



**UNIVERSIDAD ACADEMIA DE HUMANISMO CRISTIANO
FACULTAD DE EDUCACIÓN
ESCUELA DE EDUCACIÓN DIFERENCIAL Y ENSEÑANZA BÁSICA
PROGRAMA DE SEGUNDA TITULACIÓN
PEDAGOGÍA EN EDUCACIÓN DIFERENCIAL
CON MENCIÓN EN TRASTORNOS ESPECÍFICOS DEL LENGUAJE**

**Gestión de Emociones: Plan para el desarrollo de Habilidades Socioemocionales en
estudiantes de 7mo Básico.**

PARA OPTAR AL GRADO DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN

AUTORES/AS: Carolina Alejandra Arriagada Olguín
Keyla Andrea Duarte Navarro
Valentina Sofía Yáñez Pizarro

PROFESOR/A GUÍA: Dante Giordano Gustavo Adolfo Caprario Morales

13 de noviembre 2023

Se autoriza la reproducción total o parcial de este material, con fines académicos, por cualquier medio o procedimiento, siempre que se haga la referencia bibliográfica que acredite el presente trabajo y su autor.

Carolina Arriagada Olguín
Keyla Andrea Duarte Navarro
Valentina Sofía Yáñez Pizarro
13 de noviembre 2023

AGRADECIMIENTOS

Agradezco infinitamente a Ayelén y su chaw, por permitir este proceso, a Inti por acompañarme todos los días, en cada minuto del camino. A mi compañero, familia, Juli y amigas, que siempre me alentaron con amor a continuar avanzando. A mi Yolanda, que me guía desde el cielo, la estrella más luminosa.

(Keyla Duarte Navarro)

Gracias a dios por permitirme disfrutar este proceso de estudio, a mi familia, amigos, estudiantes, gracias por creer en mí, por permitirme y disfrutar cada día, no ha sido sencillo el camino hasta ahora, pero gracias por sus aportes, su amor, lo complicado de lograr esta meta se ha notado menos y hago presente mi gran afecto a hacia ustedes.

(Carolina Arriagada Olguin)

Tabla de contenido

1	Resumen	4
2	Listado de Siglas	5
3	Introducción	6
4	Planteamiento de la Potenciación	8
4.1	Antecedentes y Contextualización	8
4.2	Información del Proyecto Educativo	11
4.3	Objetivo General y Específicos	12
5	Marco Referencial	13
6	Definición del área de potenciación	24
6.1	Revisión de antecedentes de sujetos y del contexto	24
6.2	Técnicas e Instrumentos de recogida de información	26
6.3	Análisis de la información recogida	26
6.4	Descripción breve y acotada del área de potenciación	27
6.5	Fundamentación del área de Potenciación definida	28
7	Elaboración del Plan de Potenciación	30
7.1	Marco Lógico	32
7.2	Matriz de planificación del Plan de Potenciación	33
7.2.1	Objetivo Estratégico	33
7.3	Etapas de la potenciación	37
7.4	Cuadernillo con actividades de potenciación	38
8	Conclusiones y reflexiones finales	39
9	Referencia Bibliográficas	41
10	Anexos	42
	Anexo 1 Formulario recogida de información psicóloga del establecimiento	42
	Anexo 2 Formulario recogida de información estudiantes	46
	Anexo 3 Formulario recogida de información docentes	50
	Anexo 4 Planificaciones talleres	53
	Anexo 5 Infografía de docentes	57
	Anexo 6 Aquí o acá ¿la emoción dónde va?	62
	Anexo 7 Semáforo mis emociones	67
	Anexo 8 Cuadernillo	73
	Anexo 9 Evaluación de impacto docentes	89
	Anexo 10 Evaluación de impacto estudiantes de 7º básico	92

1.- Resumen

En el presente trabajo de seminario, se aborda el área socioemocional, teniendo como objetivo general, el desarrollo de un plan de potenciación sobre la gestión de emociones para séptimo año básico del establecimiento Bicentenario College, elaborando talleres prácticos de trabajo para estudiantes y docentes del nivel.

Se considera en el plan, aplicación de instrumentos de recogida de información, un taller para docentes y dos para estudiantes, además de la elaboración de cuadernillo de trabajo, que permite el desarrollo socioemocional de las y los estudiantes.

Para finalizar, se aplican herramientas de evaluación de impacto, para conocer las experiencias y opiniones que tienen de los talleres docentes y estudiantes de séptimo año básico, evidenciando si se logran los objetivos propuestos y dinámicas que pueden ser retroalimentadas a través de formularios google.

Palabras clave: Gestión de emociones, educación socioemocional, habilidades emocionales, regulación emocional, emociones.

Abstract

In the present seminar work, the central approach is the social-emotional area. Therefore, the general objective is the development of a reinforcement plan on emotion management for the seventh-grade students of Bicentenario College, developing practical workshops for students and teachers.

The plan considers the application of data collection instruments, a workshop for teachers and two workshops for the students, as well as the elaboration of a workbook that allows the student's emotional development.

Finally, significant evaluation instruments will be applied to collect information related to the experiences and opinions of the students and teachers of seventh grade, demonstrating if the objectives and dynamics are achieved through Google Forms.

Keywords: Emotional management, social-emotional learning, emotional skills, emotional regulation, emotions.

2.- Listado de Siglas

BC : Bicentenario College

CESFAM : Centro de Salud Familiar

CEPIJ: Programa de Protección Infanto Juvenil

DIA : Diagnóstico Integral de Aprendizaje

DACYR : Departamento de Artes Cultura y Recreación

IVE : Índice de Vulnerabilidad Escolar

JEC : Jornada escolar completa

NT1 : Nivel de Transición 1 pre kínder

NT2 : Nivel de Transición 2 kínder

OMS: Organización Mundial de la Salud

PIE : Programa de Inclusión Escolar

PME: Programa de Mejoramiento Educativo

PEI: Proyecto Educativo Institucional

SIGE: Sistema de Información General de Estudiantes

SEP : Subvención Escolar Preferencial

SENDA: Servicio Nacional para la prevención y rehabilitación del consumo de Drogas y Alcohol

UNICEF: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia

3.- Introducción

La gestión de las emociones es un aspecto importante en la vida de cualquier persona ya que, las emociones son una respuesta natural a los estímulos que las rodean y pueden tener un impacto significativo en la salud física y mental, así como en las relaciones personales.

Sin embargo, muchas veces se observa que hay dificultades para manejar las emociones de manera asertiva, lo que puede llevar a experimentar estrés, ansiedad, frustración o incluso conflicto con las y los demás. Por ello, es importante contar con un plan de acción para la gestión de emociones, en distintos contextos, especialmente a nivel escolar, ya que es en esta instancia donde se comienzan a experimentar situaciones nuevas, en compañía de otros y otras.

En el siguiente proyecto de potenciación se realiza un plan de acción sobre la gestión de las emociones dirigida a estudiantes de séptimo año básico y a las y los docentes del nivel, en el establecimiento Bicentenario College de la comuna de la Florida. Dicho plan consiste en la implementación de talleres prácticos para estudiantes y docentes del curso, los cuales contienen una serie de estrategias y técnicas que ayudarán a identificar, comprender y regular las emociones de manera saludable y asertiva. Este plan permitirá potenciar las habilidades emocionales y abordar de manera eficaz distintas situaciones desafiantes, manteniendo un equilibrio emocional, logrando comunicar las emociones que se encuentren presentes de manera asertiva, expresando dichos sentimientos de forma clara y respetuosa.

Es importante contar con un sistema de apoyo y contención de amigos/as, familiares o profesionales.

En este caso, quienes brindarán orientación necesaria para enfrentar situaciones emocionalmente desafiantes, serán las y los docentes del nivel séptimo básico.

En resumen, el plan de acción que se llevará a cabo sobre gestión de las emociones, es una herramienta fundamental y valiosa para las y los estudiantes que desean tomar el control de sus emociones de manera efectiva. Al implementar estrategias prácticas y técnicas efectivas, es posible aprender a manejar las emociones, lo que permite un desarrollo integral. Para implementar un plan, se considera el abordaje de:

- **Identificar y reconocer las emociones:** El plan nos ayuda a ser conscientes de las emociones y a comprender su origen. Esto permite tener un mayor autoconocimiento y entendimiento de las reacciones emocionales.
- **Regulación de emociones:** El plan proporciona técnicas y estrategias para manejar las emociones de manera efectiva. Se aprende a regular distintas emociones, como el estrés, la ansiedad o la ira, y a fomentar emociones, como la alegría, la gratitud y la serenidad.
- **Potenciar las relaciones personales:** Al aprender a manejar las emociones, permite la comunicación de manera más efectiva y empática con las y los demás. Esto ayuda a establecer relaciones más saludables y satisfactorias.

- **Reducir el estrés y la ansiedad:** El plan de acción proporciona herramientas para manejar el estrés y la ansiedad, dos emociones que pueden tener un impacto negativo en la salud física y mental. Aprender técnicas que ayudan al momento de reducir los niveles de estrés y a encontrar un mayor equilibrio emocional.
- **Mejorar el bienestar general:** Al implementar un plan de acción para el manejo de las emociones, se busca mejorar el bienestar general. Aprendiendo a cuidar de la salud emocional y a tener una vida más equilibrada.

Por lo anterior, es importante identificar y gestionar las emociones dentro del contexto educativo, donde intervienen diferentes agentes, como las y los docentes de aula, quienes están en constante contacto con el grupo de estudiantes. Observando sus cambios, emociones, comportamientos y desempeños.

Identificar y gestionar las emociones en este contexto, puede ser indispensable para el desarrollo de niños, niñas y adolescentes, que buscan en este espacio, el desarrollo de sus habilidades socio afectivas, por tanto, entregar herramientas que les permiten desempeñarse en sociedad y conocer sus emociones, es fundamental para el desarrollo integral de las personas en comunidad, desde las primeras etapas de vida.

4.- Planteamiento de la Potenciación

4.1 Antecedentes y Contextualización:

El establecimiento educacional Bicentenario College, se encuentra ubicado en Enrique Olivares 900, comuna de La Florida, Región Metropolitana de Santiago, de dependencia particular subvencionado, perteneciente a la Corporación Educacional Caramelo. En la actualidad, su matrícula es de 412 estudiantes, que asisten desde los niveles de enseñanza NT1 – NT2 hasta cuarto de enseñanza media científico humanista.

Los cursos y horarios en el establecimiento son: 3° básico a IV medio en Jornada Escolar Completa (JEC), niveles de pre básica a 2° básico asisten media jornada, divididos en jornada de mañana 8:30 a 13:00 horas: kínder, 1°A y 2° A y jornada tarde, de 14:00 a 18:30 horas los cursos de: pre kínder, 1° B y 2° B.

Según la información extraída del Proyecto Educativo Institucional (2018), el establecimiento comienza a funcionar el 3 de marzo del año 2011, teniendo un enfoque inclusivo y artístico, buscando entregar las herramientas necesarias a las y los estudiantes para ser parte de una sociedad, como personas que se caractericen por sus valores enfocados en la diversidad y parte de una formación ligada a las artes en todas sus áreas.

En la institución educativa se encuentra implementado el Programa de Inclusión Escolar Bicentenario College (PIE-BC), atendiendo Necesidades Educativas Transitorias y Permanentes. En la actualidad hay en este programa 100 estudiantes de pre básica, básica y media, contando con la intervención de especialistas (educadoras diferenciales, fonoaudióloga y psicóloga) que entregan apoyos a niños, niñas y adolescentes que presentan alguna necesidad educativa especial. También existen 57 estudiantes como sobre cupos del establecimiento (por normativa del decreto 170), estos estudiantes quedan fuera de la postulación del Programa de inclusión Bicentenario College, a quienes se entregan los apoyos necesarios para el aprendizaje y participación.

El Índice de Vulnerabilidad Escolar (IVE) es del 67 %, implementando el apoyo de Subvención Escolar Preferencial (SEP), percibiendo un ingreso adicional a la subvención regular.

Según la información recopilada en la página de la institución se determina que, para potenciar el área artística, el establecimiento crea el Departamento de Artes Cultura y Recreación (DACYR), quienes entregan apoyo en estrategias diversificadas para docentes, planificar e impartir talleres como: Dibujo, fútbol, comparsa, banda, deportes y máscaras. Este departamento, además planifica actividades como BC opina, pueblos originarios, festival de las artes, fiesta chilena, entre otras, que permiten la participación de la comunidad educativa, considerando a las familias, potenciando el sentido de pertenencia e identidad con el establecimiento y su comunidad.

En el área de convivencia escolar, se desempeña como encargada la psicóloga del establecimiento e inspectoría general, quienes elaboran y gestionan los planes de acción correspondientes a este departamento.

El trabajo dentro de los cursos, en el área de convivencia, consiste en realizar talleres según las características y requerimientos de cada nivel, conversaciones con docentes para el trabajo colaborativo con la comunidad educativa, mediaciones con las y los estudiantes, comunicación con familias y tutores, entregar medidas formativas según lo indica el manual de convivencia escolar. Por otro lado, convivencia escolar, informa situaciones y medidas tomadas con las y los estudiantes en las reuniones técnicas que se realizan los días viernes en el establecimiento a las 14:00 horas.

Todas las tareas y decisiones del departamento, son elaboradas en conjunto con equipo directivo y docentes.

El Equipo de trabajo, cuenta con docente de todas las asignaturas, talleres extra programáticos, educadoras de educación parvulario y asistentes, educadoras diferenciales, asistentes de la educación como: psicólogas, fonoaudiólogas, encargada de convivencia escolar, inspectores generales y de patio, encargada de bibliodacyr (biblioteca), asistente de aseo – ornato y secretarias. Su equipo de gestión está a cargo de directores de básica y media, jefes de Unidad Técnica Pedagógica de básica y media, coordinadora de DACYR y coordinadoras de inclusión básica y media.

Con el fin de realizar acompañamiento, el establecimiento se encuentra trabajando con Agencia de la Calidad Educativa, por tanto, cuenta con un Plan para la mejora educativa (PME), el que ha sido implementado en los últimos 8 años, donde se han ido incrementando acciones y trabajando para el logro de los objetivos propuestos.

Al encontrarse en un sector urbano, se encuentra cercano a sectores comerciales como supermercados, farmacias, negocios, bancos, mall y ferias libres en distintos sectores. Ubicado en el centro de avenidas importantes en Santiago y la comuna, como Vicuña Mackenna y Avenida la Florida, las redes de locomoción son micros y metro Rojas Magallanes, vinculadas en red para la Estación Intermodal de Avenida la Florida.

El establecimiento se ubica en frente del estadio Bicentenario de la Florida, quien forma parte de los agentes de apoyo para distintas actividades, existiendo un número de estudiantes matriculados en el colegio que asisten a sus entrenamientos de fútbol, teniendo flexibilidad en la jornada escolar, cumpliendo con sus responsabilidades curriculares y estudiantiles.

El colegio desarrolla una variada conexión con diferentes redes de apoyo institucionales. Por un lado, se coordina con la Municipalidad de la Florida, para asuntos relativos a seguridad y coordinación de actividades de prevención de Drogas, con la Dirección de Protección Ciudadana y Senda Previene. En temas de salud, tanto en lo relativo a accidentes menores y situaciones de salud de atención primaria, el colegio se coordina con el CESFAM Santa Amalia. En el ámbito de la protección de derechos de niñas y niños se coordina con Corporación Opción, específicamente en el programa de Protección Infante Juvenil, CEPIJ y para trabajo conjunto con la Fundación Edudown, en casos de estudiantes que pertenecen a Inclusión o lista de sobre cupos del establecimiento, así, acompañar el proceso educativo y el desarrollo integral.

El 30 de enero de 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró la epidemia de Covid-19 como una emergencia de salud pública de importancia internacional, y el 11 de marzo del mismo año la reconoció como una pandemia.

En Chile el 16 de marzo se decreta la suspensión de clases presenciales a nivel nacional y se da inicio a la educación remota o a distancia. Esto requiere medidas de parte de las autoridades para poder enfrentar el bajo aprendizaje de cada una de las y los estudiantes. Pero también existe un área importante de abordar: convivencia escolar y habilidades socioemocionales.

Algunos datos que se pueden mencionar, refieren a la Superintendencia para la Educación (2022) reporta un aumento de un 37% en las denuncias por convivencia escolar en el segundo y tercer trimestre del 2022 en comparación con el mismo periodo en 2019. Dentro de dicho aumento se destaca un “incremento del 85% en denuncias por situaciones de connotación sexual y de un 108% en discriminación al volver a clases presenciales, como se puede extraer del documento de Crisis educacional y escolar post pandemia” (Izquierdo y Ugarte 2023).

“El confinamiento prolongado por Covid19 ha llevado a que los niños y niñas presenten un 89% de alteraciones conductuales o emocionales, destacando entre estas: problemas de concentración e irritabilidad, depresión, estrés, malestar psicológico y aumento de los niveles de ansiedad” (Sánchez, 2020), asociados no solo con el virus, sino con el alejamiento y prohibición de actividades sociales y la disminución de la comunicación con sus amigos/as, compañeros/as que permitan la regulación de emociones, como el vínculo social con sus pares y maestros que ayudan a este proceso de medición de las emociones, como indica Pinchak y Jaramillo (2019).

Por otro lado, se observa que dentro de las medidas propuestas por el departamento de convivencia escolar del establecimiento Bicentenario College, no se considera la gestión de emociones en ninguno de los cursos que en él asisten, ni docentes que se encuentran trabajando en la actualidad. Por tanto, la importancia de contar con un plan de potenciación en esa área, podrá ir en apoyo del departamento y de gran utilidad para la comunidad educativa con la que se quiere trabajar.

4.2 Información del Proyecto Educativo

Visión:

“Posicionarse como un reconocido colegio de inclusión y formación integral de las y los estudiantes, en el que se destaca la sana convivencia, la calidez, y el buen trato. Con estudiantes que respetan y se comprometen con la diversidad y que han desarrollado sus talentos artísticos, habilidades, competencias y valores que lo destacarán en la continuidad de estudios y/o en el entorno social en que desarrollara su proyecto de vida “(PEI, Bicentenario College, 2018).

Misión:

“Desarrollar una educación de calidad, inclusiva e integral, incorporando metodologías de enseñanza-aprendizaje con énfasis en el desarrollo de habilidades cognitivas, actitudes ciudadanas y creatividad artística, atendiendo a la diversidad de los estudiantes, favoreciendo la participación en un ambiente cálido y seguro” (PEI, Bicentenario College, 2018).

Sellos Institucionales:

“**APRENDER A SER**, es decir, mayor autonomía junto con el fortalecimiento de la responsabilidad personal y necesidad de comprenderse mejor” (PEI, Bicentenario College, 2018).

“**APRENDER HACIENDO**, que nuestras enseñanzas se transmiten y desarrollan en forma lúdica y didáctica, desde la práctica” (PEI, Bicentenario College, 2018).

“**APRENDER JUGANDO**, el juego, para que se considere como tal, debe ser lúdico, debe ser divertido y si aprovechamos este momento todo aprendizaje que adquirimos jugando queda fijado en la memoria de manera significativa” (PEI, Bicentenario College, 2018).

“**APRENDER A VIVIR JUNTOS**, conociendo mejor a los otros y otras, su historia, sus tradiciones, generamos el sentido de sociedad a través de la participación de toda nuestra comunidad educativa” (PEI, Bicentenario College, 2018).

4.3 Objetivo General y específicos:

Objetivo General:

Desarrollar un plan de acción sobre gestión de emociones para 7° básico y docentes del nivel del establecimiento Bicentenario College, a través de talleres prácticos.

Objetivos Específicos:

- Planificar talleres para estudiantes de 7° básico y docentes del nivel, para potenciar las gestiones de emociones en el aula.
- Implementar talleres a estudiantes de 7° básico y docentes del nivel, con el fin de potenciar el abordaje de emociones en el aula.
- Desarrollar una evaluación de alto impacto de los talleres realizados para 7° básico y docentes del nivel, en relación al manejo de emociones o autorregulación emocional.

5.- Marco Referencial

“Una emoción es una explosión en un espacio, es un fuego en ebullición donde todo está vivo”.

Eric Baret

La educación emocional, es un pilar fundamental dentro de la educación integral de niñas, niños y adolescentes. Como señala Casassus (2007), es la clave para la supervivencia, es un campo vital para cada persona, la fuente más íntima de la identidad. La educación emocional permite vivir de una mejor manera, impulsando la capacidad de reconocer el mundo emocional propio y el de las otras personas.

“La educación emocional es el desarrollo de las competencias emocionales, las cuales deben ser consideradas como competencias básicas para la vida. Se propone optimizar el desarrollo humano. Es decir, el desarrollo integral de las personas. Es, por tanto, una educación para la vida” (Bisquerra, 2016).

Como se indica anteriormente, la educación emocional es un punto trascendental, como hace referencia Bisquerra (2016), es un proceso continuo y permanente, significa que debe estar presente a lo largo de toda la vida: familia, educación infantil, educación básica, media, universitaria, formación profesional y continua, en las organizaciones, personas mayores.

Por ello, es importante conocer el concepto de emoción, ¿Qué es lo que se presenta en cada persona? “La emoción es una energía que nos afecta y que nos impulsa a la acción. Todos podemos reconocer esto. Pero al igual de lo dicho acerca de la emoción: todos sabemos de qué se trata la energía, y al mismo tiempo, nadie lo sabe. De la física sabemos que la energía es algo que está siempre en movimiento, que conlleva la posibilidad de hacer algo y que siempre implica un cambio. La energía fluye, no es estática. La energía es un proceso que fluye. Lingüísticamente es un verbo y no un sustantivo. Por eso podemos decir que, en tanto que energía, la emoción es un proceso que fluye en nosotros, que no es una cosa” (Casassus, 2007).

“Es importante conocer cuáles son las emociones y observarlas como una representación gráfica estructurada en familias de emociones, en un universo de emociones, como un instrumento didáctico para la educación emocional” (Bisquerra, 2015). El autor, incorpora un cuadro esquemático que se establece a continuación (Revisar **tabla 1**).

Descripción de las emociones

Emociones:
<ul style="list-style-type: none">● Miedo: temor, horror, pánico, pavor, desasosiego, susto, fobia.● Ira: rabia, cólera, rencor, odio, furia, indignación, resentimiento, aversión, tensión, hostilidad, violencia, enojo, celos, envidia, impotencia, desprecio, antipatía, rechazo, recelo.● Tristeza: depresión, frustración, decepción, aflicción, pena, dolor, pesar, desconsuelo, pesimismo, melancolía, autocompasión, soledad, desaliento, desgana, abatimiento, preocupación.● Asco: aversión, repugnancia, rechazo, desprecio.● Ansiedad: Angustia, desesperación, inquietud, inseguridad, estrés, preocupación, anhelo, desazón, nerviosismo.
<ul style="list-style-type: none">● Alegría: entusiasmo, euforia, excitación, contento, deleite, diversión, placer, estremecimiento, gratificación, satisfacción, capricho, éxtasis, alivio, regocijo, humor.● Amor: aceptación, afecto, cariño, ternura, simpatía, empatía, interés, cordialidad, confianza, amabilidad, afinidad, respeto, devoción, adoración, veneración, enamoramiento, ágape, gratitud, interés, compasión.● Felicidad: bienestar, satisfacción, armonía, equilibrio, plenitud, paz interior, tranquilidad, serenidad, gozo, dicha, placidez.
<ul style="list-style-type: none">● Sorpresa: La sorpresa, como indica el autor mencionado, puede ser positiva o negativa, en esta familia se pueden incluir, sobresalto, asombro, desconcierto, confusión, perplejidad, admiración, inquietud, impaciencia.● Emociones sociales: vergüenza, culpabilidad, timidez, vergüenza ajena, bochorno, pudor, recato, rubor, sonrojo.● Emociones estéticas: Las emociones estéticas son las que se experimentan ante las obras de arte y la belleza.

Tabla 1. Instrumento didáctico para la educación emocional (Bisquerra, 2015).

Es importante, para el concepto del presente trabajo de seminario, abordar también el concepto de sentimiento, haciendo la diferenciación conceptual con emociones, por tanto se entiende como sentimiento a la experiencia más destacada dentro de la vida afectiva de las personas, definiendo este término como, “estado subjetivo difuso, que tiene siempre una tonalidad positiva o negativa” (Rojas, 1993, 59); considerando como un estado subjetivo.

La diferencia entre los conceptos abordados, como emoción y sentimiento se resume en Diferencia entre emociones y diferencias:, Las emociones suelen ser respuestas rápidas y automáticas a estímulos, mientras que los sentimientos son interpretaciones conscientes y más

duraderas de esas respuestas emocionales. Es importante destacar que estas distinciones no son siempre estrictas y que en muchos contextos las dos palabras se usan de manera intercambiable.

“La educación emocional tiene dos direcciones: conciencia de la experiencia emocional única de una persona, revelando así el núcleo de su personalidad; La comprensión emocional es un proceso intersubjetivo que conecta a una persona con el campo de experiencia emocional de otra” (Casassus, 2007). El logro de la conciencia y comprensión emocional requiere del desarrollo de las competencias de apertura, conocimiento, interpretación, vinculación, regulación, modulación y conexión, por medio de escucha de la experiencia emocional.

Como indica CASEL (2020), se distinguen cinco grandes áreas de competencias (Revisar **tabla 2**), que agrupan habilidades que pueden ser desarrolladas de manera progresiva, tanto en el contexto escolar como adulta:

Autogestión: Corresponde a las habilidades para manejar las emociones, pensamientos y comportamientos de manera efectiva, para que apoyen el logro de metas personales y colectivas.
Conciencia social: Corresponde a las habilidades para tomar diferentes perspectivas y sentir empatía por las y los demás. También de apreciar la diversidad y comprender normas sociales y culturales.
Habilidades relacionales: Corresponde a las habilidades para formar y mantener relaciones constructivas con las demás personas. Incluye habilidades de comunicación, trabajo en equipo, liderazgo y solución de conflictos interpersonales.
Toma de decisiones responsables: Corresponde a las habilidades para tomar decisiones constructivas a nivel individual y colectivo, considerando normas éticas y consecuencias de distintos puntos de acción.
Autoconciencia/conciencia: Corresponde a las habilidades de reconocer y comprender las propias emociones y pensamientos, junto a la manera en la que influyen en el comportamiento. También a las habilidades de reconocer fortalezas personales y de mostrar autoconfianza.

Tabla 2: Estrategias para el aprendizaje emocional CASEL (2020)

En esta última competencia socioemocional, autoconciencia, se busca la comprensión emocional y conciencia. Para lograr esto, el autor Casassus (2007) señala que se deben desarrollar distintas competencias, que sirven a docentes para promover en aula la gestión de emociones y se describen a continuación (Revisar **tabla 3**).

<p>I. La capacidad de estar atento: escuchar, percibir, ponderar, nombrar y dar sentido a una o varias emociones.</p>	<p>Considerar las propias experiencias para aprender a reconocer y aceptar las emociones en lo que son, tanto en la persona, como en las y los otros. Para que ello ocurra, lo primero que se debe hacer es prestar atención. Estar atento es estar abierto a la conciencia. El proceso de establecer contacto con lo que sucede y cómo sucede, “el darse cuenta” de lo que sucede y de cómo sucede. Poder sintonizar conscientemente con las emociones. Se trata de ver allí las emociones que surgen y que colorean lo que me está ocurriendo.</p> <p>Entrar en contacto con las emociones, es estar presente en el aquí y el ahora con una atención dirigida a percibir la experiencia inmediata. Esta experiencia es por momentos en forma abierta y por otros, focalizada. El objetivo de ella es darse cuenta de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El propio cuerpo y sus claves emocionales. - El cuerpo del otro, su expresión facial, posturas, gestos, tonos de voz. - La vivencia general de lo emocional. - Las fantasías y bloqueos que nublan o automatizan la mirada y el actuar. - Las atmósferas emocionales.
<p>II.-La capacidad de pensar y decidir rumbos de acción.</p>	<p>Existe el prejuicio de que las emociones impiden pensar bien. Con mucha frecuencia se pueden escuchar expresiones como “no te pongas emocional” o “deja las emociones de lado y piensa claramente”. Esta manera de ver las cosas sugiere que hay una antítesis entre las emociones y el pensamiento. Sugiere que las emociones afectan negativamente el pensamiento. Este tipo de pensamiento es erróneo. Por el contrario, las emociones se relacionan bien con el pensamiento y sirven también para pensar bien. Este es un punto importante, pues unir las competencias emocionales a las competencias de pensamiento aumenta la capacidad de ver, de razonar lógicamente, de emitir juicios, de generar acciones. Es importante ponderar estos matices, pues las personas que tienen dificultades para sentir sus emociones, también tienen dificultades para expresarlas. Por ello, la importancia de estar atentas y atentos como docentes.</p>

<p>III. La capacidad de comprender y analizar las informaciones relacionadas con el mundo emocional.</p>	<p>Si se está abierto al mundo emocional, las emociones son señales que indican el estado de las cosas que afectan a una persona. Por ello, todas las emociones son positivas. Para dar un ejemplo, notemos que muchas personas consideran la rabia como una emoción destructiva, porque muchas veces se actúa de manera poco favorable, al estar impulsados por la rabia. Pero esa actuación es resultado de la incompetencia emocional. No es el efecto de la rabia, es el resultado de la incompetencia. Lo que hace la rabia es acumular energía que permite enfrentar una situación –adversa que causa la rabia. El problema no es la rabia, la situación adversa es el problema.</p> <p>Como docentes se debe considerar que la rabia entrega información de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Informa que existe un problema. - Indica acerca de la naturaleza del problema. - Indica caminos a seguir para resolverlo. Esta competencia implica haber adquirido una capacidad de conocer entre otras cosas, las siguientes: <ul style="list-style-type: none"> i. Las circunstancias que gatillan las emociones en uno mismo y en los otros. ii. Los pensamientos e imágenes que las complementan y sostienen. iii. La historicidad del emocionar.
<p>IV. La capacidad de regulación emocional.</p>	<p>Las emociones son energía vital, como ya se mencionó. Esto es algo novedoso. De las distintas tradiciones filosóficas y/o religiosas de oriente y occidente, se ha heredado la noción de que las emociones son positivas o negativas. Más aún, en general se las ha visto bajo la óptica de ser dañinas o pecaminosas. Pero, la experiencia indica que ellas son positivas. Son regalos para la vida. Lo que se haga con esta energía vital, depende de cada persona. Depende de las intenciones y de la capacidad de regular.</p> <p>En la cotidianidad, las emociones, en tanto que energía vital, pueden llenar de vitalidad y entregar la energía necesaria para iniciar nuevos proyectos. Pero, si no se es capaz de regular, pueden traer dificultades. Con frecuencia, las emociones como la ira, pueden dañar a personas queridas, o</p>

	<p>eventualmente si se reprimen en vez de regularlas, se podría enfermar psíquica y/o físicamente. La regulación emocional es algo que se hace internamente. Se puede hacer a partir del momento en que se percibe una emoción.</p> <p>La regulación emocional es un proceso interno que ocurre en tres momentos:</p> <ul style="list-style-type: none">- La toma de conciencia.- El reconocimiento.- La desintoxicación de la emoción. <p>Si no se tiene la capacidad de ver lo que está ocurriendo internamente cuando se está habitado/a por una emoción, pueden existir comportamientos problemáticos. Es importante ser capaces de leer la información que trae la emoción.</p>
<p>V. La capacidad de modulación y expresión emocional.</p>	<p>La modulación emocional es la expresión de la emoción hacia fuera, expresada en una acción. La modulación es más adecuada en la medida que la persona entra en la madurez emocional, porque la persona emocionalmente madura es capaz de separarse de su actitud reactiva. Es decir, es capaz de separar su reacción emocional de aquello que está observando y percibiendo. La modulación es necesaria para poder expresar las emociones equilibradamente, sin inhibirlas y sin desbordarse. Para esto es necesario:</p> <ul style="list-style-type: none">- Estar en contacto consigo mismo, es decir comprender lo que se siente.- Estar abierto (a) hacia el otro (a). El estar consciente del otro (a). La sintonía con la emocionalidad del otro permite actuar coherentemente con ella.- Asumir la responsabilidad de lo que se hace con las emociones propias.- La modulación emocional es una manera de habitar las emociones que permite un bienestar y una tranquilidad que proviene de no actuar compulsivamente y de no proyectar en las y los demás lo que se siente.

<p>VI. La capacidad de acoger, contener y sostener al otro (a).</p>	<p>Ahora, enfocarse en lo que siente la otra persona es lo que lleva a las competencias de acoger, contener y sostener en su emoción, señala que la empatía es acoger a una persona es escucharla con compasión. Para acoger a una persona hay que dejar de lado los juicios que afloran y concentrarse en un único deseo: acoger a la otra persona y darle la oportunidad de que ella exprese todo lo que necesitaba expresar. Es dejar de lado los impulsos de analizar lo que la otra persona dice, para luego demostrarle lo equivocada que ella está.</p> <p>Mantener la disposición de acoger permite que la otra persona tenga la sensación –real– de que, como docente o tercero, está allí para escucharla, sin juicios ni críticas, en plena aceptación. Una vez que se acoge, aparece la etapa de la contención. Contener a alguien no es solamente abrir las puertas para que se establezca la conexión entre las dos personas. Va más allá, pues permite acompañar a la persona de manera explícita en los contenidos de su emoción.</p> <p>A veces esto toma tiempo, por ello es necesario también tener la capacidad de sostener la conexión con la otra persona, todo el tiempo que ello sea necesario. Para que esto pueda ocurrir, se debe primero, desarrollar la capacidad de sostenerse en la acogida, sostener la escucha empática, mantener la conciencia en la respiración, alimentar la compasión para sostener la concentración en la gratificación del deseo único, el acoger, contener y sostener al otro (a).</p>
<p>VII. La competencia de escuchar.</p>	<p>La principal competencia es: la escucha. Esta competencia es la que sostiene a las otras. La escucha es una actitud de receptividad a lo que existe, para descubrir lo que allí hay.</p> <p>El escuchar como actitud receptiva, es lo contrario a una actitud productiva. Cuando se está en una actitud productiva, se cree, se está escuchando, pero en realidad se está buscando verificar lo que ya se sabe. En la actitud receptiva, la escucha es la capacidad de estar atento/a lo que pueda aparecer, sin saber qué es lo que puede aparecer.</p> <p>Es en la escucha receptiva que aparece la novedad de la realidad, en la “escucha” productiva, aparece la proyección de lo que ya se sabe. No es una escucha. Esta distinción es</p>

	importante, pues mientras más capacidad de atención se tenga, más profunda será la escucha y más profundo será lo que se puede aprender.
--	--

Tabla 3: La educación del ser emocional (2016).

Lo anteriormente descrito, como nos indica el autor, permite la conexión e interacción con otra persona, permite poder conectarse para aprender a gestionar las emociones de la otra persona a través de la confianza y el apoyo dentro o fuera del aula, en un contexto escolar.

Si bien, la educación emocional aporta al aprendizaje integral de las y los estudiantes, desarrollando las competencias emocionales, contribuye al respeto y al clima de aula positivo, lo que favorece el aprendizaje y el bienestar.

Bisquerra (2016), aporta desde esta perspectiva, mencionando que la educación emocional, abordada de una perspectiva integral, aporta a:

- Contribuye al desarrollo integral de la persona.
- Contribuye al desarrollo personal y social.
- Debe estar presente a lo largo de toda la escolarización.

Por ello, ello, además, menciona que investigaciones científicas, concluyen que los beneficios y efectos de la educación emocional dentro del contexto escolar, pueden ser:

- Competencias sociales y emocionales.
- Mejora las actitudes hacia sí mismo/a , hacia las demás personas y hacia la escuela.
- Comportamiento positivo en clases.
- Mejora el clima de aula.
- Reducción de comportamientos disruptivos.
- Mejoramiento del rendimiento académico.

También existe la disminución de:

- Problemas y conflictos.
- Problemas de comportamiento.
- Agresividad y violencia.
- Ansiedad y estrés.

Considerando los puntos anteriores, y el desarrollo de la conciencia emocional, Bisquerra (2016), define el concepto de gestión de emociones, como la capacidad para manejar las emociones de una manera apropiada, supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento, tener una buena estrategia de afrontamiento. Siendo, entonces la capacidad para manejar las emociones de una manera apropiada, a través de distintas competencias: (Revisar **tabla 4**).

<p>Expresión emocional apropiada: Capacidad para expresar emociones de manera adecuada, esto refiere a la propia persona y las y los demás. En nivel mayor de madurez, comprender el impacto de la propia expresión de las emociones en su entorno.</p>
<p>Regulación de emociones y sentimientos: es la regulación emocional propiamente dicha, lo que significa que los sentimientos y las emociones deben ser regulados, para un mayor bienestar.</p>
<p>Regulación emocional con conciencia ética y moral: la regulación de las emociones, tanto propias como ajenas, debe hacerse siempre de acuerdo con valores. Estos valores habitualmente se basan en emociones como empatía, compasión, esperanza y amor.</p>
<p>Tolerancia a la frustración: es la forma de regulación emocional que por su importancia recibe una denominación y un tratamiento específico. Dado que la frustración es inevitable, una baja tolerancia, es una fuente de malestar y un riesgo para la ira y la violencia. Una tolerancia a la frustración aumenta la probabilidad de bienestar.</p>
<p>Regulación de la ira para la prevención de la violencia: en ocasiones la violencia origina la ira que no ha sido regulada de forma apropiada. Por esto, dentro de la regulación emocional cobra especial relevancia la gestión de esta emoción.</p>
<p>Remind: la palabra resume relajación, respiración y mediación, conjunto de técnicas de regulación emocional.</p>
<p>Estrategias de afrontamiento: habilidad para afrontar retos y situaciones de conflicto, con las emociones que genera. Esto implica estrategias de autorregulación para gestionar la intensidad y la duración de los estados emocionales en distintos contextos.</p>

Tabla 4: Competencias de la Gestión Emocional (Bisquerra, 2015).

Los beneficios de la gestión de emociones y la educación emocional en el aula, pueden ser muchos, las y los observadores principales de ello son docentes de todas las áreas que conviven día a día en la gran cantidad de horas que permanecen en clases en contacto y vínculo con estudiantes.

Por lo anterior, uno de los aspectos importantes a destacar es el rol de las y los docentes, evidenciando que las relaciones positivas entre docentes y estudiantes, aportan al desarrollo de

competencias emocionales. Por esto, es relevante poder potenciar el vínculo, con el objetivo de mantener y desarrollar habilidades que promuevan la educación emocional. Según indica Bisquerra (2016), se puede sostener que el primer destinatario de la educación emocional y el desarrollo de las competencias emocionales son los múltiples docentes.

Se debe considerar que la gestión de emociones puede implementar algunas técnicas que pueden utilizar las y los docentes en este proceso de gestión. Algunas de ellas se describen a continuación (Bisquerra, 2016):

Acciones positivas: el autor considera esta estrategia, como cuando cada persona toma conciencia de que está en un estado de ánimo poco favorable y quiere cambiarlo, puede ser de utilidad hacer algo positivo (Revisar **tabla 5**), como los ejemplos a continuación:

Disfrutar:	Implica hacer una actividad por placer, como lectura recreativa, escuchar música, tocar un instrumento, ver televisión, jugar videojuegos. Disfrutar conscientemente de la acción.
Placeres aceptables y destructivos:	La satisfacción de placeres es una forma de regulación emocional. Para ello es importante considerar los placeres aceptables, entre los que pueden estar: mirar paisajes, un cuadro, obra de arte, película, oler perfumes. Diferenciando de los destructivos, donde como indica el autor, se consideran: consumo de drogas, fumar, comportamientos de riesgo.
Actividad física:	Practicar cualquier actividad física o deporte, a diario o varias veces por semana. Tomar conciencia del bienestar que aporta la actividad física para repetir la experiencia.
Completar una acción:	Completar un trabajo académico, poner en orden la habitación, hacer algo positivo por otras personas.
Fluir:	Realizar algo que toma la atención de la persona completamente.
Altruismo y pro socialidad:	Hacer algo para ayudar a otras personas.

Tabla 5: Competencias de la Gestión Emocional (Bisquerra, 2015).

Todo lo anterior, nos indica que, en el contexto de aprendizaje, es en donde niños, niñas y adolescentes, buscan y aprenden habilidades socioemocionales. Siendo el último grupo etario el cual se abordará en el presente seminario, es necesario enfatizar en algunos puntos a continuación.

La adolescencia, que es el grupo al que va dirigido este plan de potenciación, según indica la Unicef (2020) se define como una etapa necesaria e importante para hacerse adultos. Pero esencialmente es una etapa con valor y riqueza en sí misma, que brinda infinitas posibilidades

para el aprendizaje y el desarrollo de fortalezas. Es una etapa desafiante, de muchos cambios e interrogantes para las y los adolescentes.

La Organización Mundial de la Salud (2023), considera el período del ciclo vital entre los 10 y los 19 años es la adolescencia y puede dividirse en temprana desde los 10 a los 14 años, y tardía de los 15 a los 19 años.

Pero el desarrollo de esta etapa y su desarrollo emocional implica, como tareas principales establecer un sentido de identidad realista y coherente en el contexto de las relaciones con otros, aprender a afrontar el estrés y manejar las emociones. Con respecto al establecimiento de la identidad este proceso se ha considerado tradicionalmente como la tarea central de la adolescencia. De acuerdo a Erikson (1972), el problema central de la adolescencia corresponde a la identidad frente a la confusión. Como indica el autor, esta etapa está dada por constante conflicto, que puede conducir a estados mentales contradictorios, que están dados por factores psicobiológicos y cambios.

Según lo expuesto con anterioridad, el aspecto social de la adolescencia y su identidad, continuando con el autor, debe ser explicada en una dimensión comunitaria, manteniendo fuerzas que puedan reconciliar discontinuidades, de primera fuente parental y luego comunitarias.

Es precisamente aquí en donde el equipo docente puede acompañar esta crisis de identidad, logrando gestionar las distintas emociones que pueden manifestarse en el contexto escolar. Como indica Bisquerra (2007), los resultados positivos en la educación emocional dependen del trabajo en equipo de todo el profesorado, aquí queda más claro, que las y los docentes son los primeros destinatarios de la educación emocional. Cuando las y los profesores, ponen en práctica sus competencias emocionales, en reuniones, relaciones, gestión de emociones y conflictos, es cuando se está preparado para una puesta en práctica con sus estudiantes, se puede decir entonces, que las buenas prácticas de educación emocional, son esenciales para que ésta sea efectiva.

6.- Definición del área de potenciación

6.1 Revisión de antecedentes de sujetos y del contexto

Para el presente trabajo de seminario, las intervenciones de potenciación serán abordadas con dos grupos. En el primer grupo se consideran a las y los estudiantes de séptimo año básico del establecimiento Bicentenario College y docentes del establecimiento que imparten asignaturas en él. A continuación, se describe el contexto y características de cada uno de los grupos mencionados.

Dentro de la revisión de fichas de matrícula del curso (documento que genera el establecimiento anualmente) y de plataforma de gestión educativa Lirmi, se puede mencionar que conforman el curso 33 estudiantes con un promedio de edad entre 12 y 13 años, 22 género masculino y 11 género femenino. Del total del curso 11 estudiantes son prioritarios, 16 preferentes y 6 no registran información.

En cuanto a las repitencias, 6 estudiantes repiten cursos anteriores. Un número de 13 estudiantes alguna vez, en su trayectoria escolar ha sido evaluado (a) por algún especialista de las áreas de psicología, fonoaudiología, psicopedagogía, psiquiatría, neurología, educación diferencial.

En la actualidad, 7 estudiantes del curso pertenecen al Programa de inclusión escolar del establecimiento (2 estudiantes con diagnóstico de Discapacidad Intelectual leve, 4 estudiantes con diagnóstico de Dificultades específicas del aprendizaje y 1 estudiante Funcionamiento intelectual limítrofe), también, 5 estudiantes se encuentran recibiendo apoyos como sobre cupo del programa de inclusión, asociado a diagnóstico de Trastorno de espectro autista.

Según la información extraída de fichas de matrículas, en la actualidad, 2 estudiantes provienen de Venezuela, viviendo con sus padres y madres con trabajo en el país y documentación chilena vigente.

El nivel educativo alcanzado por padres y madres de las y los estudiantes, va desde la educación media a universitaria, siendo esta última la que destaca entre las 2. El cien por ciento de las familias con las que viven las y los estudiantes cuentan con una situación laboral activa en el presente año, percibiendo remuneraciones.

Dentro de las comunas de las que provienen las y los estudiantes, se observa que la mayoría vive en La Florida y Puente alto, pero también se observan estudiantes que se trasladan al establecimiento desde comunas como San Joaquín y San Bernardo.

El curso presenta una asistencia promedio en el establecimiento, teniendo un porcentaje durante el primer y segundo semestre de 86%, existiendo solamente una estudiante que tiene como porcentaje de asistencia bajo 80%. Padres, madres y familia, asisten de manera muy regular a las reuniones realizadas, citaciones o entrevistas individuales de parte del equipo de

convivencia escolar o inclusión, contando con una activa participación en actividades extracurriculares según el registro de asistencias durante el año 2023.

En cuanto a las temáticas abordadas con el curso, luego del regreso a clases presenciales, en entrevista con encargada de convivencia escolar, menciona que las principales temáticas abordadas, se encuentra la formación de vínculos y conductas disruptivas dentro del aula, las que han sido abordadas en conjunto con la profesora en jefatura, que también imparte idioma extranjero inglés, en el curso. Estos talleres se realizan en el horario de orientación y consejo de curso.

De manera individual, también se han realizado intervenciones a algunos estudiantes, en cuanto a autolesiones, violencia intrafamiliar y duelo, los que han sido abordados en conjunto con la familia y derivados a servicios de asistencia de salud cercanos y otras instituciones.

En cuanto al equipo docente que imparte clases en séptimo básico, los datos son extraídos del Sistema de Información General de Estudiantes (SIGE). De las y los profesionales que se encuentran con contrato vigente en el presente año, 3 docentes de género masculino y 10 de género femenino.

Las clases que se imparten en el curso son: matemática, lengua y literatura, ciencias naturales, historia y geografía, artes visuales, música, educación física, tecnología, formación valórica, inglés y talleres electivos asociados a algunas asignaturas.

Del total del cuerpo docente, 7 se encuentran con contrato indefinido y 6 con contrato definido (3 profesionales ingresaron el presente año a sus funciones). Dentro de su formación profesional 5 cuentan con título enseñanza básica y título enseñanza básica y media 7. Además, una educadora diferencial que trabaja con el curso apoyando a estudiantes que pertenecen a Inclusión y sobrecupos.

Las y los profesionales, viven en diferentes comunas de Santiago, dentro de las que se encuentran, La Florida, San Miguel, Estación Central, Puente Alto, Santiago Centro y Ñuñoa.

Todas y todos los docentes trabajan en el establecimiento entre 28 y 42 horas, según las asignaturas que imparten. Todas y todos almuerzan en el establecimiento y asisten a las horas de reunión técnica realizada los viernes a las 14:00 horas, en donde se trabajan diferentes temáticas, incluidas convivencia escolar.

6.2 Técnicas e Instrumentos de recogida de información

Los instrumentos realizados para la recogida de datos necesarios para el presente seminario, se basan en formularios google de aplicación a estudiantes de séptimo básico, docentes de séptimo básico y psicóloga encargada de convivencia escolar del establecimiento.

El primer formulario, aplicable a estudiantes de séptimo año básico del establecimiento Bicentenario College, consta de 28 preguntas, las que se dividen en cuatro áreas. La primera de ellas considera cómo se sienten en el establecimiento las y los estudiantes, teniendo alternativas: De acuerdo, medianamente de acuerdo, poco de acuerdo, en desacuerdo.

La segunda área, considera la descripción que tienen de su establecimiento, teniendo en cuenta las mismas alternativas del apartado anterior.

La tercera área, considera situaciones que pasan en el establecimiento y que estudiantes pueden identificar según sus experiencias, para las cuales existen las mismas alternativas que en las áreas anteriores.

La cuarta y última área aborda las preferencias que ellas y ellos proyectan en el establecimiento, con verificadores como: no me gusta, me da lo mismo, me gustaría.

También se elaboran formularios para docentes y psicóloga encargada de convivencia escolar del establecimiento, estos formularios constan de 9 y 12 preguntas respectivamente.

Estos instrumentos, serán aplicados de manera digital y considera preguntas de alternativas, respuesta de párrafos cortos y párrafos largos. Estas preguntas están orientadas a la gestión de emociones de parte de las y los profesionales, considerando el contexto y cómo se abordan en el curso séptimo básico.

6.3 Análisis de la información recogida

El análisis de resultados para el plan de potenciación que se plantea en el presente seminario, considera un análisis cuantitativo de los datos obtenidos en gráficos de las encuestas aplicadas, con el fin de elaborar un análisis descriptivo directo a las respuestas proporcionadas por docentes, psicóloga y estudiantes de séptimo básico del establecimiento Bicentenario College.

6.4 Descripción breve y acotada del área de potenciación.

El área a trabajar en el presente plan de potenciación está asociado a la gestión de emociones dentro del aula, en el contexto escolar. Siendo importante abordar, cómo estudiantes de séptimo año básico, pueden identificar sus emociones y además gestionarlas de manera apropiada en el contexto.

Por otro lado, se considera que la preparación del equipo educativo, docente de aula, es trascendental, ya que, son las personas que generan vínculos con estudiantes y están en contacto la gran parte del tiempo en que ellas y ellos se encuentran en el establecimiento.

Todo esto, con el fin de dar integralidad al proceso educativo, considerando el aspecto socioemocional como un factor elemental en el aprendizaje y la participación de las y los estudiantes.

6.5 Fundamentación del área de Potenciación definida

La pandemia del Covid-19 ha tenido un impacto sin precedente en la sociedad, generando una crisis no solo en el ámbito sanitario, sino también económico y social. En todo el mundo los sistemas educativos se vieron impactados por medidas para disminuir la propagación del virus, que implican el cierre total o parcial de las escuelas. “En este contexto, no solo se vio afectada la continuidad de los aprendizajes de las y los estudiantes, sino también su bienestar físico y emocional. Junto a estos efectos inmediatos, se espera que la disrupción en el sistema escolar tenga importantes secuelas en el mediano y largo plazo, impactando la vida de los futuros adultos y siguientes generaciones” (Izquierdo y Ugarte, 2023).

La pandemia de COVID-19 ha tenido un impacto significativo en la salud emocional de las y los adolescentes. Algunos de los efectos emocionales comunes que se han observado después de la pandemia incluyen (Revisar tabla 6):

Impacto en la salud emocional de estudiantes

<p>Ansiedad: Adolescentes han experimentado niveles elevados de ansiedad debido a la incertidumbre y al miedo asociados con la pandemia. La preocupación por la propia salud y la de los seres queridos, así como la preocupación por el futuro, pueden contribuir a la ansiedad.</p>
<p>Depresión: El aislamiento social, la falta de interacción con amigos/as y seres queridos, y la interrupción de las rutinas diarias pueden aumentar el riesgo de depresión en los adolescentes. La sensación de pérdida y la falta de control sobre la situación pueden contribuir a la aparición de síntomas depresivos.</p>
<p>Soledad: El distanciamiento social y el confinamiento pueden hacer que las y los adolescentes se sientan solos/as y aislados/as. La falta de interacción social y la ausencia de actividades extracurriculares pueden afectar negativamente su bienestar emocional.</p>
<p>Estrés: La adaptación a los cambios en la educación, como la transición al aprendizaje en línea, puede generar estrés adicional en los adolescentes. Además, la preocupación por el impacto económico de la pandemia en las familias puede aumentar el estrés.</p>
<p>Cambios en la autoestima: La falta de interacción social y la exposición constante a las redes sociales pueden haber llevado a una mayor comparación y auto-evaluación negativa en los adolescentes. La falta de oportunidades para desarrollar habilidades y logros personales también puede haber afectado su autoestima.</p>

Tabla 6: Impacto de la pandemia de COVID-19 (Izquierdo y Ugarte, 2023).

Es importante que los grupos de adolescentes reciban apoyo emocional durante este período, desde el hogar, pero también desde el contexto escolar, en conjunto con docentes y convivencia escolar, considerando las características individuales de cada uno /a de ellos/as.

Algunas estrategias que pueden ayudar, incluyen mantener una rutina diaria, conservar el contacto social a través de medios virtuales, practicar técnicas de relajación y buscar apoyo profesional dependiendo de la necesidad de cada persona.

A partir del análisis de los antecedentes recopilados, es posible decir que la pandemia por COVID-19 ha tenido un gran impacto en el área social y afectiva de los estudiantes a nivel nacional. Según los autores Izquierdo y Ugarte (2023), no solo la situación académica presentaba problemas al inicio de la pandemia, sino que también existían relevantes desafíos en salud mental, consumo de drogas y violencia en la población infantil y adolescente. En 2012, más de un quinto de los niños y jóvenes entre los 4 y 18 años tenían trastornos psiquiátricos o discapacidad psicosocial.

Por otra parte, según la Organización de Estados Americanos (2019), Chile es el país con mayores tasas de consumo de marihuana, cocaína, pasta base y tranquilizantes sin receta. Debido a lo anteriormente mencionado es posible decir que el desarrollo de las competencias socioemocionales se ve afectadas, esto se debe a las limitaciones para poder compartir con más personas y la escasa interacción social, perdiendo esta práctica.

Por lo tanto, se enfatiza la importancia de que un establecimiento sea una organización educativa, como menciona Casassus (2007), donde se valora el mundo emocional de las personas, una organización donde se reconoce el mundo emocional, siendo el motor donde ocurren las interacciones. La escuela debería ser un lugar donde las personas trabajan las competencias, donde los problemas son formulados emocionalmente, donde se reconocen las necesidades emocionales de las personas que trabajan y estudian en el establecimiento. Transformándose en un lugar que acoge a las y los estudiantes de distintos ciclos, fomentando las habilidades socioemocionales.

Ya que el aprendizaje, ocurre como parte de una relación emocional entre docentes y estudiantes, indicado por Casassus (2007), tiene directa relación con la incorporación emocional en la relación pedagógica. Entonces la comprensión emocional que emana de las escuelas y docentes, hace de los vínculos un soporte de aprendizaje, creando condiciones propicias dentro del contexto escolar, para el logro de aprendizajes y de relaciones interpersonales.

Por esto es fundamental, que luego de acontecimientos y en su quehacer continuo, las escuelas sean agentes de bienestar integral de las y los estudiantes, promoviendo la educación emocional y gestión de emociones, incentivando a niños, niñas y adolescentes a aprender, comprender y trabajar en sus emociones, estableciendo y alcanzando metas propias construyendo relaciones positivas con responsabilidad, en los diferentes contextos de su vida, es por eso, que se levanta un plan de potenciación para el establecimiento Bicentenario College, considerando estudiantes y docentes de 7mo año básico.

7.- Elaboración del Plan de Potenciación

El presente plan de potenciación aborda estrategias para potenciar la gestión de emociones, enfocada en el área socioemocional de estudiantes de séptimo año básico y docentes del nivel.

1. Evaluación: Para la evaluación del plan, se realizan 3 formularios para indagar sobre el conocimiento y prácticas en el establecimiento Bicentenario College, en el área socioemocional de gestión de emociones. Estos instrumentos están elaborados en google forms, aplicable a docentes, psicóloga y estudiantes de séptimo año básico. Con esa información recogida desde los agentes que participan en el proyecto se planifica desde la necesidad observada en el establecimiento, en el contexto de gestión de emociones dentro del aula, se elabora un plan de trabajo considerando antecedentes bibliográficos, encuestas realizadas a docentes de séptimo básico, encuesta para psicóloga encargada de convivencia escolar y estudiantes del curso.

2. Planificación del Proyecto: Con la información recabada anteriormente se ejecuta un plan de trabajo consistente en talleres, los cuales se planifican con objetivos enfocados y estructurados que dan respuesta al objetivo general del seminario. Además de elaborar el material para su implementación y cuadernillo de trabajo para estudiantes, el cual se utilizará dentro de la asignatura de orientación. Por otro lado, se establecen metas y objetivos organizados en Carta Gantt, lo que estructura y direcciona el proyecto, enfatizando en la experiencia de las personas que participan y el aprendizaje, en cuanto al objetivo del presente seminario.

3. Ejecución del Proyecto: Se ejecutan tres talleres con sus respectivos materiales, los cuales van en directa relación con el cumplimiento del objetivo general, entregando herramientas para docentes y estudiantes en el área de la gestión de emociones dentro del aula y contexto escolar. En la implementación del último taller para estudiantes, se realiza la entrega de cuadernillo de actividades. Este cuadernillo cuenta con 31 páginas, las cuales contienen actividades que potencian la gestión de emociones para las y los adolescentes, identificando sus características propias, además de secciones que establecen actividades que desarrollan un sentido de pertenencia con el material. Este cuadernillo es elaborado considerando el marco referencial y bibliografía pertinente al área socioemocional.

Los talleres, mencionados, serán impartidos por el equipo de seminario, en la biblioteca del establecimiento, que cuenta con el mobiliario y equipo tecnológico necesario para el desarrollo óptimo de cada una de las instancias.

Es importante destacar, que cada uno de los talleres, se ha planificado en conocimiento de las características de cada grupo, dando importancia a dinámicas grupales, trabajo en equipo, exposiciones y reflexiones que potencian este trabajo desde lo lúdico y reflexivo para docentes y estudiantes, cumpliendo los plazos en Gantt elaborada.

4. Evaluación y/o Impacto: Al término del proceso, se enviará al correo institucional de docentes y estudiantes, un formulario google, que contiene preguntas y apreciaciones personales en cuanto a su experiencia en los talleres y el impacto que tienen estos en su quehacer pedagógico y experiencia como estudiante, con el objetivo de tomar decisiones para el enriquecimiento del proceso.

7.1 Marco Lógico

Según las problemáticas observadas dentro del establecimiento, se realiza un Marco Lógico, a través de un Árbol del Problema y Objetivos, para identificar las causas y efectos de la problemática, así como encontrar posibles soluciones para abordarlo de manera efectiva (Revisar **Tabla 7**).

ÁRBOL DE PROBLEMAS		ÁRBOL DE OBJETIVOS	
E F E C T O S	<p>Dificultades emocionales.</p> <p>Manejo poco adaptado de las emociones.</p> <p>Conductas impulsivas.</p> <p>Conflictos con pares y docentes.</p> <p>Desmotivación.</p> <p>Inseguridad en actividades y espacios de aula.</p> <p>Ansiedad.</p>	<p>Resolución eficiente de problemas.</p> <p>Autoestima acorde a su nivel etario.</p> <p>Confianza en sí mismo/a frente al trabajo académico.</p> <p>Gestionar las emociones de una manera efectiva.</p> <p>Los y las docentes gestionan efectivamente desregulaciones emocionales.</p> <p>Aumento de motivación escolar.</p> <p>Control en la impulsividad.</p> <p>Vínculos significativos con sus pares y docentes.</p>	P R O D U C T O S
P R O B L E M A	<p>Estudiantes de séptimo básico que presentan dificultades en expresión y gestión de sus emociones.</p> <p>Docentes que presentan desafíos en manejo y gestión de emociones de estudiantes.</p>	<p>Objetivo General:</p> <p>Desarrollar un plan de acción sobre gestión de emociones para 7° básico y docentes del nivel del establecimiento Bicentenario College, a través de talleres prácticos.</p>	O B J E T I V O
C A U S A S	<ul style="list-style-type: none"> Falta de estimulación en el área socio afectiva de parte del establecimiento. Escaso abordaje del área socioemocional y gestión de emociones en horas de orientación. Escasa capacitación en el área de gestión de emociones para docentes del establecimiento. 	<ul style="list-style-type: none"> Taller para docentes de 7° básico. Talleres para estudiantes de 7° básico. Cuadernillo de potenciación para estudiantes de 7° básico. 	A C C I O N E S

Tabla 7: Árbol de problemas y objetivos.

7.2 Matriz de planificación del Plan de Potenciación

7.2.1 Objetivo Estratégico:

Las metas que se requiere alcanzar para la elaboración y aplicación del plan de potenciación, se describen a continuación en la matriz de planificación, dando organización a objetivos, acciones, indicadores de logro, verificación, planos y recursos que permiten el logro de los objetivos propuestos (Revisar **tabla 8**).

Matriz de Planificación

Elementos del diagnóstico que fundamentan los objetivos	Objetivos Expresan lo que se desea alcanzar ¿Qué?	Acciones: ¿cómo logró los objetivos?	Indicadores de logro cuantificables. Se desprenden de los objetivos	Medios de verificación	Plazos ¿Cuándo?	Recursos
Desarrollar un plan de acción sobre gestión de emociones para 7° básico y docentes del nivel del establecimiento Bicentenario College, a través de talleres prácticos.	Aplicar instrumentos para la recogida de información.	Realizando preguntas, que permitan recoger información de la gestión emocional en el establecimiento.	-Desarrollo total de encuesta para 13 docentes de 7mo básico. (Anexo 3) -Desarrollo total de encuesta para psicóloga del establecimiento. (Anexo 1) -Desarrollo total de encuesta a 33 estudiantes de	-Fotografías. - Formulario Google. -Reporte de resultado de formulario.	Septiembre (semana 4).	Formulario de Google forms.

			séptimo básico. (Anexo 2)			
Implementar talleres a estudiantes de 7° básico y docentes del nivel, con el fin de potenciar el abordaje de emociones en el aula.	Taller temático de 45 minutos para docentes de 7 básico. (Anexo 5)	Elaborar infografía a partir de la información presentada, exponiendo en el plenario.	-Asistencia del 100% de los docentes. -Participación del 60% o más en la realización de la actividad. -100% de respuesta en la evaluación del taller.	-Fotografías. - Infografías. - Presentaciones y videos explicativos.	Octubre (semana 4)	-Ovillos de lana. -Vídeo. - Presentación. -Cartulina. -Plumones de colores. -Post it. -Lápices.
	-Taller temático de 45 minutos para estudiantes de 7 básico. (Anexo 6)	-Identificar en qué lugar del cuerpo sienten determinada emoción y compartir experiencias en grupo de manera respetuosa.	-Asistencia del 100% de los estudiantes. -Participación del 60% o más en la realización de la actividad. -100% de respuesta en la evaluación del taller.	-Fotografía. - Presentación . -Post it.	Octubre. (Semana 4)	- Presentación. -Vídeo. -Emoji de colores. -Cinta adhesiva.

	Taller temático de 45 minutos para estudiantes de 7 básico. (Anexo 7)	Adquirir una estrategia regular para las emociones.	-Asistencia del 100% de los estudiantes. -Participación del 60% o más en la realización de la actividad. -100% de respuesta en la evaluación del taller.	-Fotografías. - Presentaciones. -Actividades realizadas en el cuadernillo -Corazones con las respuestas de “cómo puedo demostrar mis emociones”.	Octubre (Semana 4)	-Vídeo. - Cuadernillo. -Corazones. -Temperas de color negro, rojo, amarillo y verde. -Pinceles. -Semáforo de cartón.
	Cuadernillo de gestión de las emociones. (Anexo 8)	Aplicar cuadernillo de emociones a estudiantes de 7° básico.	-Respuestas del 100% de los estudiantes. -Realización de la primera tarea en taller número 3. (Anexo 7).	Cuadernillo emocional de trabajo.	Noviembre (semana 4)	-Cuadernillo de trabajo. - Lápiz. -Goma de borrar.
Desarrollar una evaluación de alto impacto de los talleres realizados	Aplicar evaluación virtual de 10 minutos aproximadamente	Desarrollar una evaluación de alto impacto de los talleres realizados	Respuestas del 100% de los estudiantes y	Respuestas de google forms.	Noviembre (semana 2)	Google forms.

para 7° básico y docentes del nivel, en relación al manejo de emociones o autorregulación emocional.	e para estudiantes y docentes del nivel. (Anexo 9, anexo 10)	para 7 básicos y docentes del nivel, en relación al manejo de emociones o autorregulación emocional.	docentes del nivel.			
--	---	--	---------------------	--	--	--

Tabla 8: Planificación de trabajo.

7.3 Etapas de la potenciación

A continuación, se presentan cada una de las actividades a realizar en el plan de potenciación de habilidades socioemocionales. Determinando los plazos en los que se lleva a cabo cada una de ellas, semanal y mensualmente.

CARTA GANTT PERIODO 2023

	MES	SEPTIEMBRE				OCTUBRE				NOVIEMBRE			
	SEMANA	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
ACTIVIDADES	Elaboración de formularios google, estudiantes, docentes y psicóloga convivencia escolar.												
	Aplicación de formularios google, estudiantes, docentes y psicóloga convivencia escolar.												
	Planificación de talleres para estudiantes y docentes de 7° básico.												
	Elaboración de material para talleres.												
	Elaboración de cuadernillo.												
	Taller 1 docentes 7° básico (Telaraña de las emociones).												
	Taller 2 estudiantes 7° básico (Aquí o acá, ¿la emoción en donde va?).												
	Taller 3 estudiantes 7° básico (El semáforo de mis emociones).												
	Elaboración de instrumento de evaluación.												
	Aplicación de encuesta evaluación.												

Nota. Plazos de Plan de Potenciación

7.4 Cuadernillo con actividades de potenciación

A continuación, se describen de manera detallada las características principales del cuadernillo de actividades de potenciación de las emociones, en el área socioemocional, gestión de emociones, el cual realizan estudiantes de séptimo año básico del establecimiento Bicentenario College (Revisar **tabla 9**).

Qué se está potenciando	En el cuadernillo se potencian habilidades socioemocionales asociadas a la gestión de emociones de estudiantes de 7mo año básico. En el cuadernillo se establecen actividades de identificación de emociones, emociones propias de otras personas, prever situaciones emocionales, valoración de las emociones para el aprendizaje y el bienestar, reinterpretación emocional, asociación de estados interpersonales a emociones, comprender las emociones, gestionar emociones en situaciones conocidas, fortalecer emociones y estrategias de regulación emocional.
Objetivo	Potenciar la gestión de emociones de estudiantes de 7mo básico trabajando un cuadernillo de actividades de manera progresiva en clases de orientación.
Descripción de la actividad	Se entrega en el último taller diseñado para las y los estudiantes el cuadernillo, como un obsequio que utilizarán en esa actividad (ya que realizarán las primeras actividades de identificación), pero también será utilizado para trabajar en la asignatura de orientación con la o el docente de su jefatura.
Evaluación	El cuadernillo dentro de sus apartados, tiene una autoevaluación que las y los estudiantes podrán ir realizando de manera práctica al momento de finalizar cada actividad. Además al concluir existe una pregunta abierta para monitorear su propio aprendizaje al momento de terminar el cuadernillo completamente.
Observaciones	<ul style="list-style-type: none">• El cuadernillo estará en formato digital, para cualquier modificación. Así pueda ser utilizado año a año.• Se adjunta cuadernillo en anexos del documento.

Tabla 9: Cuadernillo de Trabajo (ver anexo 8).

8.- Conclusiones y reflexiones finales

La gestión de emociones es una habilidad importante en la vida de una persona, puede ser una herramienta poderosa para comprender mejor las propias reacciones emocionales, identificar áreas de mejora y planificar cómo abordar estas de manera más efectiva, lo que puede conducir a una vida equilibrada y relaciones saludables con las y los demás.

Como se menciona en el presente seminario, el desarrollo de habilidades socioemocionales que consideran la gestión de emociones como un eje importante para el desarrollo y potenciación del autoconocimiento y las relaciones con otras y otros. No solo enfocando este desarrollo en contextos familiares, personales o vinculado a los espacios comunitarios, sino, en un contexto educativo, donde estudiantes se relacionan y vinculan con pares de su mismo grupo etario.

Por lo anterior, se considera importante potenciar la gestión de emociones en la etapa de adolescencia, ya que es aquí donde surgen diferentes cambios biológicos, sociales, cognitivos sexuales y emocionales, que permiten que estudiantes de séptimo básico, requieran un apoyo más profundo y acompañamiento en la gestión o manejo de sus emociones, así lograr que puedan potenciar sus relaciones con otras personas de su contexto educativo, permitiendo conocer sus propios procesos emocionales, estableciendo una estrategia de manejo emocional, que permita abordar de manera óptima una desregulación en contexto escolar.

Pero también es importante, que el entorno educativo, pueda apoyar esta etapa, por ello es de importancia, la vinculación con docentes, que permita el conocimiento de su grupo o nivel, así potenciar las estrategias dentro y fuera del aula, generar un ambiente de confianza, apoyo y contención en los momentos en que las y los estudiantes requieren contención de parte de su profesor o profesora.

Abordar la gestión de emociones como uno de los aspectos de la integralidad educativa, genera cambios a nivel de convivencia escolar, ya que, desde un enfoque integral, cada persona que constituye una comunidad escolar, es parte de la convivencia que se genera en ella, por esto, regular las emociones de manera efectiva permite que la comunidad se conozca, establezca protocolos de acción que todas y todos deben conocer, desarrollando un ambiente de enriquecimiento emocional, que asienta un ambiente seguro para las y los estudiantes, considerando un espacio en donde las emociones son validadas, contenidas y gestionadas desde sus pares y comunidad educativa.

Las emociones, entonces, permiten que las personas puedan expresarse en distintos momentos, en este caso, educativo, pero también permiten conocer su entorno, generar apoyos y establecer vínculos.

Como educadores y educadoras diferenciales, observar el área socio afectiva es de carácter primordial, considerando que los aprendizajes están relacionados a las necesidades emocionales que presentan las y los estudiantes. Teniendo en cuenta que todas y todos

presentan características individuales, que generan conductas y emociones distintas dentro del aula, nos deberá impulsar a tomar las decisiones necesarias que permitan disminuir o eliminar barreras dentro del contexto escolar, que dificultan que un/a estudiante pueda aprender y participar. Estableciendo que los conocimientos pedagógicos también se vinculan con el conocimiento y gestión de las emociones que pueden desarrollar y potenciar, niñas, niños y adolescentes durante toda su etapa escolar. Respetando sus individualidades y potenciando las características propias, entregando las herramientas necesarias, para el desarrollo educativo integral, reflexivo y diverso. Considerando, además la formación, entendemos que desde las emociones permiten las interacciones con las personas, por tanto, el desarrollo del lenguaje en esas interacciones, tiene un papel preponderante en la formación académica y profesional para educación diferencial.

El tema abordado en el presente seminario, requiere un trabajo de toda la comunidad educativa, así, no quede relegado a algunos departamentos del establecimiento, como convivencia escolar u orientación, que si bien, son agentes especialistas en el ámbito socioemocional y convivencia, también es tarea de todas y todos conocer los temas anteriormente mencionados, con el objetivo de que la comunidad educativa se desarrolle en todos los aspectos necesarios, para potenciar seres humanos emocionalmente activos, afectivos y responsables.

Reflexionar que la importancia del área socioemocional es transversal a todas y todos los seres humanos, que determina el desarrollo en todos los ciclos de vida, por tanto, es también responsabilidad de la comunidad desde sus agentes primordiales, para realizar cambios en políticas públicas que incrementen el apoyo en el área desde los primeros ciclos de sala cuna hasta la etapa laboral, afianzando recursos socio afectivos, que permitan un mejor vínculo social y desarrollo personal.

Como profesionales y seres humanos, somos responsables de ser agentes contenedores en el área pedagógica, saber que niñas, niños y adolescentes son parte de una sociedad, de la cual somos parte, es preponderante para lograr comprender lo importante que es, que todo el actuar que se tiene en aula, recreos, clases, talleres, siempre podrá generar en ellos y en ellas un momento de aprendizaje para su propia vida. En concordancia con los derechos humanos, gestionar las emociones, permite potenciar seres humanos en libertad, equitativamente y con un trato justo, dando énfasis a la integralidad desde las distintas áreas de desarrollo, principalmente la emocional y social, adquiriendo habilidades socioemocionales que acompañen este proceso de vida.

9.- Referencias Bibliográficas

José Álvarez Rodríguez, (2002) Análisis descriptivo de los valores sentimiento y emoción en la formación de profesores de la Universidad de Granada. Profesorado, revista de currículum y formación del profesorado.

<https://revistaseug.ugr.es/index.php/profesorado/article/view/19201/18692>

Bicentenario College, (2018), Proyecto Educativo Institucional PEI, Bicentenario College. www.bicentenariocollege.cl

Bisquerra Rafael, (2016), 10 ideas clave Educación emocional 1º edición, Editorial Graó.

Cascante Díaz Alberto, (2000), Actividades para activar la inteligencia, Edelvives.

Casassus Juan, (2016), La Educación del Ser Emocional 1º edición, Cuarto Propio.

Erikson Erik.H, (1972), Sociedad y adolescencia 1º edición, SIGLO XXI.

Lopez Cassà Elia, (2005), La educación emocional en la educación infantil, *Revista Interuniversitaria de formación de profesorado*, vol. 19, núm. 3, pp. 153-167

<https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927009.pdf>

Perez-Escoda, N., Filella, G., Alegre, A., Bisquerra, R., (2012). *Desarrollo de la competencia emocional de maestros y alumnos en contexto escolares*, *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, vol. 10, num. 3, pp. 1183-1208

<https://www.redalyc.org/pdf/2931/293124654012.pdf>

Unidad de Currículum y evaluación UCE, (2021), Estrategias para el aprendizaje socioemocional desde el Currículum Nacional

https://drive.google.com/file/d/1xycArBkbw5BGcSPLxIPyQCOSYYhd_o7f/view?usp=drive_link

Vallés, A., Vallés, C., (2013), Inteligencia emocional (Aplicaciones Educativas), Eos

Izquierdo, S., Ugarte, G., (2023), Crisis educacional escolar pos pandemia, Centro de estudios públicos

https://drive.google.com/file/d/1wQyfGiLWTyOTnJwMrvMqYgp2LsNA-7ll/view?usp=drive_link

10.- Anexos

Anexo 1

Formulario recogida de información psicológica del establecimiento



Formulario Psicóloga del establecimiento

En el presente formulario encontrará diferentes preguntas, con el fin de conocer como se aborda la gestión de emociones dentro del establecimiento en el que usted desempeña su labor de psicóloga.

Toda las respuestas cuentan con total confidencialidad.

Muchas gracias

Correo electrónico *

Correo electrónico válido

Este formulario recopila correos electrónicos. [Cambiar la configuración](#)

¿Cuál es el año de ingreso al establecimiento? *

Texto de respuesta breve

¿Cuáles son sus funciones dentro del establecimiento? *

Texto de respuesta largo

Dentro de sus funciones ¿se encuentra la gestión de emociones de las y los estudiantes? *

- Sí
- No
- En algunas situaciones

En este periodo 2023 ¿Cuáles han sido los temas más comunes que se observan en el contexto de convivencia escolar? *

- Conductas disruptivas
- Relaciones interpersonales
- Gestión de emociones
- Sexualidad
- Convivencia
- Otros temas

¿Que herramientas utilizan para conocer factores socio emocionales de cada estudiante? *

Texto de respuesta largo

¿Cómo se aborda la gestión de emociones en el establecimiento? *

Texto de respuesta largo

¿Ha recibido capacitaciones desde el establecimiento, para el tema de gestión de emociones en contexto escolar? *

Texto de respuesta largo

¿Ha trabajado la gestión de emociones en la comunidad educativa, con apoyo de convivencia escolar? *

Texto de respuesta largo

¿Cree que la gestión de emociones, es un tema importante en el área socio emocional en contexto escolar? *

SI

NO

Si la respuesta anterior fue SI, ¿Por qué cree que es importante? *

Texto de respuesta largo

¿Cree que la gestión de emociones, es un tema importante en el área socio emocional en contexto escolar? *

SI

NO

Si la respuesta anterior fue SI, ¿Por qué cree que es importante? *

Texto de respuesta largo

¿Cree que las y los docentes están capacitados para realizar una gestión de emociones positivas dentro y fuera del aula? *

Texto de respuesta largo

¿Cómo cree que impacta en las y los estudiantes la gestión de emociones de parte de docentes? *

Texto de respuesta largo

Anexo 2

Formulario recogida de información estudiantes



Formulario estudiantes 7°básico del establecimiento

B *I* U  

Estimada y estimado estudiante, el presente formulario tiene como finalidad conocer tu opinión con respecto algunas situaciones tuyas y el establecimiento.

Por favor contestar con honestidad, ya que es un cuestionario confidencial y nadie conocerá tus respuestas.

Algunas preguntas podrás contestar directamente escribiendo. Otras deberás marcar la opción con la que más te identifiques, en la casilla correspondiente.

En el colegio... *

	De acuerdo	Medianamente de ...	Poco de acuerdo	En desacuerdo
Puedes darte cuen...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Es fácil para mi de...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me doy cuenta de l...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Puedo mantener la...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Puedo esperar con...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aunque esté muy ...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Puedo decir lo que...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pido consejos par...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pienso en distinta...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

En el colegio donde estudio... *

	De acuerdo	Medianamente de ...	Poco de acuerdo	En desacuerdo
Nos enseñan a cal...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nos enseñan a esc...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nos enseñan a ex...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nos enseñan a res...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nos enseñan a de...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nos enseñan a rec...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nos enseñan a rec...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nos hacen activid...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nos hacen activid...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nos enseñana a e...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

En mi colegio las y los profesores... *

	De acuerdo	Medianamente de ...	Poco de acuerdo	En desacuerdo
LAs y los profesor...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Los (as) profesore...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Los (as) profesore...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Los (as) profesore...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Me enseñan a que ...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Algún profesor (a) ...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Te gustaría que el colegio haga lo siguiente *

	No me gustaría	Me da lo mismo	Me gustaría
Que las y los profesores...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Talleres con mis compa...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Conversatorios de cosa...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Anexo 3

Formulario recogida de información docentes

Formulario para docentes del establecimiento

En el presente formulario encontrará diferentes preguntas, con el fin de conocer como se aborda la gestión de emociones de las y los estudiantes dentro del establecimiento en el que usted desempeña su labor como docente.

Toda las respuestas cuentan con total confidencialidad.
Muchas gracias

¿Cuánto tiempo lleva de contrato en el establecimiento? *

Texto de respuesta corta

¿Conoce a las personas que trabajan en el departamento de convivencia escolar? *

Texto de respuesta corta

¿Conoce el tema de "gestión de emociones"? *

SI

NO

¿A qué cree que hace referencia el tema de gestión de emociones? *

Texto de respuesta largo

¿En el establecimiento en donde trabaja, ha recibido capacitaciones interna o externas de este tema? *

Texto de respuesta largo

¿Cree usted contar con herramientas para la gestión de emociones en el aula? *

Texto de respuesta largo

Dante, es un estudiante que asiste regularmente al 7mo básico del establecimiento, en ocasiones se enoja y tira muebles e insulta a sus compañeras y compañeros, hasta salir corriendo y pegarle a las puertas. *

Todo esto se da en contexto de aula, cuando pierde en un juego o obtiene una mala calificación.

¿Qué haría usted en esta situación?

Texto de respuesta largo

¿Cree que la gestión de emociones es importante en la salud integral de las y los estudiantes? *
¿por qué?

Texto de respuesta largo

¿Cómo debería ser una capacitación respecto a la gestión de emociones, para un aprendizaje *
profundo de parte de las y los docentes

Texto de respuesta largo

Anexo 4

PLANIFICACIONES TALLERES

ACTIVIDAD	RECURSOS
<p>Taller docentes</p> <p>Nombre del taller: Telaraña de las emociones</p> <p>Objetivo: Elaborar infografía a partir de la información presentada, exponiendo en el plenario.</p> <p>INICIO</p> <p>Se realizará intervención dirigida hacia el cuerpo docente, en donde se les dará a conocer el objetivo del taller. Posteriormente se llevará a cabo una actividad llamada “rompamos el hielo”, la cual consta en lanzar de una persona a otra un ovillo de lana y se solicitará que mencionen una emoción. Una vez formada la tela de araña se pregunta ¿qué vínculo podría tener la tela de araña con las emociones?, para luego brindar un espacio a sus respuestas y reflexión.</p> <p>DESARROLLO</p> <p>Se presentará a los docentes un video YouTube: https://www.youtube.com/watch?v=r1MJhLtggk el cual trata sobre la importancia de las emociones para el aprendizaje. Posteriormente se dará inicio a una presentación a través de Canva, sobre los aspectos teóricos del tema a trabajar.</p> <p>En grupos, las y los docentes elaborarán una infografía con el tema ¿Cómo gestionar emociones en el aula? donde expondrán experiencias personales y aprendizajes, formando un trabajo en conjunto que deberán exponer en plenario.</p> <p>CIERRE</p> <p>Una vez finalizada la actividad anterior se entregará a cada participante un post it, en el cual deberán responder de manera individual a la pregunta: ¿cómo puedo ayudar a mis estudiantes con la gestión de sus emociones?</p>	<p>Ovillos de lana</p> <p>Vídeo youtube:</p> <p>Presentación</p> <p>Cartulina</p> <p>Plumones de colores.</p> <p>Post it</p> <p>Lápices</p>

<p>Taller n°1</p> <p>Nombre del taller: Aquí o acá, ¿la emoción en dónde va?</p> <p>Objetivo: Identificar en qué lugar del cuerpo sienten determinada emoción y compartir experiencias en grupo de manera respetuosa.</p> <p>INICIO Se realizará intervención dirigida hacia los estudiantes de 7° básico, en donde se les dará a conocer el objetivo del taller. Posteriormente se llevará a cabo la actividad llamada “como me siento”, la cual consta de decir “mi nombre es... y hoy me siento. (elegir en cuadro: En la escala de michi)”.</p> <p>DESARROLLO Finalizada la actividad anterior se presentará un video YouTube: https://www.youtube.com/watch?v=73igr2Xclkc&t=120s a los estudiantes, el cual trata sobre las distintas emociones que presentamos en distintas situaciones de nuestra vida cotidiana, Además de una pequeña introducción a las emociones y su importancia. Luego se realizan las siguientes preguntas: ¿Qué emociones se ven en el video? ¿Has sentido una de estas emociones? ¿Qué situaciones provocan estas emociones en ti?</p> <p>Luego se realizará una actividad donde las y los estudiantes deben realizar un círculo mirando hacia afuera (se entregará emojis que representan distintas emociones). La persona encargada de realizar el taller se ubicará dentro del círculo e irá indicando las instrucciones. Comenzará diciendo, por ejemplo: “¿En qué parte del cuerpo siento la emoción de la ira?, cada estudiante deberá pegar el emoji (que tiene cinta adhesiva) en alguna parte del cuerpo. Una vez pegados todos, se podrán girar y así visualizarán a todas y todos sus compañeros (as).</p> <p>En este momento se preguntará si ven alguna semejanza, ¿por qué creen que la emoción se siente en ese lugar del cuerpo? ¿Por qué creen que las emociones las podemos representar en el cuerpo?</p> <p>CIERRE Participante un post it, en el cual deberán responder de manera individual a la pregunta: ¿Qué aprendiste hoy de las emociones?</p>	<p>Presentación Vídeo YouTube: Emoji de colores Cinta adhesiva</p>

Taller n°2

Nombre del taller: El semáforo de mis emociones.

Objetivo: Adquirir una estrategia para regular las emociones.

INICIO

Para comenzar la actividad, se menciona el objetivo del taller y actividad, destinada a generar confianza en el grupo de estudiantes. Para esto, se indica que entre todas y todos se creará una historia (dando continuidad a lo que dice la o el compañero anterior), que irán contando con máximo 3 palabras, pero deben incluir dentro de la historia (algunos estudiantes) palabras como: alegría, angustia, ira, entre otras. Al finalizar la actividad, se preguntará ¿De qué tema creen que se tratará el taller?

DESARROLLO:

Se muestra al grupo un video YouTube:

https://www.youtube.com/watch?v=cB2CUdv_aHQ&t=10s sobre la gestión de las emociones en una niña. Para luego preguntar ¿Qué les parece cómo maneja las emociones la niña del video? ¿Qué harían ellas y ellos en esa situación? ¿Qué haces cuando sientes algunas de esas emociones en el colegio?

Se les muestra a los y las estudiantes un semáforo de cartón para que puedan colorear según las instrucciones que se entreguen:

- Este semáforo, estará ubicado siempre en la sala de clase. A partir de ahora cada vez que te enfrentes a una situación que te irrite y te haga enojar, mira el semáforo y transfórmate mentalmente en él. Para eso el color rojo representa para, amarillo cuidado, verde adelante.
- Entonces en primer lugar piensa en la luz roja y párate. No grites, ni insultes, ni pegues a nadie. Tomate unos momentos para reflexionar antes de actuar.
- En segundo lugar, piensa en la luz amarilla del semáforo, que a veces parpadea. En esta fase debes respirar hasta que puedas pensar con claridad.
- Cuando lo hayas logrado puedes pasar a la luz verde, en la que se puede pasar tranquilamente. Cuando este en este color puedes comentar a alguien cómo te sientes, qué problemas tienes y encontrar una solución.

Vídeo YouTube:
Cuadernillo
Corazones
Temperas de color negro, rojo, amarillo y verde
Pinceles.
Semáforo de cartón.

Al finalizar las instrucciones se reunirán en grupo para realizar una experiencia hipotética, con el fin de que conozcan el funcionamiento del semáforo. Posteriormente comentan en qué situaciones podrían utilizar esta herramienta.

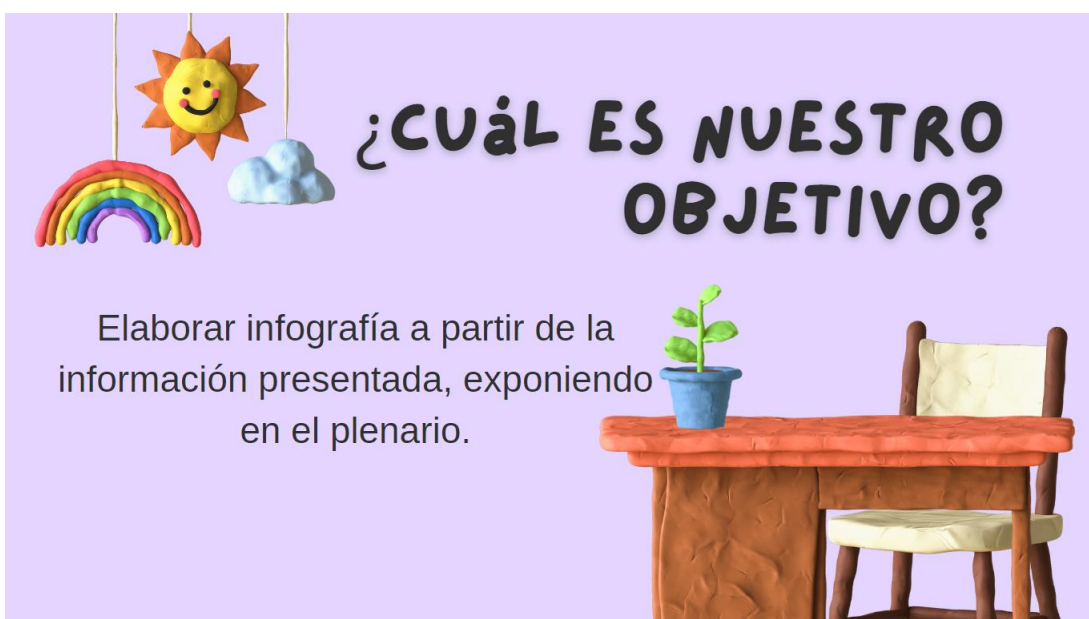
CIERRE

Se entrega a las y los participantes un cuadernillo “mis emociones”, en donde podrán escribir las veces que ellas y ellos lo requieran sus emociones y trabajarlo en orientación.

Se realizarán pequeños corazones en donde podrán responder de manera anónima ¿Cómo puedo demostrar mis emociones? los que serán colgados en la sala de clases.

Anexo 5

Taller N°1 Infografía de docentes





POR QUÉ SON IMPORTANTES LAS EMOCIONES EN EL AULA?



IMPORTANTE



EMOCIONES

La emoción es una energía que nos afecta y que nos impulsa a la acción.

¿QUÉ ES LA GESTIÓN DE EMOCIONES?



¿CÓMO GESTIONAR EMOCIONES EN EL AULA?

- Actividades que provoquen placer.
- Actividad física.
- Completar acciones.
- Ayudar a otras personas.
- Adquirir estrategias de gestión.
- Identificar emociones.



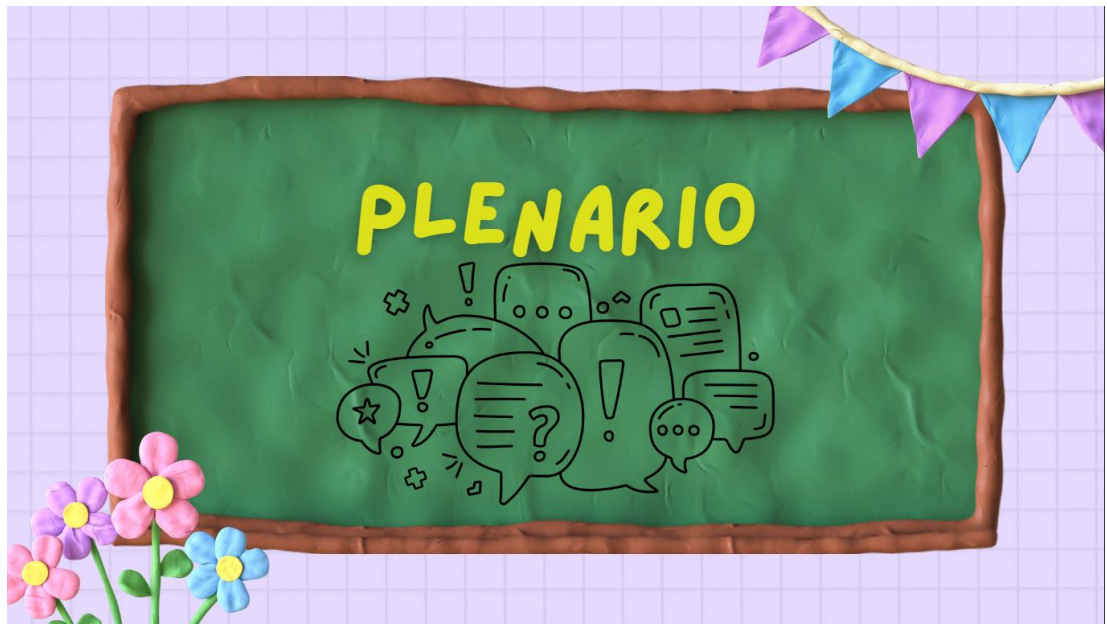
¿PARA QUÉ GESTIONAR EMOCIONES EN EL AULA?

- Potenciar el autoconocimiento.
- Disminuir dificultades de comportamiento.
- Disminuye la agresividad y violencia.
- Disminuye la ansiedad y estrés.

TRABAJEMOS: INFOGRAFÍA

ATENTAS Y ATENTOS A
LAS INSTRUCCIONES
PARA ELABORAR
INFOGRAFÍA
RESPONDIENDO A:
¿CÓMO GESTIONAR
EMOCIONES EN EL
AULA?





¿Cómo ayudar a mis estudiantes con la gestión de sus emociones?

Pega tu post it en la pizarra, para luego leer en conjunto.





Anexo 6

Taller N°2 Aquí o acá ¿la emoción dónde va?

Taller estudiantes 7° básico



Taller:

“AQUÍ O ACÁ, ¿LA EMOCIÓN DÓNDE VA?”



Pulsa para salir del modo de pantalla completa

Objetivo

Identificar en qué lugar del cuerpo sienten determinada emoción y compartir experiencias en grupo de manera respetuosa.

Three circular icons representing different emotions: a yellow neutral face, a green happy face, and a red sad face. A white hand cursor is pointing at the green happy face icon.



¿CÓMO TE SIENTES HOY?



Mi nombre es:

**y hoy me siento
como el michi
número -----**

Observemos

Pulsa Esc para salir del modo de pantalla completa

**CONOCE TUS
EMOCIONES.
HOSPITAL DE AREA DE
ANDACOLLO.
2017**

COMPARTAMOS NUESTRA EXPERIENCIA



¡respondemos!

¿Qué emociones se ven en el video?

¿Has sentido una de estas emociones?

¿Qué situaciones provocan estas emociones en ti?



INFORMACIÓN IMPORTANTE



¿Qué es una emoción?

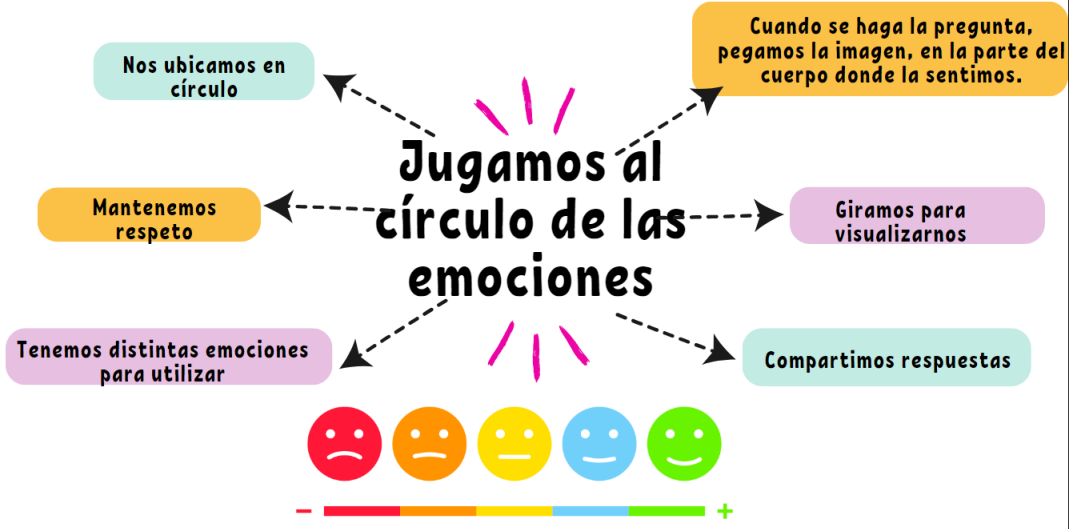
Las emociones, son la respuesta que tiene nuestro cuerpo ante cambios o estímulos que aparecen en el entorno o en nosotras y nosotros mismos.

¿Qué emociones conocemos?

ALEGRÍA. AMOR.
FELICIDAD. MIEDO. IRA.
TRISTEZA. ENTRE MUCHAS
OTRAS.

¿Qué beneficios tiene saber manejar mis emociones?

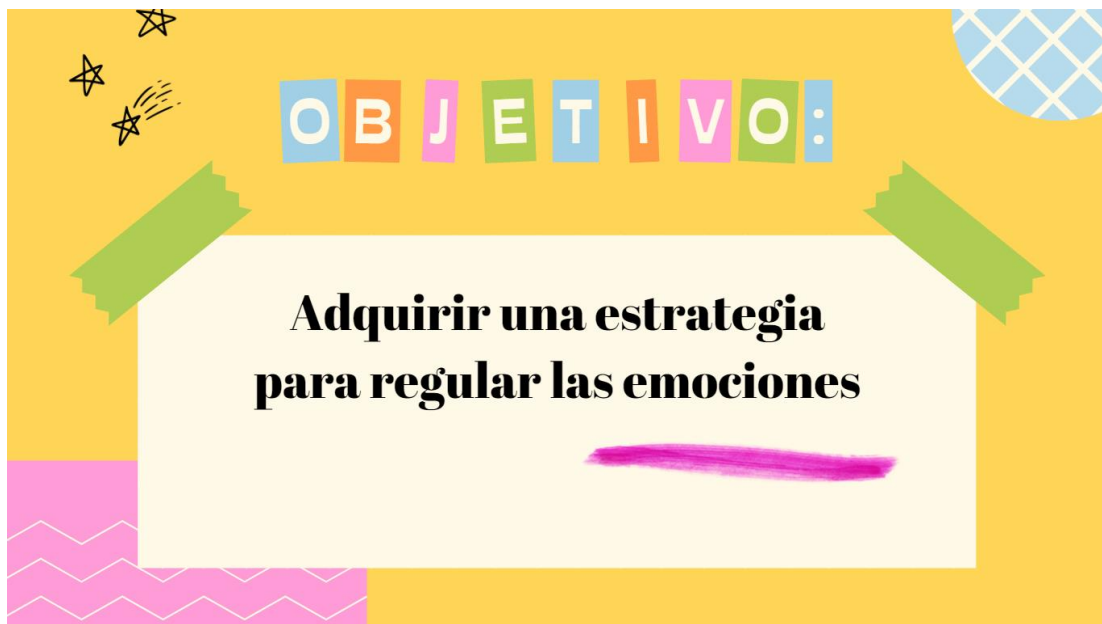
- Mejora tus actitudes hacia ti y las demás personas.
- Mantiene una actitud positiva en clases.
- Mejora el clima de aula.
- Potencia el rendimiento académico.
- Potencia las competencias sociales y emocionales.





Anexo 7

Taller N°3 Semáforo de mis emociones



A jugar



START



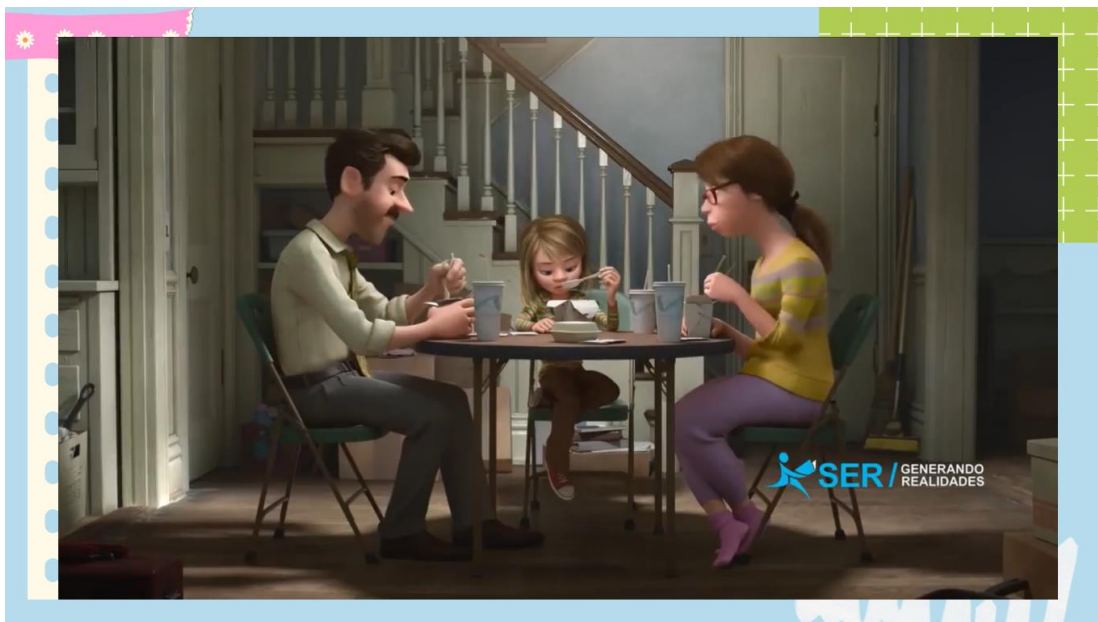
Creamos una historia que debe tener los siguientes conceptos:

- SORPRESA
- TRISTEZA
- ALEGRÍA
- IRA

¿DE QUÉ CREEN HABLAREMOS HOY?



11



✦ PREGUNTAS ✦

¿Qué les parece cómo maneja las emociones la niña del video?

¿Qué harían ustedes en esa situación?

¿Qué haces cuando sientes algunas de esas emociones en el colegio?.





Instrucciones

Este semáforo, estará ubicado siempre en la sala de clase. A partir de ahora cada vez que te enfrentes a una situación que te irrite y te haga enojar, mira el semáforo y transfórmate mentalmente en él.

Entonces en primer lugar piensa en la luz roja y párate. No grites, ni insultes, ni pegues a nadie. Tomate unos momentos para reflexionar antes de actuar. En segundo lugar, piensa en la luz amarilla del semáforo, que a veces parpadea. En esta fase debes respirar hasta que puedas pensar con claridad.

Cuando lo hayas logrado puedes pasar a la luz verde, en la que se puede pasar tranquilamente. Cuando este en este color puedes comentar a alguien cómo te sientes, qué problemas tienes y encontrar una solución.



GRUPOS

En grupos, pueden conversar en distintas experiencias en las que pueden sentir emociones como ira o tristeza, luego podrán trabajar en el semáforo y aprender cómo utilizarlo.

Comentan

Un regalo para ustedes



**Toma un corazón de
papel y responde de
manera anónima:
¿Cómo puedo
demostrar mis
emociones?**

FINALIZAMOS



Compartimos y colgamos





¡PARA TI!



En cada hoja de actividad encontrarás este dibujo:



Al finalizar podrás pintar la cara que represente como te sentiste haciendo la actividad, con el color que quieras.

¿QUIÉN SOY?



Mi nombre o apodo es:

Mis actividades favoritas son:

No me gusta:



Escribe con tus palabras ¿Qué crees que son las emociones?



Durante tu viaje por este cuadernillo y sus actividades, iremos entregando datos de las emociones y por qué son importante en tu vida y la de todas las personas e incluso animales.

¡Comenzamos nuestra aventura por las emociones!



Entonces.... ¿Qué son las emociones?

Las emociones, son la respuesta que tiene nuestro cuerpo ante cambios o estímulos que aparecen en el entorno o en nosotras y nosotros mismos.



Continúa para nuestra primera actividad 

Escribe las emociones en el emoji que corresponda:
IRA - ALEGRÍA - TERNURA - TRISTEZA - SORPRESA



Escribe las emociones que corresponden a cada imagen

compasión

satisfacción

rencor

cólera

pesadumbre

desánimo





Imagen extraída de "Inteligencia Emocional, Antonio Vallés 2000.



Observa la imagen y responde las preguntas.



a. ¿Qué ha podido ocurrir en esta situación?

b. ¿Por qué ahora la niña que anteriormente estaba asustada aparece más tranquila?

c. ¿Te ha ocurrido a ti alguna vez una situación así? ¿Por qué?

Imagen extraída de "Inteligencia Emocional, Antonio Vallés 2000.



Sabes que existen muchas emociones que podemos sentir, algunas de ellas son: enojo, ira, pena, temor, miedo, angustia, alegría, felicidad, placer, amor, amistad, adoración.



¿Has sentido alguna de estas emociones?

SI

NO



Juguemos a identificar nuestra emoción: Piensa en alguna situación en donde recuerdes una emoción y responde las siguientes 3 actividades (páginas con estrella en parte superior derecha)



Recuerdo una situación

Estoy sintiendo:

Siento en mi cuerpo, como si:



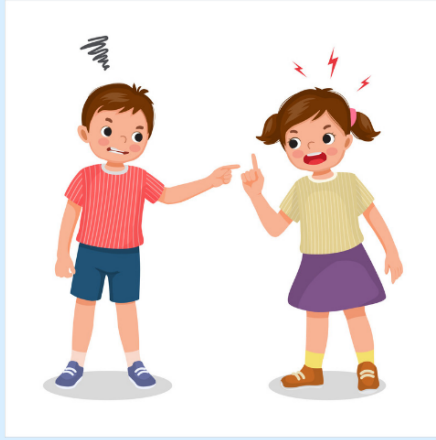
Recuerdo que (escuché,
pensé):

Estuve (lugar, persona):

Quando me siento así
suelo hacer:

Me hubiera gustado haber
hecho:

Observa la siguiente escena y responde como si fueras uno de los protagonistas.



Si fuera uno de ellos, tendría estos
pensamientos _____

Si fuera uno de ellos, tendría estas
emociones _____

Finalmente
haría _____



Relaciona y úne cada emoción con las tareas diarias

Emoción

- Satisfacción
- Ilusión
- Serenidad
- Entusiasmo
- Esperanza
- Paciencia
- Confianza

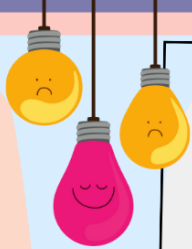
Tarea diaria

- Resolver un problema de matemática.
- Hacer un trabajo en equipo.
- Hacer actividades con amigos (as).
- Hacer letra clara y que se entienda bien.
- Cuando tengo muchas tareas.
- Hacer una tarea con muchos detalles.
- Cuando hago una tarea que me sale un poco mal.



¿Crees que eres una persona feliz? ¿Por qué?

Dibuja tu cara sonriendo



Marca con un las etiquetas emocionales que consideres habituales en ti.

- | | | | |
|---------------------|--------------------------|---------------------|--------------------------|
| Paciencia | <input type="checkbox"/> | Serenidad | <input type="checkbox"/> |
| Amistad | <input type="checkbox"/> | Interés | <input type="checkbox"/> |
| Gratitud | <input type="checkbox"/> | Satisfacción | <input type="checkbox"/> |
| Calma | <input type="checkbox"/> | Ilusión | <input type="checkbox"/> |
| Tranquilidad | <input type="checkbox"/> | Sociable | <input type="checkbox"/> |
| Agrado | <input type="checkbox"/> | Simpatía | <input type="checkbox"/> |
| Esperanza | <input type="checkbox"/> | Amor | <input type="checkbox"/> |



Observa las imágenes y explica por qué NO son adecuados los pensamientos de los y las protagonistas:



Situación 1

Situación 2

Imagen extraída de "Inteligencia Emocional, Antonio Vallés 2000.

Describe tus diferentes estados de ánimo, según el momento o la situación en la jornada escolar.



Por la mañana, mi estado de ánimo

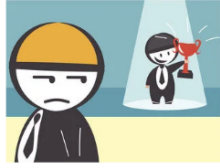
es _____



Por la tarde, mi estado de ánimo

es _____

OBSERVA LAS ILUSTRACIONES Y RESPONDE LAS ACTIVIDADES



¿Qué pasa en esta situación?

¿Qué es la envidia y el odio? ¿sirven para algo?

Si sintieras envidia u odio, ¿Cómo intentarías resolverlo?



CLASIFICA ESTAS EMOCIONES SEGÚN SU INTENSIDAD

poco

bastante

mucho

muchísimo



Imagen extraída de "Inteligencia Emocional, Antonio Vallés 2000.

Describe las situaciones que te producen:



• ...mucho miedo. _____

• ¿Cuánto tiempo te dura? _____

• ¿Qué haces para reducir su intensidad y duración? _____



• ...mucho enfado. _____

• ¿Cuánto tiempo te dura? _____

• ¿Qué haces para reducir su intensidad y duración? _____

Describe una situación en o un recuerdo en que tengas estos sentimientos.



Tranquilidad:



Ilusión:



Buen humor:



Escribe las situaciones o las vivencias que has tenido hoy en el colegio, en el aula, con los compañeros o con la familia y en las que te hayas sentido muy a gusto. Explica los motivos.



A large rectangular area with horizontal lines for writing, intended for the student to describe positive school experiences.



Describe una situación difícil que sea habitual en tu centro escolar.

a. Lo que ocurre: _____

b. Las emociones que provoca son:

• En mí mismo: _____

• En la otra persona: _____

c. Lo que cada uno hace para solucionarlo es: _____



¡IMPORTANTE!



RECUERDA: Si conoces bien tus emociones, puedes diferenciar entre qué emociones son las que te permiten pensar adecuadamente y cuáles son las que te lo impiden. Además, conocerte te permitirá saber qué estado emocional esperar en cada situación o circunstancia.

Luego de realizar este cuadernillo ¿Qué crees que aprendiste sobre tus emociones?





Anexo 9

Evaluación de impacto docentes



Evaluación impacto docentes

Estimadas y estimados docentes. El presente cuestionario tiene como objetivo evaluar el impacto del taller implementado sobre el tema gestión de emociones en el aula, al que ustedes asistieron. Esto para la toma de decisiones en los próximos talleres que se implementarán.


Agradecemos contestar todas las preguntas.

Recordar que la información que se recaba es completamente confidencial.

¡Muchas gracias por su participación!

vale.yp22@gmail.com [Cambiar cuenta](#)



 No compartido

* Indica que la pregunta es obligatoria

1.- El taller implementado cumple el objetivo de conocimiento: gestión de emociones *

Si

No

2.- ¿Cree que las actividades realizadas fueron útiles para el objetivo del taller? *
¿Por qué?

Tu respuesta _____

3.- ¿Cree que la información entregada en el taller con respecto a estrategias y conceptos fue clara y pertinente? *

Tu respuesta _____

4.- ¿La infografía elaborada en equipos fue una instancia de conversación y reflexión con su grupo? ¿Por qué? *

Tu respuesta _____

5.- Si pudiera enriquecer el taller, ¿Qué aporte podría mencionar? *

Tu respuesta _____

6.- En su opinión ¿Es importante que estos talleres se realicen con toda la comunidad docente? *

Si

No

No sé

7.- ¿Cree que estas instancias son necesarias para el desarrollo de habilidades socioafectivas en el aula?¿por qué? *

Tu respuesta

8.- Por favor, resumir su experiencia en este taller, considerando su aprendizaje en él. *

Tu respuesta

9.- ¿Asistiría a otras instancias como estas? *

- Si
- No
- Quizás

Enviar

Borrar formulario

Anexo 10

Evaluación de impacto estudiantes de 7° básico



Evaluación impacto estudiantes 7°

Estimadas y estimados estudiantes de 7° básico. Agradecemos puedas contestas esta encuesta según la experiencia de talleres 1 y 2 de gestión de las emociones en aula al que asistieron.

Por favor, contestar todas las preguntas.
Recordar que es un cuestionario anónimo.

¡Muchas gracias!

vale.yp22@gmail.com [Cambiar cuenta](#)



 No compartido

* Indica que la pregunta es obligatoria

1.- ¿Usted asistió a los 2 talleres implementados? *

- Si, a los dos talleres
- No, solamente asistí a un taller
- No asistí a ningún taller

2.- ¿Cómo podría describir su experiencia en los talleres? *

- Me gustaron mucho los talleres
- Me gusto participar
- Me es indiferente
- No me gustó participar

3.- Luego del taller, ¿Crees que saber manejar tus emociones sirve para la vida diaria? ¿Por qué? *

Tu respuesta

4.- ¿Las actividades realizadas en los talleres te sirvieron para comprender el manejo de tus emociones? *

Tu respuesta

5.- Si pudieras agregar o eliminar algo de cualquiera de los dos talleres ¿Qué sería? *

Tu respuesta

6.- Si pudieras escribir de manera breve ¿Qué aprendiste en los talleres? *

Tu respuesta

7.- ¿Crees que las emociones son importantes para relacionarnos con otras personas? *

Tu respuesta

8.- En cuanto al cuadernillo entregado ¿Crees que es importante trabajar en él? *
¿Por qué?

9.- Si pudieras ponerle un nombre al cuadernillo, considerando tu experiencia en el tiempo que has trabajado en el ¿Cuál sería? *

Tu respuesta

10.- ¿Volverías a participar en una experiencia similar a los talleres? *

- Sí
- No
- Quizás

Enviar

Borrar formulario