



EVALUACIÓN DE LAS HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA NACIONAL PREPARATORIA

Mariana Eddyluz Carrillo Cervantes

Melisa Guadalupe Chávez Michaca

Elsa Guadalupe López Morales

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

eddy luzcervantes34@gmail.com;

melisaG_chavezM@gmail.com;

elsa.lopez@iztacala.unam.mx

Evaluación del aprendizaje y desempeño académico.

Palabras Clave: Taller, Adolescentes, Habilidades socioemocionales, Aprendizaje

Objetivo: Identificar la importancia de evaluar la expresión de emociones de manera asertiva en estudiantes de bachillerato mediante la empatía y comprensión de las situaciones cotidianas de su entorno.

Resumen

El presente trabajo describe y analiza los resultados de una intervención educativa encaminada a desarrollar las Habilidades Socioemocionales en estudiantes de educación media superior. La intervención se llevó a cabo mediante un taller educativo en estudiantes de tercer año en la Escuela Nacional Preparatoria No. 9 "Pedro de Alba" del turno matutino. El objetivo fue evaluar la importancia del desarrollo de habilidades socioemocionales en la vida diaria dentro de diferentes contextos sociales. Se realizaron diferentes actividades para que los estudiantes identificaran la importancia de expresar emociones de manera asertiva, promoviendo su confianza mediante la empatía y la comprensión de las situaciones en las que conviven con otros.

Planteamiento del problema



En la actualidad los alumnos si tienen ingenio intelectual, pero tienen una pobreza emocional, no existe esa empatía hacia los demás, se carece de un trabajo colaborativo, hay que ser menos individualistas y procurar expandir y compartir el conocimiento.

Vallés (2000) comenta que han disminuido sus capacidades emocionales y sociales como se aprecia en los problemas de convivencia familiar, escolar y social en diferentes escenarios. Por ello se consideró pertinente hacer una revisión de las habilidades socioemocionales que son capaces de desarrollar en el lapso de un taller educativo ya que sin ellas los estudiantes pueden tener dificultades sociales, de aprendizaje y de rendimiento académico.

Justificación

La escuela constituye un contexto muy importante en la vida de cualquier persona, en él se producen numerosos aprendizajes no solo en cuanto a los currículos establecidos en el programa, sino que también se desarrollan una serie de habilidades y capacidades que pueden ser utilizados en otros contextos sociales.

Dado que la escuela es uno de los escenarios donde los estudiantes pasan gran parte de su vida, tomando en cuenta que al menos la educación básica consta de 12 años de asistencia, es que consideramos que es fundamental que el ambiente escolar sea positivo para que los estudiantes puedan desarrollarse de la manera óptima posible.

De acuerdo con lo anterior, partimos de la premisa de que en este ambiente positivo que permita el desarrollo de las personas, se obtiene precisamente la expresión de habilidades socioemocionales, entendidas como un "conjunto de capacidades emocionales [y sociales] individuales e interpersonales que influyen en la capacidad total de un individuo para responder ante las presiones del medio que le rodea" (Ruvalcaba et al., 2017, p.78).

Es por lo anterior que se planteó una intervención mediante un taller educativo para desarrollar habilidades socioemocionales, dado que los talleres educativos permiten la apropiación de conocimientos y la participación e interacción social mediante la realización de una serie de actividades del gusto de los participantes; entonces, los estudiantes aprenden mientras se divierten y desarrollan por ellos mismos las habilidades propuestas por los facilitadores.



Creemos que aplicando y evaluando diversas metodologías y estrategias a través del taller, se puede ayudar a los estudiantes a tener un equilibrio desde su aprendizaje significativo, pasando por el desarrollo óptimo de diversas habilidades sociales, hasta la comprensión de sus emociones y las de los demás, lo que puede permitirles actuar funcionalmente en la sociedad de acuerdo con las exigencias de la misma, independientemente del contexto en el que se vean inmersos.

Fundamentación teórica

Las habilidades socioemocionales son una gama de competencias y disposiciones que permiten el manejo y regulación de estados de ánimo y sentimientos con el fin de atender todas aquellas herramientas que le permiten a la persona entender y regular sus emociones, comprender los procesos de las otras personas, a partir del sentir y demostrar empatía, así como establecer y desarrollar relaciones en beneficio colectivo, tomar decisiones personales además de definir y alcanzar metas personales (Hernández, et al., 2018).

Hablar de habilidades socioemocionales es hablar del desarrollo de habilidades importantes para el bienestar de una sociedad en general, mismas que no son solo útiles dentro del contexto educativo, sino que son vitales para la construcción de comunidades proactivas, es por ello que es importante que el desarrollo de las mismas sea promovido desde la escuela, contexto en el que los estudiantes pasan gran parte de su vida cotidiana y que impacta comunidades más amplias que no necesariamente pueden ser educativas (Aristulle y Paoloni, 2019).

La educación socioemocional es, entonces, un proceso social y formativo que requiere el conocimiento de técnicas y estrategias que permitan a los individuos la adquisición de aprendizajes significativos respecto a sí mismos y a los demás. Al respecto, Álvarez (2020) menciona que "la educación socioemocional tiene como propósito el reconocimiento de las emociones propias y de los demás, así como la gestión asertiva de las respuestas a partir de una adecuada autorregulación, lo que favorece las relaciones sociales e interpersonales, además de la colaboración con otros" (p. 388).

En este sentido, educar socioemocionalmente a las personas contribuye a su propio bienestar partiendo de un desarrollo integral, pero tomando en consideración que somos seres



sociales y estamos en constante contacto con terceros de los que también aprendemos a través de nuestras interacciones con ellos, se podría afirmar que educar a los individuos sobre habilidades socioemocionales y los beneficios de las mismas, contribuye al bienestar social también.

Respecto a los beneficios de las habilidades socioemocionales, Molina y Pérez (2006) mencionan que uno de estos es el clima social positivo, mismo que "implica el desarrollo de un ambiente participativo y coherente, que facilite la formación integral del alumnado y propicie una convivencia más armónica dentro del salón de clases" (citado en Ruvalcaba et al., 2017, p.79).

Entonces, y siguiendo con los beneficios, el desarrollo de estas habilidades permite adquirir las necesarias para reconocer y regular las emociones propias, desarrollar relaciones sanas, tomar decisiones de manera responsable, manejar desafíos de manera constructiva, buscar otras alternativas más funcionales a la solución de problemáticas, expresarse de manera más asertiva, promover la confianza y la comunicación entre las personas y prevenir conductas de riesgo, entre otros, sobre todo en la etapa de la adolescencia.

Saberse expresar de manera asertiva, por supuesto, es importante para que los demás comprendan y para comprender a los demás, estableciendo un respeto mutuo y evitando los malentendidos que se puedan suscitar ante una deficiente comunicación. Promover el desarrollo de la comunicación, la confianza, el compañerismo y la empatía, por mencionar algunos, puede ayudar a incrementar los niveles de aprendizaje, de participación y socialización de los individuos, para ello es importante reforzar las habilidades emocionales, sociales y cognitivas, por lo que el desarrollo de habilidades socioemocionales (HSE) cobra vital relevancia. De hecho, la empatía forma parte de una de las habilidades más importantes, la de conciencia social y es reconocida por la Secretaría de Educación Pública (2014) como una de las imprescindibles en este desarrollo socioemocional.

Es por todo lo anterior que se planteó la necesidad de intervenir mediante el uso de diferentes estrategias para ayudar a los estudiantes a desarrollar HSE, una de ellas es mediante el uso de talleres educativos, como el que se reporta en el presente trabajo, que se caracterizan por el uso de una planeación flexible creada para cubrir un tema en específico mediante actividades que brinden una experiencia significativa a los usuarios y que se ajustan a las características de la población en turno y la situación de la misma.



En el caso del taller realizado, el objetivo general fue incrementar los niveles de aprendizaje con respecto a las habilidades socioemocionales en estudiantes de tercer año de preparatoria y el objetivo específico de la sesión perteneciente al taller, reportada en el presente trabajo, estuvo orientado a identificar la importancia de expresar emociones de manera asertiva, promoviendo la confianza en los alumnos de bachilleres mediante la empatía y comprensión de las situaciones. Creemos también, que la evaluación con estrategias novedosas (García, 2018) de los resultados de la sesión de empatía puede contribuir al énfasis que los docentes pueden poner en sus planeaciones didácticas incluyendo esta habilidad dentro de las actividades que realizan en la cotidianeidad de las clases fomentando su expresión y presencia en el desarrollo socioemocional de los estudiantes de educación media superior.

Metodología

Se trabajó con 18 estudiantes pertenecientes al grupo 621 de la Escuela Nacional Preparatoria No. 9, de los cuales 7 fueron hombres y 11 mujeres con edades comprendidas entre los 17 y los 18 años de edad que cursaban el último año de preparatoria.

Debido a la actual situación de contingencia social a causa de la pandemia por Covid-19, el taller se aplicó vía Zoom el día martes 1° de marzo del año en curso, de 10:30 am a 12:00 pm.

A lo largo del taller se hizo uso de procesadores de textos y plataformas digitales (Zoom, Kahoot y Google Slides) para realizar las actividades planeadas para la sesión. También se hizo uso de conexión a internet, cámara, micrófono, dispositivos electrónicos varios (celular, computadora, laptop, tableta), procesadores de videos, navegadores web (google, opera, safari, etc.).

Procedimiento

La sesión número 3 del taller “Aprendiendo a Sentir Emociones”, comenzó con una actividad rompehielos llamada “Adivina la película o serie” por medio de la plataforma Kahoot.

Ya habiendo establecido un ambiente más ameno, los moderadores dieron una breve explicación de la falsa idea sobre la existencia de emociones “buenas” y “malas”, haciendo



hincapié a la importancia de todas las emociones y a las diferentes formas en las que pueden ser expresadas.

Como siguiente actividad en la sesión y un apoyo visual se les mostró a los estudiantes una problemática hipotética a cada uno y se les pidió que expresen verbalmente qué emociones consideraron que ellos experimentarían en esa situación o cómo reaccionarían ante ella. Esta actividad duró aproximadamente 20 minutos ya que cada alumno tuvo la oportunidad de participar.

Ya terminada la actividad de las situaciones hipotéticas, los moderadores dieron una breve plática sobre la importancia de expresar las emociones de manera asertiva y para poder ejemplificar lo dicho, se les comentó sobre situaciones cotidianas para que fuera más fácil la comprensión de esta acción.

Como siguiente actividad, se hizo un juego llamado “La muerte de Chicho” en la que les dijo en privado a cada uno de los alumnos una emoción con la que iban a trabajar en esta actividad. La indicación fue que ya ante sus compañeros, cada alumno tendría la oportunidad de actuar y expresar su sentir a sus compañeros (según la emoción que le haya tocado, y sin mencionarla durante su actuación) sobre la muerte de su amigo Chicho (situación hipotética en la que la actividad gira entorno). Después de las actuaciones de todos los alumnos, se les solicitó que identificaran cuáles fueron las emociones que sus compañeros expresaron, esto con el fin de poner a la vista nuestra capacidad de identificar y expresar emociones, ya sea de otros u propias. Para esto último, se les solicitó a los alumnos que expresaran si consideraban que el ser asertivos tanto dentro de la actividad como en la vida cotidiana tiene importancia y el porqué de su respuesta.

Durante y al cierre de la sesión, se les dió retroalimentación sobre la práctica adecuada de las habilidades socioemocionales y sus beneficios dentro y fuera del ámbito escolar, se les agradeció por entrar a la sesión y se les hizo un recordatorio sobre los pendientes en la plataforma Classroom que se dispuso para entregas de actividades en todo el taller, en caso de aún no haberlos realizado.

Resultados



Ya que las facilitadoras se percataron que una actividad rompehielos era una buena motivación para los alumnos al iniciar la sesión, se hizo el juego de los emojis para comenzar con las participaciones e ir preparando un ambiente ameno en la sesión. En la realización de esta actividad participaron todos los alumnos que entraron a la sesión y se observó que la mayoría de ellos tuvieron buenos resultados en este juego, como se muestra en las Figuras 1, 2 y 3.

Figura 1. Resultados de Kahoot “Adivina la película o serie”

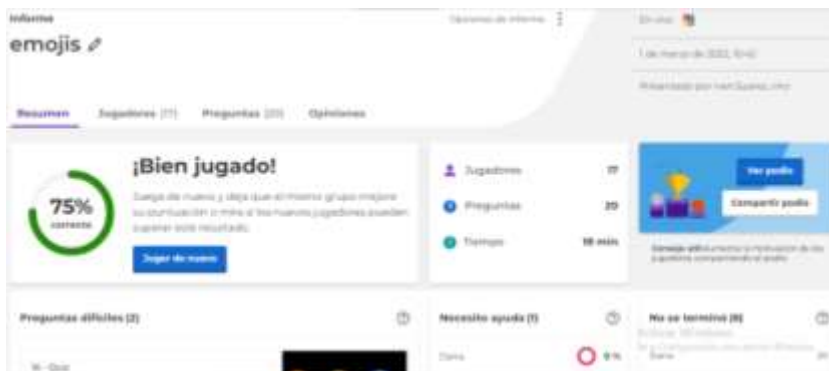


Figura 2. Resultados de Kahoot “Adivina la película o serie”

Nombre	Clasificación	Respuestas correctas	Sin respuesta	Puntuación final
Marcelo	1	100%	---	15.000
Karla	2	100%	---	13.204
Samantha	3	100%	---	12.907
Carl Fabian	4	100%	---	12.207
Alejandra	5	100%	---	11.498
Lulu	6	100%	---	11.207
Crístina	7	100%	---	11.276
RogerC	8	100%	---	10.708
Dulce Mediana	9	100%	Activado Windows	10.498
Helena	10	75%	---	10.000

Figura 3. Resultados de Kahoot “Adivina la película o serie”



Actividad	Participantes	Emoción	Porcentaje	Actos	Actos por Participante
Lula	4	Tristeza	100%	0	0.00
Cristina	2	Tristeza	100%	0	0.00
Hugo	4	Tristeza	100%	0	0.00
Elisa Medina	4	Tristeza	100%	0	0.00
Isabella	10	Tristeza	70%	0	0.00
Melissa	11	Tristeza	100%	1	0.09
Hugo	12	Tristeza	100%	1	0.08
Carina	12	Tristeza	75%	0	0.00
Alexis	14	Tristeza	70%	1	0.07
Fernanda Melo	15	Tristeza	70%	1	0.07
Mariana	16	Tristeza	100%	0	0.00
Diana	17	Tristeza	100%	0	0.00

Después de la explicación sobre la importancia de las emociones no hubo duda alguna sobre lo que se abordó así que se pasó a la actividad 2 sobre las situaciones hipotéticas y las reacciones de los alumnos en la que 5 alumnos elegidos al azar y un alumno que quiso participar, los cuales respondieron que las emociones que sentirían en la situación hipotética que se les asignó serían tristeza, molestia, emoción, miedo y euforia (Figura 4, apartado de situaciones hipotéticas). A lo largo de esta actividad los participantes mostraron poseer una gran variedad de opiniones, pero se mantuvieron abiertos a escuchar lo que los demás tenían por decir.

Y por último, durante la actividad de “Se murió Chicho”, las participaciones de los alumnos fueron muy activas, divertidas y entretenidas, recibiendo nosotros como moderadores algunos comentarios como “Me gustó mucho esta actividad” “Me pareció una actividad muy divertida y me gustó actuar y ver a mis compañeros actuar” “Creo que esta actividad fue de ayuda para comprender la importancia de expresar e identificar las emociones”. Además, a excepción de 2 o 3 alumnos, la mayoría de los participantes tuvieron una excelente interpretación de la emoción que les tocó y de igual manera, pudieron identificar las emociones que sus compañeros interpretaron, habiendo solo dos casos en los que pensaron que la emoción de algún compañero era otra, aunque había cierta similitud en las respuestas tales como en el caso en donde la emoción a interpretar era *indiferencia* y los compañeros dijeron que se notó una emoción de *enojo* o *miedo*. En la figura 4 se muestran las emociones que se les asignaron a los alumnos para que pudieran representarlas con su actuación.

Figura 4. Emociones para las actividades 2 y 3 en la sesión 3.



Estudiante	Situaciones hipotéticas	Se murió chicho
1	Tristeza Molestia	Neutral
2	Tristeza Emoción/miedo	Indiferencia/tristeza
3	Muchas emociones Euforia	Nostalgia

Por último, después de la retroalimentación final no hubo dudas por parte de los alumnos pero sus participaciones acerca de la importancia de expresar e identificar emociones fueron enriquecedoras ya que se escucharon comentarios como “Ahora entiendo que expresar asertivamente mis emociones puede ser de ayuda en mis relaciones con los demás” o “Creo que es bueno saber identificar las emociones que otras personas expresan porque así sabemos si podemos ser de apoyo con lo que sientan”, así que, como facilitadoras, pensamos que fue una sesión con resultados excelentes basándonos en las respuestas, participaciones y comentarios de los alumnos que asistieron.

Conclusiones

Al finalizar la intervención y realizar los análisis correspondientes de la misma, pudimos concluir que el Taller de desarrollo de Habilidades Socioemocionales "Aprendiendo a Sentir Emociones" donde se retomó lo referente a la sesión de empatía, fue una herramienta sumamente útil para orientar a los estudiantes en algunos aspectos sociales y emocionales importantes, como la comunicación asertiva y el desarrollo de empatía, lo que permitió que ellos fortalecieran sus conocimientos, pensamientos, y comportamientos respecto a las habilidades socioemocionales.

El taller en su totalidad permitió observar que el desarrollo de habilidades socioemocionales además de contribuir positivamente en aspectos de su vida diaria como el rendimiento académico y sus relaciones interpersonales, fue sumamente útil para prevenir y/o disminuir en cuanto a intensidad algunas conductas de riesgo causadas por una mala regulación emocional y deficientes habilidades sociales, en este sentido el taller funcionó también como una especie de prevención de conductas disruptivas que perjudicarán la vida presente de los individuos y la futura al mantenerlos informados de las consecuencias de sus actos y lo que podrían hacer para evitar las consecuencias negativas.



La evaluación de los efectos que arroja esta intervención en el comportamiento de los participantes es un indicador potencial para que los docente de Educación Media Superior tomen en consideración realizar actividades con los adolescentes como las que aquí se mostraron con el fin de abonar al desarrollo de mejores estrategias para guiar a los estudiantes en el aprendizaje de la conciencia emocional y mejorar la convivencia dentro del aula y en las situaciones cotidianas donde se encuentren.

Referencias

- Álvarez, E. (2020). Educación socioemocional. *Controversias y Concurrencias Latinoamericanas*, 11 (20), 388-408.
- Aristulle, P. y Paoloni, P. (2019). Habilidades socioemocionales en las comunidades educativas: aportes para la formación integral de los y las docentes. *Revista Educación*, 43 (2), 1-26. <https://doi.org/10.15517/revedu.v43i2.28643>
- García, C. B. (2018). Las habilidades socioemocionales no cognitivas “o blandas”; aproximaciones a su evaluación. *Revista Digital Universitaria*, 19 (6), 1-17.
- Hernández, M., Trejo, Y., y Hernández, M. (2018). El desarrollo de habilidades socioemocionales de los jóvenes en el contexto educativo. *Revista de Educación para Docentes y Directivos*, 3 (9), 88-97.
- Ruvalcaba, N. Gallegos, J. y Fuerte, J. (2017). Competencias socioemocionales como predictoras de conductas prosociales y el clima escolar positivo en adolescentes. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 88 (31.1), 77-90.



Secretaría de Educación Pública (2014). *Manual para el desarrollo de habilidades socioemocionales en planteles de Educación Media Superior "Yo no abandono"*. México.

Vallés, A. y Vallés, C. (2000). *Inteligencia emocional: aplicaciones educativas*. Madrid: EOS