienestar emocional de los estudiantes desde una perspectiva participativa y significativa. A través de un enfoque cualitativo, este estudio pretende comprender cómo estas estrategias pueden influir positivamente en la forma en que los estudiantes y docentes reconocen y gestionan las emociones en su entorno diario.

Se observa una creciente dificultad entre los estudiantes para identificar, expresar y regular sus emociones, lo cual impacta negativamente en la convivencia, el aprendizaje y el bienestar emocional. A pesar de los esfuerzos educativos por incorporar la educación emocional en el currículo, persiste una brecha en cuanto a metodologías efectivas y motivadoras que respondan a las necesidades e intereses de los estudiantes. Ante esta problemática, surge el interrogante: ¿cómo puede la implementación de estrategias lúdico-digitales favorecer el reconocimiento de las emociones en el entorno escolar? Las tecnologías digitales, combinadas con elementos lúdicos, ofrecen nuevas posibilidades para abordar el desarrollo emocional desde enfoques más interactivos y significativos. Estudios como los de Bisquerra (2009) y Goleman (1995) han resaltado la importancia de la educación emocional en la formación integral del ser

humano, mientras que investigaciones recientes, como las de Gómez y Rodríguez (2021), evidencian que el uso de recursos digitales en el aula puede fortalecer habilidades emocionales cuando se implementan de forma pedagógicamente planificada. Por tanto, es necesario explorar cómo estas estrategias pueden ser integradas de manera efectiva en el entorno escolar, con el fin de cerrar la brecha existente entre el uso de tecnologías educativas y el desarrollo socioemocional.

El objetivo general de esta investigación es implementar estrategias lúdico-digitales que promuevan el reconocimiento de las emociones en el entorno escolar. Para lograrlo, se adopta un enfoque cualitativo que permite comprender las experiencias y percepciones de estudiantes y docentes frente al uso de estas estrategias. La recolección de datos se llevará a cabo mediante entrevistas semiestructuradas, observaciones participativas y análisis de actividades digitales, lo cual facilitará una interpretación profunda del impacto de las herramientas lúdico-digitales en el desarrollo emocional dentro del aula.

Uno de los hallazgos más significativos de esta investigación fue la identificación de dificultades iniciales en el reconocimiento de emociones por parte de los estudiantes, quienes, al enfrentarse a diversas situaciones lúdico-digitales, mostraron la necesidad de preguntar y dialogar sobre las respuestas emocionales de sus compañeros. Este proceso de cuestionamiento generó valiosos espacios de aprendizaje emocional entre pares, fortaleciendo la expresión y comprensión emocional en el aula. Para conocer en detalle cómo se desarrollaron estas interacciones y el impacto de las estrategias implementadas, se invita al lector a revisar el contenido completo del informe.

Caracterización

El colegio cofrem de Villavicencio presta el servicio en los niveles de preescolar, básica y media. Tiene como compromiso educativo promover la formación integral de personas que inician la construcción de su proyecto de vida con el que además de contribuir a su felicidad, aportan al desarrollo sostenible de su comunidad y entorno.

El colegio cofrem tiene como principios el respeto a la persona como eje fundamental que marque las relaciones entre los integrantes de la comunidad educativa. La comunicación está basada en la verdad y en la libertad de opinión, debe ser constante de la institución, promover el desarrollo integral, además, tiene como misión ser una Caja de Compensación, que, a través de servicios y programas sociales, mejoramos el bienestar y la calidad de vida de los trabajadores, sus familias y la comunidad.

El colegio cofrem cuenta con una población estudiantil aproximadamente de 3.000 estudiantes divididos en 2 jornadas académicas, de los cuales son coordinadas por 7 secciones de docentes nombradas de la A a la G. donde se cuenta en cada sección de a 20 y 25 docentes prestos para el servicio de la comunidad educativa, así mismo cuenta con enfermería, soporte pedagógico.

El grupo con el que se desea trabajar cuenta con una población de 19 estudiantes 10 niños y 9 niñas, en su mayoría de familias monoparentales y nucleares, con estratos socioeconómicos 2 y 3 la comunidad educativa se destaca por trabajar en equipo

El Colegio Cofrem Villavicencio se encuentra ubicado en el barrio la vainilla cerca de la cárcel de Villavicencio el sector donde se encuentra es un poco riesgoso para los estudiantes ya que se encuentra población de la calle avenida principal con paso de tractomulas por su misma

ubicación no tiene la posibilidad de ampliar su estructura, dentro de la institución no se cuenta con espacio para

Cómo se llama eso cuando no hay espacio para realizar una evacuación segura ya que el Colegio Cofrem limita con el parque de la vida y es allí donde se realiza la evacuación por otro lado la contaminación auditiva en algunas aulas de clase dificulta su mismo desarrollo la estructura de la institución se ve limitada al realizar un proceso de inclusión o limitando el acceso a diferentes espacios cabe reconocer que el Colegio Cofrem es una caja de compensación familiar donde los estudiantes que hacen parte de ella aportan económicamente para su formación

Planteamiento del Problema

La institución a implementar el proceso de investigación es el colegio cofrem de Villavicencio donde a partir de la realización de las practicas pedagógicas se pudo identificar una problemática en los estudiantes de grado segundo, donde la regulación, manejo y control de sus emociones influyen en sus procesos académicos y convivenciales afectando y a su vez fortaleciendo los lazos afectivos con su entorno social y familiar.

Párrafo 1: Descripción Detallada de los Desempeños Actuales desde una Perspectiva

Apreciativa

El grupo de estudiantes se muestra receptivo a las indicaciones de la docente, se recibe al grupo con incentivos y motivación con actividades rompe hielo que permitan generar confianza entre los estudiantes y docente, se observa de igual forma que en su mayoría los estudiantes son antiguos y vienen con sus mismos compañeros permitiendo una mejor adaptación al grupo, por otro lado se observa un alto grado de compromiso por participar, por obtener buenos resultados y por mejorar entre ellos mismos, es un grupo que se observa muy competitivo.

En cuanto a los padres de familia, en su mayoría están con poca disposición para servir en los procesos de sus niños y niñas, son padres de familia con un estrato social medio donde sus familias se conforman por nucleares y monoparentales, pero por motivos laborales son padres ausentes, el colegio brinda espacios a los padres de familia que permitan mejorar su calidad y servicio educativo de manera presencial y virtual tales como miércoles de refuerzo y jueves de atención a padres, medios virtuales como classroom, colpegasus y correo electrónico personal (asignados a los estudiantes) adicional entre los mismos padres cuentan con una red de apoyo entre ellos donde se complementan en casa con los temas vistos en clase, permitiendo poner al día los procesos de los niños y niñas.

Párrafo 2: Mediación del Aprendizaje y lo que Funciona/no Funciona

Por otro anterior se observa que el grupo presenta dificultad en sus relaciones interpersonales, en escuchar las indicaciones brindadas, es un grupo el cual se genera conflicto constantemente por la opinión, por la entrega de los trabajos, la competitividad, por palabras no adecuadas, en ese sentido presenta dificultad en su convivencia y respetar la palabra de los demás.

Es importante mencionar el rol del docente como líder de procesos de enseñanza aprendizaje, como guía en los procesos cognitivos y socioafectivos de los estudiantes, donde se evidencia poco acompañamiento de los padres de familia, es de resaltar las estrategias pedagógicas actuales que se implementan generando avances importantes como el proyecto de aula aplicado en el año escolar en este momento “dinovalores” buscando promover la participación activa del estudiante, el aprendizaje significativo y el trabajo colaborativo. El uso de tecnología educativa y la atención a los diferentes estilos de aprendizaje han demostrado ser eficaces al fomentar un entorno dinámico y centrado en el estudiante.

Sin embargo, persisten prácticas tradicionales, como la enseñanza excesivamente frontal o la evaluación memorística, que limitan la motivación y el pensamiento crítico. Un aspecto crucial que aún no se atiende plenamente es la dimensión emocional del aprendizaje. Las emociones influyen directamente en la atención, la memoria y la disposición para aprender. Ignorar este componente puede generar desinterés, ansiedad o frustración en los estudiantes. Por ello, integrar el desarrollo socioemocional en las prácticas educativas es fundamental para lograr un aprendizaje más humano, significativo y duradero.

Pregunta de Investigación

¿Cómo puede la implementación de estrategias lúdico-digitales favorecer el reconocimiento de las emociones en el entorno escolar?

Objetivos

Objetivo General

Implementar estrategias lúdico-digitales que promuevan el reconocimiento de las emociones en el entorno escolar.

Objetivos Específicos

Identificar las principales dificultades que enfrentan los estudiantes en el reconocimiento y expresión de sus emociones dentro del entorno escolar.

Diseñar estrategias lúdico-digitales que faciliten el desarrollo de habilidades socioemocionales en los estudiantes.

Analizar los efectos de la aplicación de estas estrategias en el reconocimiento emocional de los estudiantes en el contexto escolar.

Marcos de Referencia

Referentes Conceptuales

Educación Emocional

La inteligencia emocional tiene una gran escala ya que cada día resulta inevitable que a los niños y niñas se les pueda implementar el valor hacia la vida, proceder de forma consciente, el respeto por los demás, con un solo fin que pueda llegar a convertirse en una persona positiva de sí misma, con la capacidad de convivir en sociedad y desarrollar sus habilidades y destrezas sin tener compromisos con su entorno. Para ello, es preciso que desde el inicio de la educación inicial puedan fortalecerse y fomentarse los valores que permitirán el progreso frente a la convivencia tanto en su ámbito familiar, y escolar. Por ende, la autoconciencia es la capacidad de reconocer y entender las propias emociones, dando regulación emocional a la capacidad de controlar y gestionar las propias emociones, brindando una motivación que permite la capacidad de utilizar las emociones para motivar y dirigir la acción, que nos permita empatía de reconocer y entender las emociones ajenas, de tal manera que las habilidades sociales nos permitan interactuar y comunicarnos de manera efectiva con los demás. (Goleman, D. 1995).

Inteligencia Emocional

Se refiere a la capacidad de reconocer, comprender, gestionar y expresar las emociones propias y ajenas de manera efectiva, involucrando: La autoconciencia, regulación emocional, motivación, empatía, habilidades sociales. Afirma (Goleman 1995), La mente emocional es mucho más veloz que la mente racional y se pone en funcionamiento sin detenerse ni un instante a considerar lo que está haciendo. Su rapidez hace imposible la reflexión analítica deliberada que constituye el rasgo característico de la mente pensante.

Autoestima

La definición de autoestima y su gran importancia que puede tener en nuestra vida cotidiana. En este momento pretendemos extender un poco más la información, platicando sobre los elementos que conforman la autoestima y sobre los cuales, obtenemos trabajar para fomentar una sana autoestima en nuestros niños y niñas fomentando estos cuatro pilares fundamentales como: Autoconcepto: aceptación hacia uno mismo, Autoimagen: El grado en que nos gustamos a nosotros mismos, Autoreforzamiento: danos refuerzo a nosotros mismos, Autoeficacia: la confianza que tenemos en nosotros mismos. De esta manera brindamos el amplio conocimiento frente a los cuatro pilares fundamentales de la autoestima que debemos tener presente en cada una de la etapa de nuestros niños. (Riso W, 2020).

Referentes Teóricos

Daniel Goleman

Es conocido por su trabajo en inteligencia emocional, un concepto que ha tenido un impacto significativo en cómo entendemos la influencia de las emociones en nuestras vidas. Algunos de sus aportes más destacados incluyen:

Inteligencia Emocional

Como la capacidad de reconocer, entender y manejar nuestras propias emociones, así como la habilidad de reconocer e influir en las emociones de los demás.

Las Cinco Competencias Emocionales

Autoconocimiento, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales. Cada uno de estos aspectos juega un papel importante en cómo interactuamos con los demás y manejamos nuestras emociones.

Impacto en la Toma de Decisiones

Las emociones pueden nublar nuestro juicio o, por el contrario, guiarnos hacia decisiones más acertadas cuando son gestionadas adecuadamente.

Relaciones Interpersonales

Goleman subraya que la empatía y las habilidades sociales son esenciales para el éxito en entornos laborales y personales.

Salud Mental y Bienestar

La gestión adecuada de las emociones puede ayudar a reducir el estrés y mejorar la resiliencia.

Educación y Desarrollo Emocional

Goleman aboga por la incorporación de la inteligencia emocional en la educación, sugiriendo que enseñar a los niños a manejar sus emociones puede tener un impacto duradero en su vida y su éxito.

En resumen, Goleman ha sido fundamental en la comprensión de cómo las emociones afectan nuestro comportamiento, nuestras relaciones y nuestra capacidad para enfrentar desafíos en la vida. Su trabajo ha inspirado a muchas personas y organizaciones a valorar la inteligencia emocional como una herramienta clave para el desarrollo personal y profesional.

Walter Riso

Psicólogo y autor conocido por su enfoque en la psicología clínica y la autoayuda, ha hecho importantes contribuciones sobre la influencia de las emociones en el comportamiento humano y la salud mental. Algunos de sus aportes más destacados incluyen:

Emociones y Pensamiento

Riso enfatiza la interconexión entre emociones y pensamientos, sugiriendo que nuestras creencias y pensamientos influyen en cómo sentimos y reaccionamos ante diversas situaciones. Propone que cuestionar y reestructurar estos pensamientos es clave para gestionar nuestras emociones.

Amor y Relaciones

Habla de la importancia de reconocer emociones como el amor, el miedo y la ira, y cómo estas pueden influir en la comunicación y el bienestar de la relación.

Técnicas de Regulación Emocional

Riso ofrece estrategias prácticas para manejar emociones difíciles, como la ansiedad y la tristeza. Su enfoque incluye técnicas de mindfulness (prestar atención de manera consciente a la experiencia del momento presente con interés, curiosidad y aceptación) y reestructuración cognitiva para ayudar a las personas a desarrollar una mayor conciencia emocional y mejorar su bienestar.

Autoestima y Autoconocimiento

Asegura que un buen conocimiento de uno mismo y una autoestima saludable son fundamentales para regular las emociones de manera efectiva.

Resiliencia Emocional

Habla sobre la resiliencia como la capacidad de recuperarse de situaciones adversas.

Cuidado Emocional

Riso promueve la idea de que debemos cuidar nuestras emociones y ser responsables de cómo nos afectan. Esto implica ser proactivos en la búsqueda de un bienestar emocional, lo que incluye establecer límites saludables y practicar el autocuidado.

En resumen, Walter Riso ha aportado una perspectiva valiosa sobre la influencia de las emociones en nuestras vidas, ofreciendo herramientas prácticas para mejorar la salud emocional y las relaciones interpersonales. Su trabajo ha resonado en muchas personas que buscan comprender y manejar mejor sus emociones.

Abraham Maslow

Incluye la autoestima como su *Jerarquía de necesidades humanas* (1943), ubicándola en el cuarto nivel: necesidades de estima. Según Maslow, estas necesidades incluyen la autoestima (confianza, logros, respeto propio) y el reconocimiento (respeto de los demás, estatus, prestigio). Para Maslow, satisfacer estas necesidades es fundamental para que el individuo alcance la autorrealización, el nivel más alto de desarrollo personal.

Rafael Bisquerra

Sostiene que la escuela es un espacio clave para el desarrollo emocional, ya que es uno de los entornos sociales más influyentes en la vida del niño y del adolescente. En su obra, destaca que educar las emociones en el contexto escolar no es un lujo, por el contrario, es una necesidad, porque las competencias emocionales están estrechamente ligadas al bienestar personal, la convivencia y el rendimiento académico.

Según Bisquerra, la escuela debe ir más allá de la enseñanza cognitiva tradicional y asumir una función formativa integral, donde el desarrollo emocional tenga un lugar prioritario. Propone incorporar programas sistemáticos de educación emocional en el currículo escolar, diseñados para enseñar a los estudiantes a reconocer, comprender y regular sus emociones, así como desarrollar la empatía, la autoestima y habilidades sociales.

Rafael Bisquerra considera que el contexto escolar es el lugar ideal y necesario para desarrollar la educación emocional, como base para el bienestar, la convivencia y el éxito

académico. La formación emocional, según él, debe ser una responsabilidad compartida por toda la comunidad educativa.

Referentes Técnicos

Educar las emociones desde la infancia y la adolescencia es fundamental para el desarrollo integral de los individuos, y se logra a través de entornos protectores, vínculos afectivos seguros y una orientación adecuada que fomente la inteligencia emocional. Autores como Daniel Goleman (2022) destacan la importancia de reconocer y gestionar las emociones propias y ajenas como una habilidad esencial para la vida. En esta línea, Elsa Punset, en *Brújula para navegantes emocionales*, ofrece herramientas prácticas para cultivar la empatía, la autorregulación y la resiliencia emocional desde edades tempranas. Por su parte, Walter Riso, en *Sabiduría emocional* (2003), enfatiza el reencuentro con las fuentes naturales del bienestar emocional como base para una vida más sana y equilibrada. Estas ideas coinciden con las estrategias del gobierno de Colombia, que promueven entornos escolares y familiares que protejan y fortalezcan el desarrollo emocional de niños, niñas y adolescentes, reconociendo que una educación emocional sólida es clave para formar ciudadanos conscientes, empáticos y emocionalmente competentes.

Referentes Legales

Orientaciones Pedagógicas

El MEN ha publicado diversas orientaciones pedagógicas que abordan áreas fundamentales de la educación. Aunque no se centran exclusivamente en el reconocimiento emocional, proporcionan marcos para la integración de diversas competencias en el currículo escolar. Ministerio de Educación

Guía 026 - Educación Económica y Financiera

Aunque su enfoque principal es la educación económica, esta guía promueve el desarrollo de competencias críticas y reflexivas en los estudiantes, lo cual puede ser complementario al desarrollo de habilidades emocionales. Ministerio de Educación

Ministerio de Relaciones Exteriores - Circular 27 de 2020

Esta circular destaca la importancia de promover procesos de gestión de emociones, comunicación, diálogo y resolución pacífica de conflictos, aspectos que son fundamentales en el desarrollo de competencias socioemocionales en el entorno escolar.

UNICEF y UNESCO

Estas organizaciones han desarrollado marcos y guías que abordan el desarrollo de habilidades socioemocionales en el ámbito educativo. Por ejemplo, la UNESCO promueve la integración de habilidades socioemocionales en la educación para contribuir al bienestar individual y colectivo, lo cual es relevante para el reconocimiento y gestión de las emociones en los estudiantes.

Herramientas y Métodos

Enfoque y Tipo de Estudio

El presente estudio se enmarca dentro del enfoque cualitativo, ya que busca comprender cómo la implementación de estrategias lúdico-digitales puede favorecer el reconocimiento de las emociones en el entorno escolar. Este enfoque permite explorar las experiencias, percepciones y significados que estudiantes y docentes atribuyen al uso de dichas estrategias en el contexto educativo.

El enfoque cualitativo es el más adecuado para abordar este problema de investigación porque permite un análisis profundo de fenómenos sociales y educativos, centrándose en la interpretación de realidades subjetivas y contextuales. Como señalan Hernández, Fernández y Baptista (2014), la investigación cualitativa es útil cuando se desea comprender procesos, prácticas y significados desde la perspectiva de los participantes.

El objeto de estudio las emociones en el ámbito escolar mediadas por estrategias lúdico-digitales implica dimensiones subjetivas y afectivas, las cuales no pueden ser captadas adecuadamente mediante enfoques cuantitativos o exclusivamente estadísticos. En este sentido, la investigación cualitativa proporciona las herramientas necesarias para analizar la riqueza del discurso, la interacción social y los cambios que ocurren en el proceso educativo.

Unidad de Análisis

La población a analizar es el grado segundo cinco de la jornada de la tarde del colegio Cofrem de Villavicencio, con una población de 19 estudiantes de los cuales 10 son niños y 9 son niñas.

Técnicas para la Recolección de Datos

Objetivo 1

Se utilizarán técnicas cualitativas que permitan comprender en profundidad las experiencias y percepciones de los estudiantes. Las técnicas seleccionadas son:

Dibujos y Conversación Guiada

Se pedirá a los estudiantes que realicen un dibujo que represente una situación escolar en la que hayan experimentado una emoción intensa. Posteriormente, se entablará una conversación guiada para que puedan explicar su dibujo, con el fin de explorar cómo identifican y expresan sus emociones.

Observación Directa

Se realizarán sesiones de observación en el aula y durante actividades escolares específicas, enfocándose en las interacciones entre estudiantes y con docentes. Esta técnica permitirá registrar comportamientos, expresiones emocionales y reacciones en situaciones cotidianas.

Entrevistas Semiestructuradas

Se llevarán a cabo entrevistas con una selección de estudiantes, docentes y orientadores escolares. Estas entrevistas permitirán conocer con mayor profundidad las percepciones sobre las dificultades que enfrentan los estudiantes en el reconocimiento y la expresión emocional.

Objetivo 2

Para dar respuesta al objetivo de movilización, se diseñarán e implementarán estrategias lúdico-digitales con el fin de facilitar el desarrollo de habilidades socioemocionales en los estudiantes.

Actividades a Realizar

Viajando con las emociones: la docente implementará los muñecos de intensamente donde los estudiantes se llevarán la emoción y en un formato registraran cuando han sentido esa emoción y que han hecho para regularlas.

Juego en kahoot y wordwall sobre las emociones donde se les permitirá la participación de todos los estudiantes que les permitan identificar la emoción y su significado.

Los estudiantes mediante el plan de estudios crearan un super personaje el cual los representará, con sus emociones y fortalezas luego de ellas se realizarán en formato virtual donde obtienen movimiento mientras ellos relatarán las características de sus personajes.

Yoga en el aula, como estrategia para regular las emociones, conocer nuevas maneras de realizar pausa activa, de buscar calma en un momento de tensión o de regreso a clase.

Las herramientas para evaluar la efectividad de estas estrategias y documentar el proceso serán las siguientes:

Videos de las Actividades

Se grabarán fragmentos clave de las sesiones donde se apliquen las estrategias lúdico-digitales. Estas grabaciones permitirán observar expresiones faciales, lenguaje corporal, interacciones sociales y participación emocional durante las actividades. El análisis de los videos se centrará en indicadores observables de habilidades socioemocionales, como la empatía, la cooperación, la autorregulación y la expresión emocional adecuada.

Rúbricas de Observación

Se utilizarán rúbricas específicas diseñadas para evaluar la participación de los estudiantes durante las actividades lúdicas. Estas rúbricas incluirán criterios como: identificación de emociones propias y ajenas, expresión verbal de emociones, resolución de conflictos, y

trabajo en equipo. Serán aplicadas por el docente o investigador durante y después de la intervención.

Objeto 3

Analizar los efectos de la aplicación de las estrategias lúdico-digitales en el reconocimiento emocional de los estudiantes en el contexto escolar, se utilizarán herramientas que permitan comparar percepciones y comportamientos antes y después de la intervención. Estas herramientas permitirán valorar posibles avances en el desarrollo de las competencias socioemocionales, particularmente en la capacidad de reconocer, identificar y nombrar emociones propias y ajenas. Las herramientas seleccionadas son:

Cuestionarios Post-Experiencia

Se aplicarán cuestionarios estructurados a los estudiantes luego de la implementación de las estrategias. Estos cuestionarios incluirán ítems cerrados y algunos abiertos para explorar percepciones sobre su propio reconocimiento emocional, situaciones específicas vividas durante las actividades, y el impacto de las estrategias en su forma de comprender y expresar emociones.

Entrevistas Semiestructuradas de Valoración

Se realizarán entrevistas con una muestra representativa de estudiantes y docentes, orientadas a obtener valoraciones cualitativas sobre los cambios observados en la identificación de emociones, la relación con otros, y la regulación emocional.

Autoevaluaciones y Valoraciones de Competencias Emocionales

Se aplicará una herramienta de autoevaluación adaptada al nivel escolar de los estudiantes, donde ellos valoren en qué medida consideran haber mejorado en el reconocimiento emocional.

Categorías para el Análisis de Datos

Para analizar los datos recolectados en este estudio, se han definido las siguientes categorías, las cuales están directamente relacionadas con los objetivos planteados:

Dificultades en el Reconocimiento Emocional. Esta categoría agrupa las respuestas y observaciones relacionadas con los obstáculos que enfrentan los estudiantes para identificar sus propias emociones y las de otros dentro del contexto escolar. Se incluyen aspectos como confusión emocional, falta de vocabulario emocional, y situaciones específicas que dificultan este reconocimiento

Dificultades en la Expresión Emocional. Aquí se consideran las barreras que impiden a los estudiantes comunicar adecuadamente sus emociones, ya sea por miedo al rechazo, inseguridad, normas sociales escolares o falta de espacios adecuados para la expresión emocional.

Estrategias Lúdico-digitales Diseñadas. Esta categoría contempla las características, herramientas y actividades diseñadas para facilitar el aprendizaje socioemocional. Se analizan las percepciones de estudiantes y docentes sobre estas estrategias, su accesibilidad, atractivo y funcionalidad en el contexto escolar.

Efectos en el Desarrollo de Habilidades Socioemocionales. En esta categoría se agrupan los cambios observados o percibidos en los estudiantes tras la aplicación de las estrategias, específicamente en su capacidad para reconocer, comprender y expresar emociones, así como en su interacción social y bienestar emocional.

Resultados

Durante el desarrollo de las actividades planificadas, se observó activamente el comportamiento de los estudiantes, así como su disposición al trabajo en equipo y la forma en que expresaban sus emociones. En esta etapa inicial, se identificaron dificultades en el reconocimiento de algunas emociones, lo cual se evidenció en la necesidad de los estudiantes de preguntar y reflexionar frente a las respuestas emocionales de sus compañeros. Este ejercicio de cuestionamiento y diálogo permitió abrir espacios de aprendizaje emocional entre pares.

La implementación de estrategias lúdico-digitales, tales como juegos interactivos, actividades grupales y dinámicas de reconocimiento emocional, favoreció la participación activa y promovió el desarrollo de habilidades socioemocionales. A medida que avanzaban las actividades, los estudiantes mostraron mayor apertura emocional y comprensión de sus propias emociones y las de los demás.

Un hallazgo significativo fue el rol de los agentes educativos y el entorno familiar en la construcción emocional de los estudiantes. Se destacó la participación activa de los padres de familia, quienes asumieron una responsabilidad afectiva clave en el proceso. Acciones como mensajes motivacionales por llamadas telefónicas, notas positivas en las loncheras, sesiones de yoga y spa, la interacción directa con las emociones y el uso de una cartilla de apoyo socioemocional, contribuyeron a fortalecer el vínculo emocional entre los niños y sus cuidadores.

Acercamiento de la Población a la Variable

Para la recolección de la información primero se realizó una observación a las clases donde permitió identificar la interacción entre la docente y los estudiantes, la relación entre los mismos y la relación al momento de recoger y dejar a sus niños y niñas de 19 estudiantes 10 de

ellos tienen ruta, los otros son 5 recogidos por sus padres de familia sea mamá o papá y los otros 4 son recogidos por parientes cercanos o amigos.

Luego de ello, se interactúa con los estudiantes con juegos de estimulación y relajación como el baile del pañuelo, yoga con los animales y pequeñas pausas activas con spa, permitiendo un acercamiento con la población para luego si trabajar de lleno, se continuo con videos de sensibilización como interacción con los valores, el valor de la familia, el amor y la amistad, continuo a ello se realizaron pequeños debates que permitieron conocer las emociones iniciales de los niños, luego de ello se realizó un acercamiento con la realidad de cada uno en sus hogares donde se pudo trabajar los tipos de familia que son y cómo la conforman, las relaciones afectivas entre los mismos, la demostración de afecto en sus tiempos de familia o hobbies.

Es por ello que se realizó una segunda intervención con peluches de las emociones (alegría, tristeza, furia, miedo, desagrado, vergüenza, ansiedad, aburrimiento y envidia, emociones de la película intensamente 2) donde fue algo muy positivo para los niños, reconocieron algunas emociones con su función, estaban muy animados por llevarlos a casa, se creó una plantilla en la cual dibujaban la emoción que se llevaban a casa y escribían en algún momento cuando han sentido esa emoción, algunas respuestas fueron que nunca habían sentido esa emoción, o relacionadas a problemáticas del entorno.

Continuando con la actividad y como ejercicio de observación la docente titular expreso una problemática en el grado la cual gira en el conflicto, juegos bruscos y en algunos estudiantes baja tolerancia a la frustración por tanto su proyecto de aula va enlazado con esa problemática lo que llevo a trabajar con los dinosaurios “dinovalores, aprendiendo con los gigantes del pasado”, donde a partir de allí se realizan unas intervenciones mensuales y toda la planeación va articulada con el P.D.A, por otro lado y en relación a lo mencionado la docente cuenta con

apoyo del programa “crear soluciones con las manos” quienes son una entidad que apoyo desde la parte socioemocional dentro del aula de clase realizando intervenciones y dando tips que puedan ayudar a mejorar la relación entre ellos mismos, el fortalecimiento de su autoestima y el reconocimiento de las emociones en el entorno escolar.

Experimentación

Como resultado del proceso de intervención, se evidenció una participación activa y positiva por parte de los estudiantes, quienes mostraron mayor disposición para reconocer, expresar y reflexionar sobre sus emociones en contextos escolares, familiares y convivenciales. Los padres de familia participaron significativamente, reconociendo la importancia de las relaciones socioafectivas en el desarrollo integral de los niños y niñas. La institución educativa, junto con la docente líder del proceso, manifestó interés en trascender los enfoques pedagógicos tradicionales, integrando una mirada más holística y emocional del desarrollo infantil. En línea con los planteamientos de Rafael Bisquerra, se comprendió que la educación emocional debe ser un proceso continuo, sistemático y transversal, clave para el bienestar personal y la mejora de la convivencia. A partir de lo anterior se puede decir que, desde la perspectiva de Walter Riso, se fomentó en los estudiantes la importancia de desarrollar una autoestima saludable, el pensamiento racional y la autorregulación emocional como pilares para su crecimiento psicoafectivo. Para lograr estos avances, se implementaron estrategias como el dibujo con conversación guiada, la observación directa, y entrevistas semiestructuradas, las cuales permitieron explorar profundamente las formas en que los niños y niñas identifican y expresan sus emociones. Las actividades diseñadas en el marco del segundo objetivo incluyeron propuestas lúdico-digitales como “Viajando con las emociones”, juegos en plataformas como Kahoot y Wordwall, creación de personajes emocionales y prácticas de yoga en el aula, todas

enfocadas en el desarrollo de competencias emocionales. Para evaluar el impacto, se utilizaron herramientas cualitativas y cuantitativas como videos, rúbricas de observación, cuestionarios post-experiencia y entrevistas valorativas. En coherencia con lo anterior, se cumplió el objetivo de analizar los efectos de estas estrategias, permitiendo observar avances en la identificación, regulación y expresión emocional de los estudiantes, promoviendo así un ambiente escolar más empático, reflexivo y emocionalmente consciente.

Identificación de Variaciones

Luego de la implementación de las estrategias lúdico-digitales orientadas al fortalecimiento de las habilidades socioemocionales, se observaron transformaciones significativas en la unidad de análisis, especialmente en el plano ontológico, entendido como el reconocimiento y construcción de su ser emocional en relación consigo mismos, con los otros y con el entorno escolar.

Inicialmente, los datos obtenidos a través de entrevistas preliminares y observaciones directas revelaron dificultades en los estudiantes para identificar y verbalizar sus emociones, así como una tendencia a reaccionar de manera impulsiva ante situaciones de conflicto. En los cuestionarios diagnósticos se evidenció que más del 60% de los participantes no lograba asociar emociones específicas con situaciones concretas, y en las entrevistas semiestructuradas se observó un uso limitado del vocabulario emocional.

Tras la intervención, los resultados obtenidos muestran un cambio significativo. En los cuestionarios post-experiencia, el 85% de los estudiantes logró identificar al menos cuatro emociones básicas (alegría, tristeza, enojo, miedo) y describir situaciones en las que las habían experimentado. Las entrevistas finales reflejaron una mejora en la autorregulación emocional: estudiantes que inicialmente actuaban con reactividad, ahora expresaban estrategias para

calmarse, como "respirar profundo", "hacer una pausa" o "pedir ayuda", lo cual se vio reflejado también en la observación en el aula.

El análisis cualitativo de los videos de las actividades permitió identificar un aumento en la empatía y la cooperación entre pares, expresado en actitudes como escuchar al otro sin interrumpir, compartir materiales y buscar soluciones conjuntas durante juegos colaborativos. Estas actitudes fueron poco observadas en la línea de base, donde predominaban interacciones centradas en el yo y escasa contención emocional entre compañeros.

Como resultado, las autoevaluaciones mostraron que el 78% de los estudiantes consideró que había mejorado en su capacidad para reconocer cómo se sentía y comunicarlo, aspecto fundamental en el desarrollo de una identidad emocional sólida. Este cambio refleja una transformación en la autopercepción y una mayor conciencia del propio estado emocional, lo que desde la perspectiva de Rafael Bisquerra constituye un paso clave hacia la competencia emocional.

En cuanto a la percepción docente, en las entrevistas finales se destacó un mayor compromiso por parte de los estudiantes con las dinámicas del aula, mejor disposición al diálogo y un ambiente más armonioso. Desde la mirada de Walter Riso, esto representa un avance en la formación de un pensamiento emocionalmente inteligente, orientado a la construcción de relaciones saludables y una autoestima equilibrada.

Análisis y Discusión

Párrafo 1: Introducción al Análisis de Resultados

Los resultados generales de la investigación reflejan avances significativos en el desarrollo de habilidades socioemocionales y en el reconocimiento emocional por parte de los estudiantes, en coherencia con los objetivos planteados. En primer lugar, se logró diseñar e implementar estrategias lúdico-digitales como juegos interactivos, actividades de creación emocional, dinámicas grupales y ejercicios de respiración y yoga, las cuales fueron bien recibidas por los estudiantes y generaron un alto nivel de participación y compromiso.

En segundo lugar, el análisis de los efectos de estas estrategias evidenció mejoras notables en la capacidad de los estudiantes para identificar, verbalizar y regular sus emociones, así como una mayor empatía y disposición para la convivencia pacífica. Estas transformaciones fueron observadas tanto en los instrumentos cualitativos (entrevistas, observaciones, videos) como en las evaluaciones aplicadas antes y después de la intervención, permitiendo constatar cambios en la forma en que los niños y niñas se relacionan consigo mismos y con los demás.

El análisis de estos hallazgos se abordará desde un enfoque cualitativo, el cual permite comprender en profundidad las experiencias, percepciones y transformaciones emocionales vividas por los estudiantes durante el proceso. Este enfoque resulta pertinente para interpretar la complejidad del fenómeno estudiado, especialmente al considerar la variable del reconocimiento emocional y su implicación en el aspecto ontológico, es decir, en la construcción del ser emocional de cada estudiante.

Es por ello que se identificaron principales dificultades al inicio del proceso, como la limitada capacidad para asociar emociones con situaciones concretas, un vocabulario emocional restringido y una tendencia a la impulsividad ante conflictos. Estas barreras reflejan la necesidad

de intervenciones sistemáticas y sensibles que permitan a los estudiantes desarrollar una comprensión más profunda de sus estados internos y de las dinámicas emocionales del entorno escolar.

Párrafo 2: Análisis del Acercamiento de la Población a la Variable

Al inicio del proceso investigativo, el acercamiento de la población —niños y niñas en edad escolar a la variable de estudio, el reconocimiento emocional, evidenció importantes limitaciones. A partir de entrevistas preliminares, observaciones en el aula y cuestionarios diagnósticos, se identificó que una parte significativa de los estudiantes presentaba dificultades para expresar sus emociones, así como una escasa capacidad de autorregulación emocional. Predominaban respuestas impulsivas ante situaciones de conflicto, falta de conciencia sobre los propios estados emocionales y un vocabulario emocional muy restringido, limitado a términos como "bien", "mal" o "triste".

Estas observaciones iniciales confirmaron las expectativas de la investigación, en cuanto a que los estudiantes requerían apoyo pedagógico específico para desarrollar competencias emocionales. La hipótesis de partida, basada en la necesidad de intervenir con estrategias lúdico-digitales para fomentar el reconocimiento emocional, se vio justificada por la brecha evidente entre las capacidades emocionales observadas y las requeridas para una convivencia escolar saludable.

Sin embargo, también surgieron elementos sorprendentes. Por un lado, se evidenció una alta receptividad de los estudiantes hacia las estrategias lúdico-digitales, incluso por parte de aquellos que inicialmente se mostraban menos expresivos o retraídos emocionalmente. En ese sentido, la implicación activa de las familias y el interés genuino del equipo docente por apoyar el proceso fueron aspectos que superaron las expectativas iniciales. Este entorno de apoyo favoreció un

cambio más profundo del previsto, no solo en el comportamiento observable, también en el plano ontológico, es decir, en la forma en que los estudiantes comenzaron a reconocerse como seres emocionales, capaces de reflexionar sobre sus sentimientos y los de los demás y a mejorar su autoestima.

Párrafo 3: Impacto de la Variable en la Experimentación

Durante la fase de experimentación, el reconocimiento emocional tuvo un impacto significativo en los estudiantes, quienes mostraron avances en la identificación, expresión y regulación de sus emociones, así como en la empatía y la convivencia. Estos resultados confirman la pertinencia de los referentes teóricos, como Bisquerra, Goleman y Riso, al demostrar que la educación emocional, cuando se aborda de forma lúdico digital e intencionada, fortalece el desarrollo integral, la autoestima y el bienestar emocional. Las estrategias aplicadas reflejaron lo planteado por Elsa Punset sobre la necesidad de herramientas prácticas para la gestión emocional, y se alinearon con el enfoque de entornos protectores al promover vínculos afectivos seguros dentro del contexto escolar.

Párrafo 4: Cambios Observados en el Aspecto Ontológico

Tras la intervención, se evidenciaron cambios significativos en el aspecto ontológico de los estudiantes, especialmente en la forma en que se perciben a sí mismos como seres emocionales. En las entrevistas finales, varios estudiantes expresaron con mayor claridad frases como “cuando me enojo, ahora respiro y me calmo” o “me di cuenta de que a veces estoy triste y está bien decirlo”, lo que refleja un desarrollo en la conciencia de sus emociones y su identidad emocional. Los cuestionarios post-experiencia mostraron que el 85 % de los participantes identificaba al menos cuatro emociones básicas y las asociaba con situaciones vividas, en contraste con el limitado reconocimiento inicial. Las autoevaluaciones revelaron que un 78 %

sentía mayor confianza para expresar cómo se sentía, lo cual indica un fortalecimiento del auto concepto y la autorregulación, pilares del crecimiento ontológico en la infancia.

Párrafo 5: Comparación con Estudios Previos

Los hallazgos de esta investigación coinciden en gran medida con estudios previos citados en el marco teórico, con los planteamientos de Goleman (2022) y Bisquerra, quienes destacan que la inteligencia emocional y su desarrollo desde edades tempranas influyen directamente en la convivencia, el bienestar y el rendimiento académico. Al igual que en las investigaciones de estos autores, se observó que la intervención emocional intencionada, especialmente con el uso de estrategias activas y participativas, genera mejoras en la autorregulación y en las relaciones interpersonales. Los resultados se alinean con lo propuesto en el enfoque de entornos protectores del Gobierno de Colombia, que resalta la importancia de crear ambientes escolares seguros y afectivos para el desarrollo integral. Esta investigación aportó una mirada más vivencial y lúdica, lo cual podría explicar una mayor receptividad por parte de los estudiantes y un impacto más profundo en el aspecto ontológico.

Párrafo 6: Limitaciones del Estudio

Una de las principales limitaciones del estudio fue el tamaño reducido de la muestra, lo que dificulta la generalización de los resultados a otros contextos escolares. El tiempo limitado de intervención impidió un seguimiento a largo plazo que permitiera evaluar la permanencia de los cambios observados en las habilidades emocionales. También se enfrentaron desafíos logísticos, como la disponibilidad tecnológica en el aula y la variabilidad en el nivel de participación de algunas familias. Estas barreras pudieron haber influido en la profundidad de los avances alcanzados y en la consistencia de la implementación de las estrategias. Para futuras investigaciones, se recomienda ampliar la duración del proceso, involucrar una muestra más

diversa y asegurar mejores condiciones tecnológicas y de acompañamiento familiar, con el fin de fortalecer el impacto y la sostenibilidad de los resultados.

Párrafo 7: Implicaciones Prácticas de los Hallazgos

Los hallazgos de este estudio abren posibilidades muy valiosas para el contexto educativo, ya que demuestran que integrar estrategias lúdico-digitales en el aula motiva a los estudiantes, fortaleciendo su desarrollo emocional, algo que muchas veces se deja de lado en los enfoques tradicionales. Estos resultados podrían inspirar a las instituciones a repensar sus prácticas pedagógicas y a incluir de forma transversal la educación emocional en sus planes de estudio. Podrían servir de base para que directivos y docentes propongan iniciativas o proyectos institucionales que promuevan entornos más empáticos, seguros y emocionalmente conscientes. Incluso a nivel comunitario, este enfoque puede apoyar el fortalecimiento del vínculo escuela-familia, generando una cultura de cuidado emocional desde las primeras etapas del desarrollo infantil.

Párrafo 8: Conclusión del Análisis y Propuesta de Investigación Futura

En conclusión, el análisis evidenció que las estrategias lúdico-digitales tienen un impacto positivo en el reconocimiento y desarrollo emocional de los estudiantes, fortaleciendo su identidad emocional, la autorregulación y la convivencia escolar. A partir de estos resultados, surge la pregunta: ¿Cómo se mantienen a largo plazo las competencias emocionales desarrolladas a través de estas estrategias? Futuras investigaciones podrían enfocarse en el seguimiento longitudinal de estos procesos y en explorar cómo la formación docente en educación emocional influye en la sostenibilidad de estos avances en distintos contextos educativos.

Conclusiones y Recomendaciones

Los hallazgos de la investigación evidencian que la implementación de estrategias lúdico-digitales favoreció de manera significativa el reconocimiento de las emociones en el entorno escolar. A lo largo del proceso, se observó una evolución en la manera en que los estudiantes identificaban y expresaban sus emociones, especialmente a través del diálogo y el trabajo colaborativo. Estos resultados dan respuesta al objetivo planteado y confirman que las estrategias aplicadas contribuyeron al desarrollo de habilidades emocionales, alineándose con la pregunta de investigación sobre cómo estas herramientas pueden apoyar dicho proceso.

Desde una perspectiva ontológica, la investigación permitió movilizar en los estudiantes aspectos relacionados con el autoconocimiento, la empatía y la reflexión sobre sus propias emociones y las de los demás. La unidad de análisis mostró avances significativos, al propiciar momentos en los que los estudiantes se cuestionaron y reconocieron su mundo emocional. Este proceso reveló una transformación en su forma de vincularse consigo mismos y con sus compañeros, fortaleciendo así su formación integral como sujetos emocionales y sociales.

La variable de estrategias lúdico-digitales tuvo un impacto positivo en la población de estudio, especialmente en el fomento de la participación, la motivación y la apertura al diálogo emocional. Los estudiantes respondieron con entusiasmo a las actividades, lo que facilitó la expresión de sus emociones en contextos seguros y significativos. No obstante, se identificaron desafíos en la comprensión de emociones más complejas, lo que sugiere la necesidad de un acompañamiento más sostenido y de estrategias diferenciadas según las edades o niveles de desarrollo emocional.

Los resultados de este estudio aportan a la literatura existente al evidenciar el potencial de las herramientas lúdico-digitales como mediadoras en el aprendizaje emocional dentro del

entorno escolar. Representan una contribución novedosa en términos metodológicos, al integrar técnicas cualitativas con la observación participativa en actividades digitales. Esta propuesta abre nuevas posibilidades para futuras investigaciones que deseen explorar la educación emocional desde enfoques más dinámicos, participativos y ajustados al contexto tecnológico actual.

Recomendación 1

A partir de los hallazgos obtenidos, se recomienda que las instituciones educativas integren de manera sistemática estrategias lúdico-digitales en sus prácticas pedagógicas, especialmente en el área de formación socioemocional. Es importante diseñar actividades que combinen el juego, la tecnología y la reflexión emocional, adaptadas a las edades e intereses de los estudiantes. Se sugiere capacitar a los docentes en el uso de estas herramientas para que puedan acompañar de forma efectiva los procesos emocionales de sus estudiantes y fomentar ambientes de aprendizaje más empáticos, colaborativos y seguros.

Recomendación 2

Para futuras investigaciones, se recomienda ampliar el enfoque metodológico incorporando técnicas mixtas que permitan combinar la riqueza del análisis cualitativo con datos cuantitativos que midan el impacto de las estrategias implementadas. En ese sentido, sería valioso explorar nuevas variables como el rol de la familia en el reconocimiento emocional o la influencia del entorno digital fuera del aula. Estos elementos podrían ofrecer una visión más integral del fenómeno y enriquecer la comprensión de cómo promover de manera sostenible el desarrollo emocional en contextos escolares diversos.

Referencias Bibliográficas

- Bisquerra, R. (2009). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Goleman, D. (1996). *La inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós
- Ministerio de Educación Nacional. (s.f.). *Orientaciones pedagógicas para la educación preescolar, básica y media*. Recuperado de <https://www.mineducacion.gov.co>
- Ministerio de Educación Nacional. (2017). *Guía No. 26 – Educación Económica y Financiera: Una oportunidad para fortalecer competencias en la educación básica y media*. Recuperado de <https://www.mineducacion.gov.co>
- Ministerio de Relaciones Exteriores. (2020). *Circular No. 27 de 2020: Orientaciones para la promoción de competencias ciudadanas y socioemocionales en el contexto escolar*. Recuperado de <https://www.cancilleria.gov.co>
- Punset, E. (2014). *El mundo en tus manos: No es magia, es inteligencia emocional*. Barcelona: Destino.
- Riso, W. (2010). *Pensar bien, sentirse bien: Técnicas cognitivas para mejorar la calidad de vida*. Bogotá: Editorial Planeta.
- UNICEF. (2020). *Habilidades para la vida y aprendizaje socioemocional en la escuela: Una guía para docentes*. Recuperado de <https://www.unicef.org>
- UNESCO. (2021). *Educación socioemocional para el siglo XXI: Guía para políticas públicas*. París: UNESCO. Recuperado de <https://unesdoc.unesco.org>

Apéndices

Apéndice A

Muestras de Investigación

[Evidencias Paola Pérez](#)