

GENERAR AMBIENTES DE APRENDIZAJE EN LOS ALUMNOS DE CUARTO SEMESTRE EN LA ESCUELA PREPARATORIA NO.18

Fecha de aceptación: 02/09/2024

Rocio Tobias Castillo

Universidad de Guadalajara

**Irma Elizabeth del Rosario Naranjo
Núñez**

Universidad de Guadalajara

INTRODUCCIÓN

Este trabajo de investigación surge a raíz de la reflexión sobre la importancia y la demanda que la sociedad exige al docente sobre mejorar su labor educativo, el proceso del conocimiento en la práctica docente, implica el análisis de algunas características, por ejemplo se puede iniciar con la práctica docente, tomando en cuenta que también se necesita el conocimiento de los métodos, tanto el cuantitativo como el cualitativo, pero dadas las cualidades del fenómeno a estudiar, la metodología de corte cualitativo resulta ser la más viable para la investigación, porque el fenómeno de enseñanza y aprendizaje esta matizado por esencias, tanto de los alumnos como de los profesores.

Por ello surge la necesidad de conocer el sentir de los estudiantes por medio de la Inteligencia emocional, para evitar la deserción en los estudiantes de la escuela Preparatoria No.18. La educación emocional se impone de manera inevitable y puesta en práctica desde edades

RESUMEN: Esta investigación está conformada por cinco capítulos, en el capítulo I se habla sobre el contexto de la Escuela Preparatoria No.18, esta muy interesante lo que ha suscitado desde antes y después de la pandemia por el COVID-19, en el capítulo II se aborda el enfoque pedagógico y se plantea el problema que será parte importante para el inicio de este proyecto de intervención, en el capítulo III, se basa sobre el objetivo, las técnicas a utilizar, sobre la inteligencia emocional. En el cuarto capítulo IV es la implementación del proyecto a intervenir por medio de planeación de actividades, la autoevaluación de la inteligencia emocional (Test de Emily Sterrett), los logros alcanzados y los resultados obtenidos en este viaje de investigación y por último en el capítulo V se habla sobre las reflexiones realizadas con base a la información recabada, así como las áreas de mejora para continuar con el proyecto.

PALABRAS CLAVE: Habilidades socioemocionales, cuantitativo, cualitativo, Docente, educación media superior.

tempranas, contribuye al desarrollo de capacidades emocionales que ayudan a un mejor bienestar personal y social.

Este trabajo de investigación surge a raíz de la reflexión sobre la importancia y la demanda que la sociedad exige al docente sobre mejorar su labor educativo, el proceso del conocimiento en la práctica docente, implica el análisis de algunas características, por ejemplo se puede iniciar con la práctica educativa y docente, tomando en cuenta que también se necesita el conocimiento de los métodos, tanto el cuantitativo como el cualitativo, pero dadas las cualidades del fenómeno a estudiar, la metodología de corte cualitativo resulta ser la más viable para la investigación, porque el fenómeno de enseñanza y aprendizaje esta matizado por esencias, tanto de los alumnos como de los profesores.

La importancia de las llamadas “habilidades socioemocionales” en educación, viene siendo reconocida de forma progresiva, se plantean estudios empíricos y revisiones sistemáticas de la literatura que corroboran su impacto en la mejora de las habilidades de lectura, matemáticas y ciencias, así como en los conocimientos y las metacogniciones, por ello es necesario conocer en los alumnos de cuarto semestre del grupo E del turno matutino, sus características para poder implementar estrategias de mejora para mejorar su vida personal.

Con el desarrollo socioemocional en la infancia y adolescencia, se mejora la percepción de sí mismos, de las escuelas, sus lugares de pertenencia y entornos. Al desarrollo socioemocional y de la apreciación del entorno se le atribuye, un impacto subsecuente en la autoestima y en las habilidades que promueven el aprendizaje, al mismo tiempo que reduce el estrés emocional y las conductas problemáticas en el aula.

La Educación Media Superior EMS a nivel nacional mediante la integración de un Sistema Nacional de Bachillerato SNB, asegurando una educación de calidad y estandarizada en conocimientos y competencias entre los jóvenes de México, por lo tanto parte fundamental para el desarrollo en la educación en México cuyo objetivo es mejorar la calidad educativa, una situación que se ha manifestado es la deserción escolar por parte de los estudiantes de la preparatoria No.18 y es necesario evitarla, dicho escenario se ha visto incrementado debido al impacto de la pandemia COVID-19.

Se busca generar ambientes de aprendizaje en los alumnos ya que al afectarse la salud mental pueden surgir situaciones como bajos resultados académicos en algunas materias, desmotivación para continuar con la formación, deserción de la educación universitaria y hasta posibles trastornos mentales. De esta manera, se muestra que en los últimos años ha venido en incremento la deserción universitaria, no sólo debido a factores de índole académico y socioeconómicos, sino principalmente a una errada orientación vocacional, indecisión sobre el proyecto de vida y baja tolerancia a la frustración, todas ellas generadas por la ausencia de herramientas que permitan obtener una inteligencia emocional favorable (Rodríguez, 2019).

Debido a situaciones como las mencionadas anteriormente, es fundamental poseer las habilidades suficientes de inteligencia emocional que permitan independizar la capacidad de decidir libremente, sin el sometimiento implícito que ejerce en un individuo la fuerza impulsiva de las emociones, por esta razón, este proyecto de intervención pretende realizar un recorrido por los principales fundamentos de la inteligencia emocional y la forma en que las personas pueden apropiarse de ellas. El tipo de investigación es cualitativa, la metodología que se utiliza es la observación participante, los instrumentos son la encuesta y entrevista para tener un panorama sobre la personalidad de los alumnos la estrategia empleada inteligencia emocional.

DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN PROBLEMÁTICA

Justificación

Argumentar la relevancia y pertinencia de la propuesta de intervención para la comunidad educativa y sociedad en general.

Es significativo investigar la actividad de la docente, porque sus características o cualidades como persona representan modelos o patrones a seguir entre los alumnos, además de que el edificar algunas de estas acciones permite mejorar el rendimiento o aprovechamiento académico de los estudiantes, por medio del perfeccionamiento de habilidades, destrezas y actitudes o evitando errores que se cometen de manera consciente o inconsciente, y que a la vez se aprenden de algún modelo o patrón que sigue reforzando en el actuar. Por lo tanto, el descubrir lo que hace la docente en el aula beneficia a sus alumnos, y también en ella, al mejorar su trabajo.

El desarrollo de las habilidades socioemocionales en el entorno educativo ha venido creciendo de manera indiscutible desde los últimos veinte años. Se han perfeccionado y mejorado programas de intervención y se han hecho esfuerzos desde diversas propuestas metodológicas para su fundamentación. En la actualidad, existen diversos enfoques; algunos involucran los niveles de educación básica, otros incluyen hasta la educación media superior, en este caso en específico la docente se centrará en este nivel educativo que es el bachillerato o la educación media superior. algunos lo hacen como programas complementarios y otros como programas inmersos, como es el caso de México. (Arias, Hincapie, & Paredes, 2020). Documentaron las iniciativas y estrategias que se implementan en América Latina y el Caribe desde el marco legal responsable de la educación en los países.

Contexto escolar

Se realiza este proyecto de intervención con respecto a la educación emocional de los estudiantes de cuarto semestre del grupo E del turno matutino de la Unidad de Aprendizaje de Matemática y Ciencia II que se imparte en el 4to semestre del BGC, de la Preparatoria No.18 que se encuentra en la zona Balcones De Oblatos viven alrededor de 13,000 personas en 2,910 unidades habitacionales. Se contabilizan 2,216 personas por km², con una edad promedio de 30 años y una escolaridad promedio de 8 años cursados. De las 20,000 personas que habitan en Balcones De Oblatos, 4,000 son menores de 14 años y 4,000 tienen entre 15 y 29 años de edad. Cuando se analizan los rangos etarios más altos, se contabilizan 5,000 personas con edades de entre 30 y 59 años, y 1,400 individuos de más de 60 años.

Según estimaciones de (MarketDataMexico, 2018). Balcones De Oblatos tiene un output económico estimado en MXN \$1,000 millones anuales, de los cuales MXN \$610 millones corresponde a ingresos generados por los hogares y unos MXN \$390 millones a ingresos de los 440 establecimientos que allí operan.

Adicionalmente, se estima que en la colonia laboran 2,000 personas, lo que eleva el total de residentes y trabajadores a 20,000. Entre las principales empresas (tanto públicas como privadas) con presencia en la colonia se encuentra UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA, que junto a otras dos organizaciones emplean unas 273 personas, equivalente al 71% del total de los empleos en la colonia. Uno de los problemas que los profesores se enfrentan es a la inasistencia de algunos alumnos lo que ocasiona que se queden rezagados, otra situación es que los estudiantes trabajan por estos motivos existe la deserción por parte de ellos.

La docente busca es que sus alumnos asimilen y no sigan arrastrando el prejuicio que las matemáticas que son imposibles, difíciles y que no le van a entender, es por ello que recurre a promover el desarrollo de las habilidades socioemocionales y generar ambiente de aprendizajes adecuados para ellos ya que es de vital importancia tratar de desbloquear este concepto que cada uno de ellos trae desde su educación básica (primaria y secundaria), se busca que aparte de reflexionar sobre esta situación una de las cuales también es factor de deserción, conozcan las causas por las que sucede y que cuenten con datos específicos para conocer la realidad que se vive dentro de su preparatoria. ya que los estudiantes son parte de la nueva generación productiva en nuestro país, cuya meta es el que exista menor deserción, y que cada día los jóvenes se sigan superando ya que el México que actualmente se conoce, exigen más preparación a sus pobladores.

Planteamiento del problema

Localizar el problema que presenta la profesora en su actuar como docente, por lo tanto, encontrar algunas características que no le permiten una mejora en su práctica cotidiana en la docencia, ya que es la continuación de la caracterización. Partiendo de estos puntos, se inicia con el concepto de problema, el cual se define como:

El problema real, es una necesidad, una laguna, una carencia relativa al sistema educativo, al funcionamiento organizativo, de la institución pedagógica o a los procesos de enseñanza aprendizaje. También consiste en decir clara y concisamente lo que se va a investigar. El problema de investigación es el resultado de la problematización (Sánchez, 1993, p. 6)

Como se menciona, hay que localizar esa laguna o carencia que se está presentando en el proceso de enseñanza aprendizaje, y que debido al análisis ya realizado se puede tener una idea de esas lagunas o deficiencias que se presentan. Y como resultado del proceso de problematización se obtendrá el problema, y la docente se hace las siguientes preguntas ¿Por qué los estudiantes que faltan no asisten a las asesorías? ¿Qué métodos se deben modificar para lograr que los estudiantes terminen el bachillerato?

MARCO REFERENCIAL

Enfoque pedagógico

La actividad de la docente, el actuar en el aula y la subjetividad entre los alumnos y la profesora, puede partir de un análisis sociológico que se fundamenta en métodos, que en esta ocasión se toma el método de investigación cualitativo. Ahora bien, se inicia con la descripción de una investigación cualitativa, la cual:

pretende dar cuenta de significados, actividades, acciones e interacciones cotidianas de distintos sujetos, observados éstos en un contexto específico o en un ámbito de dicho contexto. Así, la perspectiva cualitativa no está interesada en contar y medir cosas, ni convertir observaciones en números, se interesa por preguntar, interpretar y relacionar lo observado, es decir, por construir un sentido sobre la problemática que nos condujo al campo de observación (Reynaga S. , 2002, p. 126)

Este es un modelo de investigación que explica con mayor profundidad lo que se quiere lograr en la intervención de la práctica docente para generar ambientes de aprendizaje dado que el interés central se enfoca en interpretar y relacionar lo que se observa del fenómeno en la práctica de la docente por ejemplo, el analizar y el prestar atención a las acciones que realiza la docente con los alumnos, así como también en la manera de hacerles preguntas, la forma de corregirlos, la didáctica que utiliza, las emociones que proyecta hacia ellos, la transmisión de valores, entre otros.

Antecedentes teóricos

El papel que juega la Reforma Integral de la Educación Media Superior RIEMS es de gran importancia ya que busca estandarizar la Educación Media Superior EMS a nivel nacional mediante la integración de un Sistema Nacional de Bachillerato SNB, asegurando una educación de calidad y estandarizada en conocimientos y competencias entre los jóvenes de México, los cuales son el futuro en este país, es decir, genera en los estudiantes referente a las escuelas y subsistemas, que descubran y reflexionen sobre el contexto en que se desenvuelven, por tal motivo es necesario que lo conozcan para que se identifiquen e integren en esta nueva sociedad, teniendo en cuenta las situaciones ajenas a él, que se les llegara a presentar como el suspender su proceso en la EMS en el tránsito de este, pudiera continuar en otro plantel educativo para mejorar la calidad académica del alumno, empleando el desarrollo de sus habilidades, conocimientos y las competencias que le permitan abrirse paso en su carrera profesional y posteriormente en el campo laboral.

Se entiende como “competencia adquirir significado en la atribución de pautas de desempeño en un sujeto, como capacidad para resolver algún problema” (Díaz Barriga, 2006). Es decir, en este caso los alumnos al terminar el bachillerato por competencias el cual está regida la Universidad de Guadalajara, será capaz de resolver cualquier situación que se le presente en la vida tanto personal como laboral.

Parte fundamental para el desarrollo en la educación en México cuyo objetivo es mejorar la calidad educativa y por esta situación es necesario evitar la deserción por parte de los estudiantes de la preparatoria No.18 y se ha visto incrementada debido al impacto de la pandemia COVID-19.

La Universidad de Guadalajara para evitar que tanto los profesores, administrativos, operativos y los alumnos sufrieran de contagios debido a la contingencia, el regreso a clases fue el 10 de agosto será 100 por ciento virtual (UdeG, 2021), después que los docentes regresaron a trabajar como lo había recomendado las autoridades.

Gran porcentaje de la población estudiantil, dejaron de asistir a las clases virtuales debido a la situación ya que ayudaban al sustento familiar, es decir los estudiantes preferían trabajar ya que como en el contexto en el que se encuentra la preparatoria, las familias se dedican al comercio muchas de estas familias tuvieron dificultades económicas y por ello los hijos tenían que apoyar para poder solventar los gastos familiares. 114 millones de niños, en marzo de 2021, aún no asistían a la escuela. Las interrupciones escolares han tenido un impacto catastrófico en los logros de aprendizaje, la protección, la salud, la salud mental de los estudiantes y sus perspectivas socioeconómicas en el futuro UNICEF (Salud, 2021).

El regreso a las clases de manera presencial fue el lunes 21 de febrero 2022 después de 23 meses de suspensión, clases virtuales e híbridas por la pandemia del COVID-19 (Montiel, 2022). Una vez que se ingresó a la presencialidad aún se contaba

con inasistencias por parte de los estudiantes y los que se habían incorporado con normalidad presentaban comportamientos como aislamiento por parte de los estudiantes con sus propios compañeros del aula, parte de lo vivido en la Pandemia contribuyen a la generación de una serie de problemas de salud mental, entre ellos, un aumento de la ansiedad, depresión, problemas para dormir, aumento de consumo de alcohol, tabaco, drogas, sustancias y situaciones de violencia intrafamiliar (Salud, 2021).

DIAGNÓSTICO SITUACIONAL ACTUAL

En general la relación entre la sociedad y la preparatoria es cordial, nunca se han suscitado problemas graves, y la visión es positiva y en la relación social de la docente con la comunidad estudiantil se encuentran elementos de este tipo, por ejemplo: cuando la profesora da un punto de vista sobre un fenómeno y tiene relevancia en el grupo, esos comentarios trascienden al grado de que en varias semanas se siguen escuchando ecos de ese comentario, o cuando la profesora a través de su ejemplo imparte valores y estos trascienden hasta la familia o algún otro contexto social del alumno.

El papel de la educación, preparar al individuo para la vida, la escuela ha de cumplir el compromiso social de formar las cualidades necesarias que permitan a cada persona satisfacer las demandas de su tiempo y es, en este sentido, que las concepciones acerca de la inteligencia desempeñan un lugar destacado en tanto se asocian a ella para una buena función. Se considera que el papel de la profesora debe ser un guía o alguien que orienta o dirige, a través de los procesos del aprendizaje y del desarrollo del estudiante. Con lo cual se invita a la introspección de la forma de trabajo en el aula y el tipo de actividades que se acostumbra a realizar.

Respecto ante esta preocupación la docente investigadora, tomo cursos sobre los cuidados de la salud mental que se ofreció en los cursos de formación docente para que ella conozca las opciones sobre lo que se ha desarrollado en los estudiantes ya que antes de la pandemia, claro que se escuchaba sobre la depresión pero existe un antes y un después de la pandemia que se llegó a niveles que la docente desconocía como desenvolverse e interactuar con sus alumnos ya que ella imparte la Unidad de aprendizaje (materia) matemática y ciencia II y como se tiene conocimiento muchos de los alumnos tienen un mal concepto de esta rama de la ciencia ya que la consideran complicada, difícil y estresante, es un gran reto ya que, aparte de la Unidad de aprendizaje que ella imparte, vio en sus estudiantes afectados con respecto a su desenvolvimiento social y emocional con relación a generaciones anteriores.

Objetivos

Generar ambientes de aprendizaje en los alumnos ya que al afectarse la salud mental pueden surgir situaciones como bajos resultados académicos en algunas materias, desmotivación para continuar con la formación, deserción de la educación universitaria y hasta posibles trastornos mentales. De esta manera, se muestra que en los últimos años ha venido en incremento la deserción universitaria, no sólo debido a factores de índole académico y socioeconómicos, sino principalmente a una errada orientación vocacional, indecisión sobre el proyecto de vida y baja tolerancia a la frustración, todas ellas generadas por la ausencia de herramientas que permitan obtener una inteligencia emocional favorable (Rodríguez, 2019).

Técnicas e instrumentos

La técnica que se utiliza es la observación participante “se basa en la observación de lo que ocurre, la participación del investigador en la vida de la comunidad para obtener su visión sobre los acontecimientos” (Yuni & Urbano, 2005).

Haciendo uso de encuestas y entrevistas para la obtención de la información. La entrevista es conocida como las “conversaciones o discusiones, lo que indica mejor un proceso libre, abierto, democrático, bidireccional e informal, y en el que los individuos pueden manifestarse como son, sin sentirse atados a papeles predeterminados” (Wood, citado en García, 1997, p. 51), en muchas ocasiones la docente olvida que el alumno es un ser pensante que cuenta con opiniones y sentimientos, es por ello, que la entrevista se enfoca en este sentir por parte del estudiante para que el docente adquiera otro tipo de información de manera constructiva haciendo referencia a los puntos débiles y buenos que sus alumnos perciben de ella.

Se presenta a continuación una muestra de la encuesta que se les aplico a los estudiantes de cuarto semestre lo respondieron 49 alumnos de un total de 56 estudiantes de la escuela preparatoria No.18 realizada el día 26 de enero de 2024.



Imagen 1

Se presenta a continuación una muestra de la entrevista que se les aplicó a los estudiantes de cuarto semestre de la escuela preparatoria No.18 realizada el día 12 de febrero de 2024.

¿Cuál está siendo la parte más difícil de la escuela para ti?

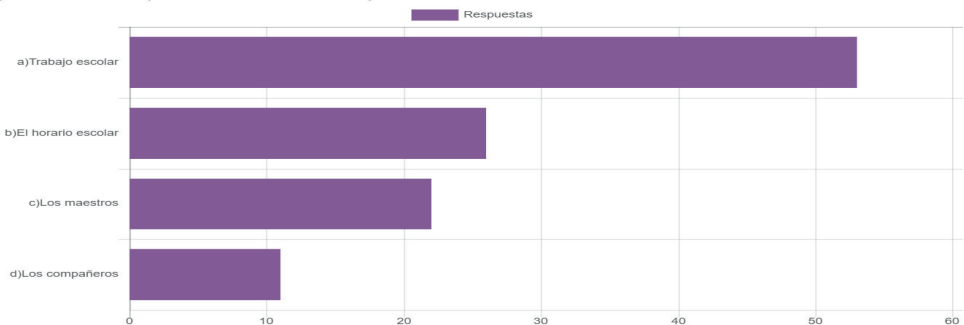


Imagen 2

Análisis de la información

De lo ecuánime a lo subjetivo es el proceso de análisis de la información de los datos obtenidos, de esta manera se lleva a cabo este proceso, es decir, en esta etapa del proyecto se realiza todo un análisis de la información recabada de instrumentos de recolección de datos. Esto aporta material muy valioso que se vincula con los siguientes procesos, ya que permitirá posteriormente la caracterización de la práctica y encontrar la problemática de la actividad de la docente.

La encuesta realizada está compuesta por 12 preguntas que se realizó el día 26 de enero esto con el objetivo de conocer como estaban los estudiantes con respecto a su instancia en la preparatoria y conocer más de ellos los resultados como se puede observa

en la imagen 1, sobre las razones por las cuales los estudiantes podrían dejar la escuela y una de ellas fue debido al abandono por ir a trabajar, llamo la atención de la docente investigadora sobre otro resultado que arrojo la encuesta es sobre que a pesar de ser padre o madre soltera ya no es impedimento para dejar la escuela o desertar eso es algo con lo que no se tenía contemplado. Otra pregunta sobre la encuesta fue que si el alumno consideraba que las malas amistades son un factor para la deserción escolar se encuentra en Anexo imagen 3. Arrojo como respuesta que si es parte de que sea un factor posible para abandonar la escuela ya que 78.43% dijo que sí.

Con respecto a la pregunta de la entrevista imagen 2, se muestra que los estudiantes consideran el trabajo escolar la parte más difícil de la escuela, esta información resulto muy valiosa ya que la docente investigadora cuando realizo dicho instrumento considero que una de las altas opciones serían los maestros ya que muchas ocasiones los estudiantes hacen referencia que los docentes no los ayudamos.

Resultados (definir a partir de los resultados del problema o situación concreta a intervenir)

El problema que se encontró es *Identificar los posibles casos, situaciones por las cuales los alumnos tengan la intención de abandonar la escuela*, dicha situación se observa con la poca iniciativa en la participación del alumno, cuyo origen surge de las inasistencias, por esta situación se busca generar ambientes adecuados para ellos, así promover la participación del estudiante y lograr su permanencia en la preparatoria.

El alumno falta y cuando se le invita a que asista a una asesoría comenta que no pude ir ya que trabaja. Retomando que a pesar de que ya se regresó a la presencialidad hay que conocer a los estudiantes, las posibles causas que puedan generar en él una relación con el estrés, la ansiedad y el mismo proceso biológico de la transición de la adolescencia a la adultez temprana, por no tener un adecuado manejo de la inteligencia emocional (Auerbach, y otros, 2018).

También otra situación problemática que se podría decir que va en conjunto es sobre la inteligencia emocional y como el alumno se deja influenciar por sus amistades ya que una respuesta a las preguntas que se realizó en la encuesta fue ¿consideras que las malas amistades son un factor para la deserción escolar? Donde arrojo una gran afirmación de que si fuera una posible causa.

INTERVENCIÓN. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA ORIGINAR LA PARTICIPACIÓN DEL ALUMNO.

El proyecto de intervención resulta importante, porque se ha demostrado que es necesaria una mejora en la práctica de la docente, y el principal punto a intervenir resulta Falta de iniciativa en la participación del alumno, debido a que los alumnos desconocen sobre la inteligencia emocional, esto provoca que los alumnos en muchas ocasiones sean entes pasivos o receptores de la experiencia o conocimientos.

La Inteligencia Emocional como el conjunto de habilidades que le permiten al individuo ser capaz de motivarse y persistir frente a las decepciones; controlar sus impulsos y demorar el deseo de gratificación, regular su humor y evitar que los trastornos disminuyan su capacidad de pensar; mostrar empatía y mantener la esperanza (Goleman, 2012).

Se toma la propuesta de inteligencia emocional de la autora Emily Sterrett ha denominado el modelo K-A-B (por sus siglas en inglés), el cual se presenta a continuación:

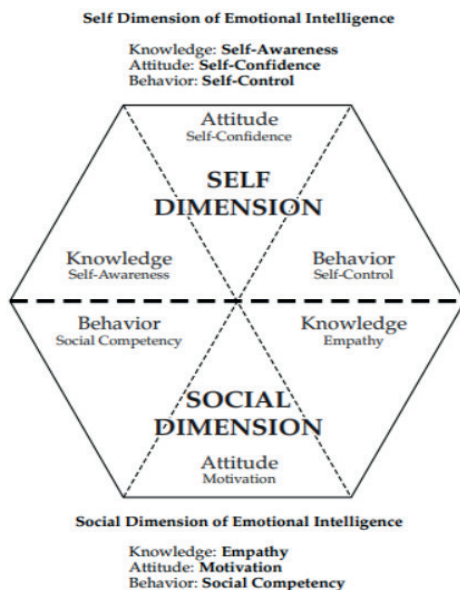


Figura 1. Modelo K-A-B de la Inteligencia Emocional.

Fuente: (Sterrett, The manager's pocket guide to Emotional Intelligence, 2000, pág. 7).

Según la autora Emily Sterrett, este modelo compuesto de 6 áreas, parte de la premisa de que una persona con un nivel alto de Inteligencia Emocional debe tener conocimiento y una actitud positiva, además de comportarse hábilmente en las dimensiones del Yo y la dimensión Social. La dimensión del Yo de la Inteligencia Emocional está relacionada con la aceptación y comprensión de uno mismo y se compone de tres áreas:

1. Conocimiento (K): Autoconciencia
2. Actitud (A): Autoconfianza
3. Comportamiento (B): Autocontrol

Por su parte, la dimensión Social de la Inteligencia Emocional está relacionada con la experiencia y las relaciones con los demás y está compuesta de tres áreas:

4. Conocimiento (K): Empatía
5. Actitud (A): Motivación
6. Comportamiento (B): Competencia social

Como se puede observar, las líneas que encierran las 6 áreas del modelo K-A-B son discontinuas con el fin de mostrar que todas se influyen entre sí (Sterrett, 2000)

Para las prácticas de mindfulness, se va a realizar la meditación las investigaciones mencionan que los efectos clínicos de la meditación están bien documentados en la literatura. Por ejemplo, se ha encontrado que disminuye la ansiedad y el estrés de manera tan efectiva como la relajación (Benson, 1976).

Diseño

Actividades de autoconocimiento: Proporciona actividades que ayuden a los alumnos a conocerse a sí mismos, sus fortalezas, debilidades y patrones emocionales. Esto puede incluir cuestionarios de autoevaluación, diarios emocionales o ejercicios de visualización.

Actividad reconocer mi cualidad

– Promover que los estudiantes reconozcan las cualidades de otros compañeros y compañeras

– Posibilitar a que las personas a que se den cuenta de las cualidades que poseen, hasta entonces ignoradas

El desarrollo

La docente comenzará diciendo que, en la vida diaria, la mayoría de las veces las personas no observan las cualidades, sino los defectos del prójimo. En este ejercicio, cada cual se tendrá la oportunidad de realzar una cualidad de un compañero.

Se les pedirá a los integrantes que se sienten formando un gran círculo y se le entregará una hoja a cada participante. Cada cual deberá escribir en ella la cualidad que a su entender caracteriza a su compañero/a de la derecha.

La hoja deberá ser completamente anónima, sin ninguna identificación, no debe tener el nombre de la persona de la derecha ni estar firmada. Se solicita que todos doblen la hoja para ser recogida, mezclada y distribuida al azar entre todos.

Al finalizar la docente les solicita que realicen una pequeña reflexión para que respondan la encuesta que está compuesta por cinco preguntas (formulario Google)

Autoevaluación de la inteligencia emocional (Test de Emily Sterrett), se utiliza plataforma moodle consta de 30 preguntas.

Prácticas de mindfulness: Introducir prácticas de atención plena en el aula para ayudar a los estudiantes a manejar el estrés y mejorar su concentración. Realizar ejercicios de respiración consciente, meditación.

La docente les da una explicación y una muestra del cómo realizar una respiración consciente.

Se les pedirá a los alumnos que guarden silencio que se sienten cómodos que no crucen sus brazos ni sus piernas que escuchen con atención la meditación.

Al finalizar se les pide que hagan una reflexión sobre donde utilizarían esta práctica en su vida cotidiana y con base a esta reflexión respondan la encuesta que está compuesta por cinco preguntas.

Plan de ejecución: acciones, responsables, fechas y recursos necesarios

Planeación de actividades	Meses			
	Enero	Febrero	Marzo	Abril
Socialización sobre la inteligencia emocional				
<i>Actividad reconocer mi cualidad</i>				
<i>Autoevaluación de la inteligencia emocional (Test de Emily Sterrett)</i>				
<i>Realizar ejercicios de respiración consciente, meditación guiada.</i>				
<i>Resultados</i>				

Por medio de las habilidades de la Inteligencia Emocional que pueden desarrollar los estudiantes para generar ambientes de aprendizaje y así evitar la deserción. Haciendo uso de encuestas, actividades de autoconocimiento, prácticas de mindfulness.

Ejecución

Con el objetivo de mostrar de manera general la metodología empleada, se presenta la **figura 2** a continuación:

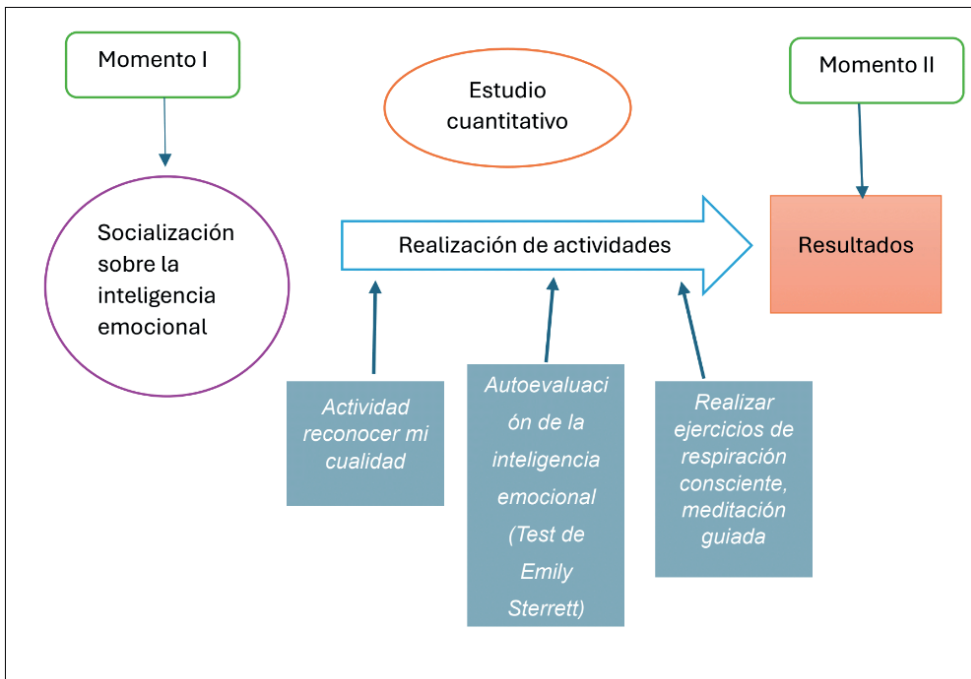


Figura 2

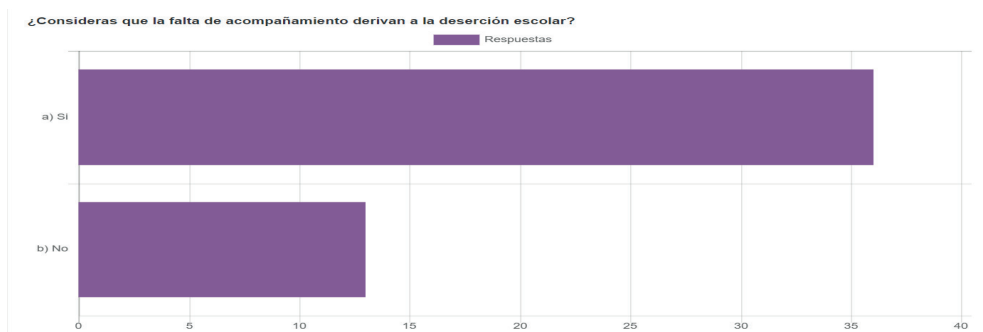
Como se puede observar en la figura 2, la docente investigadora considero conveniente para poder emplear el proceso metodológico en dos momentos, en el momento I, es dar a conocer a los estudiantes, como se va a trabajar por ello es la socialización de todo el proceso que se va a realizar para que los estudiantes estén enterados de cada una de las actividades a realizar para evitar dudas por parte de ellos.

Con respecto a las actividades se consideraron las siguientes: Actividad reconocer mi calidad, autoevaluación de la inteligencia emocional (Test de Emily Sterrett) y realizar ejercicios de respiración consciente, meditación guiada se llevaron a cabo la realización de cada una de ellas disponiendo para ello de tres clases que facilito la docente; es decir una clase para cada actividad. Su realización fue de manera presencial, en ellos se abordaron temas relacionados con la empatía, las relaciones sociales, el autocontrol, autoconfianza,

autoconsciencia y la automotivación finalmente, se aplicó el Test de Emily Sterrett con el fin de determinar el cambio de las dimensiones de la Inteligencia Emocional que se brindaron a los participantes, después de la participación de todas las actividades propuestas para este proyecto de investigación.

Resultados

Actividad reconocer mi cualidad una vez que se realizó la actividad se procede a responder una encuesta realizada el día el 15 de febrero 2024 a los alumnos de cuarto semestre del grupo E turno matutino. Imagen 4



Como se observa en la imagen 4, la encuesta fue respondida por 49 estudiantes y con base a la investigación arroja que el 36 de los alumnos es decir el 73.47% consideran que es muy importante el acompañamiento para que ellos se sientan seguros para culminar su estancia en la preparatoria.

Otra situación donde se muestra que los alumnos están siendo conscientes sobre la importancia de estar rodeados de personas que sean una buena influencia para ellos y que eso con lleva a que sean mejores personas es la pregunta ¿consideras que las amistades que tienes actualmente son buena influencia para ti (te ayudan hacer mejor persona)? Se encuentra en Anexo Imagen 5, la gran mayoría de los alumnos respondió que si fue el 77.55% y tal vez fue el 22.45%, se observa una mejoría después de realizar la actividad reconocer mi cualidad ya que ninguno de los estudiantes eligió la opción No, ya que es fundamental para ellos como lo mencionaron anteriormente que consideran la importancia de estar acompañados y que mejor que ellos sientan que están rodeados de buenas personas y que con ello, los estudiantes logren una estancia amena y agradable en su transcurso por la preparatoria No.18

En la siguiente imagen 6 que se muestra a continuación como se puede observar en la pregunta y después de la realización de la actividad los alumnos se reconocieron que se sienten muy felices fueron 32 estudiantes cuando alguien les dice una cualidad, los que dijeron que Bien fueron 15 alumnos. En la opción que se muestra que Feliz pero agobiada fue una persona que respondió y lo mismo sucede con la respuesta de Bien pero algo extraño

1. ¿Como te hace sentir cuando alguien te dice una cualidad?
49 respuestas

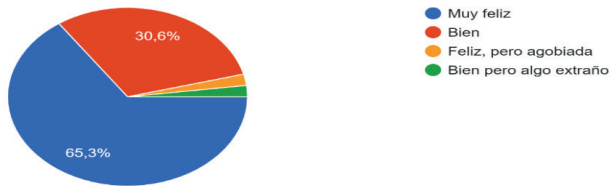


Imagen 6

A continuación, se muestra en la imagen 7, con respecto a la actividad reconocer mi cualidad,

2. ¿Algunas de las cualidades que te escribieron, te identificas?
49 respuestas

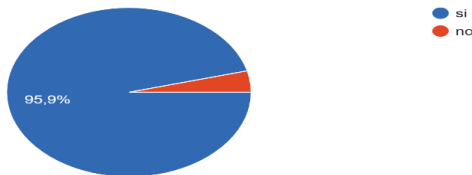


Imagen 7

Como se observa en la imagen 7. Una vez que conocieron que es una cualidad se continuo de que los estudiantes reconozcan las cualidades de otros compañeros y compañeras, para que se den cuenta de las cualidades que poseen, hasta entonces ignoradas por parte de ellos, el 47 de los estudiantes mencionaron que las cualidades que les mencionaron sus compañeros concuerdan con lo que ellos descubrieron o reafirmaron con respecto a sus cualidades.

Autoevaluación de la inteligencia emocional (Test de Emily Sterrett), este compuesto por 30 preguntas en los cuales se encuentran seis indicadores. A continuación, se presentan los resultados obtenidos por medio de la metodología empleada a los alumnos de cuarto semestre fue realizada el 11 de marzo 2024.

RESULTADOS. Test autoevaluación de la inteligencia emocional (Emily A. Sterrett)



Grafica 1

Los resultados obtenidos en la Grafica 1, fue elaborada por la docente investigadora y muestra los valores de los promedios por parte de los estudiantes en las diferentes áreas que como se muestra está compuesta por 6 áreas, al ser inferior a 20 representa, según (Sterrett, 2000), es un área en la que los estudiantes deben enfocarse y trabajar como oportunidad de mejora ya que sabiendo que todas son una fuerte área de mejora para ellos, se observa que existe un nivel bajo de empatía que está relacionado con la poca sensibilidad hacia los demás, es decir, tienen dificultades para conectar con los sentimientos del otro, para percibir sus sentimientos, enfocándose en los sentimientos y deseos propios. Esta actitud los lleva a tener dificultades en las relaciones sociales porque las demás personas pueden tomarlos como egoístas, esto como consecuencia del confinamiento debido a la pandemia por COVID 19.

Y para finalizar estas actividades se realizó la práctica de mindfulness, por medio de la meditación fue realizada el 18 de marzo del 2024, después de la realización se les pidió a los estudiantes que realizaran la reflexión la cual ellos comentaron que se sintieron relajados y la docente investigadora les hizo mención sobre los estudios que se han realizado de que es una actividad que está fundamentada sobre los meditadores parecen tener una menor reacción ante el estrés.

Logros alcanzados

La docente investigadora después de realizar la intervención que fue muy enriquecedora para los estudiantes y también para la docente fue el conocer sobre la importancia que tiene la inteligencia emocional ya que se podría decir que es un concepto nuevo, hace aproximadamente 20 años atrás, este término era totalmente desconocido para muchas personas, después del confinamiento debido a la pandemia por COVID 19, ya nada sería igual. La docente, por medio de reflexiones que fue realizando gracias a este proyecto logra comprender las dificultades por lo que los estudiantes están enfrentando todos los

instrumentos que se utilizaron para los chicos fue algo nuevo ya que tanto la docente como sus estudiantes desconocían el Test autoevaluación de la inteligencia emocional (Sterrett, 2000), al igual que la meditación ellos no habían tenido alguna interacción semejante.

Se logro el identificar por medio del Test autoevaluación de la inteligencia emocional las áreas de mejora para los estudiantes en las seis áreas que propone la Autora (Sterrett, 2000) que son: autoconciencia, autoconfianza, autocontrol, empatía, motivación, competencia social.

Retomando la gráfica 1 se observa que los alumnos de cuarto semestre 4.E turno matutino ellos estuvieron en un rango de 10.88-12.31, el puntaje ideal es de 20, a lo que se llega a la conclusión que están arriba de la media, aun hay mucho camino por recorrer, cabe señalar que el grupo es muy numeroso el número de participantes fue de 49 alumnos, aun teniendo ese reto, los estudiantes respondieron y se logró que fueran participantes activos en las actividades, estuvieron involucrados jamás se vio una negativa por parte de ellos, sino todo lo contrario cuando conocieron sus puntajes ellos estaban sorprendido ya que expresaron ese sentir, sus palabras fueron *penseque estaba haciendo bien las cosas*, esa parte fue muy enriquecedora.

Una vez que se retomó la cotidianidad con las clases de matemáticas los alumnos poco a poco van teniendo una mejor aceptación unidad de aprendizaje o materia, se observa que después de dicha intervención se generó un mejor ambiente de aprendizaje ya que se leve atentos y más contentos, asisten a las clases ya faltan menos y cuando lo hacen es debido a alguna enfermedad.

Las limitaciones con la que la docente investigadora enfrente fue la falta de mas tiempo para poder llevar a cabo la intervención durante todo el semestre ya que el semestre termina hasta junio y se tuvo que realizar el proceso de manera apresurada y no a los tiempos de los alumnos para que pudieran mejor asimilar todo lo que vivieron con respecto a las experiencias de las actividades programadas para este proyecto de intervención. También se sacrificaron algunos temas de la unidad de aprendizaje en este caso de matemática y ciencia II, ya que se tenia que contar con el mayor numero de estudiantes del grupo.

REFLEXIONES Y SUGERENCIAS

Este proyecto de intervención en lo personal, muestra que realizar una investigación no es tarea fácil de hacer ya que se debe dedicar mucho tiempo en ella, por ello se debe tener claro que es lo que se desea conocer para después seleccionar que método ayuda satisfacer esa necesidad, al igual con que elementos, las técnicas se va a realizar y que instrumentos son los adecuados para lograr el éxito; Este es el inicio de una gran investigación que se desea alcanzar, donde lo primero que se debe realizar es el conocerse, para después poder intervenir esa práctica de una forma adecuada y fundamentada para que los cambios y mejoras se verán reflejadas.

La elaboración del proyecto de intervención, resulto laborioso la construcción de los objetivos, porque a final de cuentas estos resultan ser la guía del trabajo, otros elementos como la fundamentación teórica también resultaron ser actividades que requirieron investigación a fondo. En tanto la planificación de actividades el cronograma y la evaluación, Aunado a que la búsqueda de información sobre la inteligencia emocional, para la docente investigadora resulto complejo ya que ella estudio la licenciatura en matemáticas y necesito de una investigación amplia para poder comprender sobre el tema y así poder elegir actividades que fueran las adecuadas para sus estudiantes.

Los logros obtenidos para la docente investigadora es que existió un antes y después con respecto a la intervención realizada ya que la docente al principio tenia una cierta incertidumbre sobre las inasistencias de algunos alumnos así como que ella observaba poca participación por parte de ellos, después de la aplicación de los instrumentos y la realización de las actividades como la meditación fue algo novedoso de implementar en el aula tanto para la docente como para los alumnos, se observo una excelente participación, disposición por parte de ellos. Al final si se cumplió con generar ambientes de aprendizaje ya que los estudiantes se muestran atentos y contentos.

Resulta gratificante este proceso de aprendizaje, siempre productivo ya que se aprende demasiado sobre formas diferentes de cómo ser mejor docente, siempre será el reto de perder el miedo a una forma de experimentar la docencia diferente y poco común.

Después de la elección y aplicación de los instrumentos como el test de Emily Sterrett se debe tener en cuenta que los resultados obtenidos indican que los estudiantes deben seguir trabajando para mejorar sus habilidades de inteligencia emocional, pues todos valores obtenidos fueron menores a 20 puntos, lo que indica la importancia de una intervención para mejorar el nivel de estas dimensiones, por lo que la docente investigadora seguirá realizando evaluaciones más frecuentes para ir analizando las mejoras e implementar más estrategias.

REFERENCIAS

Arias, O., Hincapie, D., & Paredes, D. (Julio de 2020). *Banco Interamericano de Desarrollo. División de Educación*. Obtenido de Educar para la vida. El desarrollo de las habilidades socioemocionales y el rol de los docentes: <https://publications.iadb.org/es/publications/spanish/viewer/Educar-para-la-vida-El-desarrollo-de-las-habilidades-socioemocionales-y-el-rol-de-los-docentes.pdf>

Auerbach, R., Mortier, P., Bruffaerts, R., Alonso, J., Benjet, C., Cuijpers, D., & Demyttenaere. (2018). *WHO World Mental Health Surveys International College Student Project: Prevalence and distribution of mental disorders*. Obtenido de PubMead.gov

Benson, H. (1976). *The relaxation response*. Nueva York: Avon Books.

Diaz Barriga, A. (2006). *El enfoque de competencias en la Educación. ¿Una alternativa o un disfraz de cambio?* Obtenido de <https://www.scielo.org.mx>: <https://www.scielo.org.mx/pdf/peredu/v28n111/n111a2.pdf>

García, H. (1997). *Entorno a la práctica educativa*. México : UNED.

Goleman, D. (2012). *La inteligencia emocional* (22 ed.). (E. Mateo, Trad.) México: Ediciones B.

Manuel Fernando, P. H., Erika Janneth, P. R., & Gaviria, S. M. (Abril de 2024). *Universidad Católica de Pereira*. Obtenido de Impacto en las dimensiones de la Inteligencia Emocional en el marco del Covid-19 a través de una propuesta pedagógica con la técnica de taller reflexivo: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://repositorio.ucp.edu.co/server/api/core/bitstreams/2b76a06b-3fe2-4f2e-92f9-d81da00c261f/content

MarketDataMexico. (2018). *MarketDataMexico*. Obtenido de Colonia Balcones De Oblatos, Guadalajara, en Jalisco: <https://www.marketdatamexico.com/es/article/Colonia-Balcones-De-Oblatos-Guadalajara-Jalisco>

Montiel, G. A. (21 de febrero de 2022). *gaceta udg*. Obtenido de <https://www.gaceta.udg.mx/>: <https://www.gaceta.udg.mx/regreso-a-clases-cien-por-ciento-presencial-en-la-udeg/>

Plutchik R. (1980). *Emotion: A Psychoevolutionary Synthesis*. Nueva York: Harper & Row.

Rodriguez, M. (2019). La investigación sobre deserción universitaria en Colombia 2006-2026. Tendencias y resultados. Pedagogía y Saberes.

Salud, O. P. (2021). *Pan American Health Organization (PAHO)*. Recuperado el 01 de Abril de 2024, de Boletín Desastres N.131.- Impacto de la pandemia COVID-19 en la salud mental de la población: <https://www.paho.org/es/boletin-desastres-n131-impacto-pandemia-covid-19-salud-mental-poblacion>

Sánchez, R. (1993). *Didáctica de la problematización en el campo científico de la educación. En perfiles educativos*. México: UNAM_CISE.

Sterrett, E. A. (2000). *The manager's pocket guide to Emotional Intelligence*. Amherst, Massachusetts: HRD Press.

UdeG, P. (03 de agosto de 2021). *Universidad De Guadalajara. Red Universitaria e Institucion Benemérita de Jalisco*. Obtenido de [udg.mx](https://www.udg.mx/): <https://www.udg.mx/es/noticia/con-base-en-criterios-cientificos-udeg-confirma-regreso-clases-100-por-ciento-virtual>

Yuni, J., & Urbano, C. (2005). *Mapas y herramientas para conocer la escuela. Investigación etnográfica, Investigación-Acción*. Córdoba-Argentina: Editorial Brujas.