



PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

Facultad de Aprendizaje, Lenguas y Comunicación

Trabajo de Titulación como requisito previo para la obtención del título de
Licenciada en Ciencias de la Educación Básica

**Fortalecimiento de la salud emocional para promover la convivencia pacífica en
estudiantes de décimo año de la Unidad Educativa JM Jijón Caamaño y Flores**

Autora : Lina Flor Valdivieso Cuichán

Directora -Tutora: MSc. Carmen Cañas M.

Quito, abril 2025

ÍNDICE DE CONTENIDOS

INTRODUCCIÓN.....	10
CAPITULO I.....	12
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	12
1.1 Formulación del Problema.....	12
1.2 Objetivos.....	15
1.2.1 Objetivo General	15
1.2.2 Objetivos Específicos	16
1.3 Justificación de la Investigación	16
CAPÍTULO II.....	19
MARCO TEÓRICO	19
2.1 Antecedentes de la Investigación	19
2.2 Marco teórico	25
2.2.1 El Proyecto Vital: La Formación de la Persona. Las Cuatro Éticas para aprender a vivir	25
2.2.2 Educación Emocional y Desarrollo de Competencias Emocionales:	32
2.2.3 La Convivencia Escolar y la Cultura de Paz	39
CAPÍTULO III	43
PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA.....	43
3.1. Descripción de la Propuesta:	43
3.2. Justificación de la Propuesta:	43
3.3. Objetivos de la propuesta.....	44
3.3.1 Objetivo General	44
3.3.2 Objetivos Específicos	44
3.4. Temporización de la Propuesta.....	44
3.5. Beneficiarios de la Propuesta	45
3.6. Responsables con el adecuado desarrollo de la propuesta	46
3.7. Metodología de la Propuesta.....	46
3.8. Período de Ejecución de la Propuesta.....	47
3.9. Planificación de la Propuesta.....	47
3.10 Evaluación de la Propuesta	54
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	56
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	60
ANEXO 1: Actividades para el Taller 1	68

ANEXO 2: Actividades para el Taller 2.....	13
ANEXO 3: Actividades para el Taller 3.....	22

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR
FACULTAD DE APRENDIZAJE, LENGUAS Y COMUNICACIÓN
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA

**Fortalecimiento de la salud emocional para promover la convivencia pacífica en
estudiantes de décimo año de la Unidad Educativa JM Jijón Caamaño y Flores**

Autora:

Lina Flor Valdivieso Cuichán

Directora -Tutora:

MSc. Carmen Cañas

Fecha:

Mayo, 2025

RESUMEN

El presente estudio aborda la problemática relacionada con la falta de habilidades socioemocionales en estudiantes de décimo año de Educación General Básica de la Unidad Educativa JM Jijón Caamaño y Flores, lo que ha influido en la manifestación de conflictos escolares y un ambiente poco favorable para la convivencia. El objetivo principal fue diseñar una propuesta didáctica basada en talleres de intervención para fortalecer la salud emocional y promover relaciones respetuosas y armónicas entre los estudiantes; la propuesta consta de tres talleres enfocados en el reconocimiento y manejo de emociones, la resolución pacífica de conflictos y la construcción de una cultura de paz, los cuales fueron planificados para ejecutarse en horas de tutoría; como aporte significativo, se generaron herramientas metodológicas como: el primer taller se centra en el reconocimiento y gestión de emociones mediante dinámicas introspectivas, expresión artística y círculos de diálogo; el segundo aborda la resolución pacífica de conflictos a través de juegos cooperativos, simulaciones y análisis de casos; y el tercero promueve la cultura de paz mediante la lectura reflexiva, creación de murales colaborativos y la formulación de compromisos grupales. Se emplearon técnicas como la observación directa, entrevistas a docentes y estudiantes, y el análisis de contenido. Aunque la propuesta aún no ha sido implementada, se proyecta como una herramienta valiosa para mejorar la convivencia escolar, disminuir situaciones conflictivas y contribuir al desarrollo integral de los estudiantes. Se concluye que una intervención sistemática centrada en el ámbito emocional puede transformar el clima escolar y fortalecer los vínculos sociales en el entorno educativo.

Palabras clave: Convivencia, Cultura de paz, Educación emocional, Resolución de conflictos, Salud emocional

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR
FACULTAD DE APRENDIZAJE, LENGUAS Y COMUNICACIÓN
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA

Strengthening emotional health to promote peaceful coexistence among tenth-grade students at JM Jijón Caamaño y Flores Educational Unit

Author:

Lina Flor Valdivieso Cuichán

Director-Counselor:

MSc. Carmen Cañas

Date:

May, 2025

ABSTRACT

This study addresses the issue related to the lack of socio-emotional skills among tenth-grade students at JM Jijón Caamaño y Flores Educational Unit, which has contributed to the emergence of school conflicts and an unfavorable environment for peaceful coexistence. The main objective was to design a didactic proposal based on intervention workshops aimed at strengthening emotional health and promoting respectful and harmonious relationships among students. The proposal consists of three workshops focused on emotional awareness and management, peaceful conflict resolution, and the promotion of a culture of peace, planned to be carried out during tutoring hours. As a significant contribution, methodological tools were developed: the first workshop centers on emotional recognition and regulation through introspective activities, artistic expression, and dialogue circles; the second addresses peaceful conflict resolution through cooperative games, simulations, and case analysis; and the third promotes a culture of peace through reflective reading, collaborative mural creation, and the formulation of group commitments. Techniques such as direct observation, interviews with teachers and students, and content analysis were used. Although the proposal has not yet been implemented, it is projected as a valuable pedagogical tool to improve school coexistence, reduce conflict situations, and contribute to students' holistic development. It is concluded that a systematic intervention focused on the emotional domain can transform the school climate and strengthen social bonds within the educational environment.

Keywords: Coexistence, Culture of Peace, Emotional Education, Conflict Resolution, Emotional Health

INTRODUCCIÓN

En el contexto educativo actual, el bienestar emocional de los estudiantes ha cobrado una notabilidad cada vez mayor, especialmente ante los diversos desafíos que enfrentan dentro y fuera del entorno escolar; por lo que, la unidad educativa como espacio formativo, no solo debe centrarse en el desarrollo académico, sino también en la formación integral de los estudiantes, considerando sus emociones, relaciones y habilidades sociales, en este marco, surge la necesidad de implementar propuestas didácticas que promuevan la salud emocional y fomenten una convivencia escolar basada en el respeto, la empatía y la paz; este trabajo parte de la premisa de que una educación emocional bien estructurada puede tener un impacto positivo en la convivencia escolar y en el desarrollo integral del estudiante.

La propuesta investigativa se ha desarrollado en el contexto de la Unidad Educativa JM Jijón Caamaño y Flores, ubicada en el sector rural de la parroquia de Amaguaña, perteneciente al Distrito Metropolitano de Quito. Está destinada a los estudiantes de Décimo Año de Educación General Básica, quienes se encuentran en una etapa crítica de su desarrollo emocional y social, a través de una planificación estructurada en tres talleres: educación emocional, resolución de conflictos y cultura de paz, con lo cual, se busca establecer las bases para el fortalecimiento de habilidades socioemocionales, contribuyendo al mejoramiento del ambiente escolar. Aunque, la propuesta todavía no ha sido ejecutada, se considera un insumo valioso para futuras intervenciones en la institución.

Este trabajo se estructura en varias secciones que abordan tanto el marco teórico como el diseño de la propuesta, en primer lugar, se expone la necesidad de fortalecer la salud emocional de los estudiantes como un componente esencial para mejorar la convivencia escolar; a partir de la observación en el aula y del análisis del contexto institucional, se identifican situaciones recurrentes de conflictos, falta de autorregulación emocional y dificultades en la interacción entre pares. El problema se formula de manera clara, delimitando el grupo objetivo y el entorno en el que se desarrollará la propuesta, asimismo, se justifican las razones que motivan esta investigación, subrayando la importancia de trabajar las emociones desde una perspectiva educativa.

En el segundo apartado, se desarrolla el sustento conceptual que da respaldo a la propuesta, abordando temas como la inteligencia emocional, el aprendizaje socioemocional (SEL), el rol del docente y el aporte de la neurociencia a la educación emocional, además se incluyen diversas teorías y autores relevantes como Goleman, Durlak, LeDoux, entre otros, los cuales permiten comprender cómo el desarrollo emocional impacta en el aprendizaje y en la calidad de las relaciones interpersonales; también se analiza la importancia de una comunidad educativa comprometida con el bienestar emocional de los estudiantes como aspecto esencial para lograr una cultura de paz.

En cuanto al capítulo tres, describe de forma detallada la propuesta diseñada para fortalecer la salud emocional de los estudiantes de Décimo Año, para lo cual se plantean tres talleres estructurados y actividades complementarias para la educación emocional, resolución de conflictos y cultura de paz; cada uno de ellos contiene objetivos específicos, estrategias metodológicas, recursos didácticos, técnicas de evaluación e instrumentos adaptados al contexto escolar, además, se establecen los beneficiarios, responsables y metodología a emplearse para garantizar una implementación pertinente y coherente con las necesidades detectadas.

En la última sección se exponen las conclusiones del trabajo, las cuales se encuentran alineadas con los objetivos de la investigación, se reflexiona sobre la importancia de integrar la educación emocional en la vida estudiantil, como una estrategia preventiva ante los conflictos y como medio para el fortalecimiento de vínculos positivos entre los estudiantes; a su vez, se presentan recomendaciones dirigidas a los distintos actores de la institución educativa, con el fin de garantizar una implementación efectiva de la propuesta y fomentar una cultura escolar basada en el respeto, la empatía y la sana convivencia.

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Formulación del Problema

En el contexto educativo, la salud emocional es fundamental, ya que es la capacidad de las personas para gestionar sus emociones de manera positiva, afrontar el estrés y las dificultades de la vida cotidiana; manteniendo relaciones interpersonales saludables; aspecto que influye directamente en el rendimiento académico, la motivación y la convivencia dentro del aula, es decir, un adecuado desarrollo emocional permite a los estudiantes enfrentar los desafíos escolares con mayor resiliencia, fomentar la empatía y contribuir a un ambiente de respeto y colaboración.

En los últimos años, diversos factores han afectado la estabilidad emocional de los estudiantes, entre ellos la pandemia del COVID-19 que generó aislamiento social, ansiedad y estrés debido a la incertidumbre y las dificultades de aprendizaje en entornos virtuales; además, el ritmo acelerado de vida, la presión académica, los problemas familiares y la crisis económica, ha incrementado los niveles de estrés en los adolescentes. Estas condiciones han influido negativamente en la socialización, el bienestar emocional y el comportamiento dentro del aula, lo que resalta la necesidad de implementar estrategias de apoyo emocional en las instituciones educativas.

El Ministerio de Educación del Ecuador en el año 2022, reportó un aumento en casos de ansiedad, depresión y estrés en estudiantes de educación básica y bachillerato, evidenciando la necesidad de fortalecer programas de bienestar emocional dentro del sistema educativo, además, el acceso desigual a recursos tecnológicos y educativos durante la pandemia amplió las brechas en el aprendizaje y la socialización, afectando de manera diferenciada a estudiantes de sectores urbanos y rurales (MINEDUC; 2022).

Según datos del Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC), en el periodo post-pandemia se ha observado un incremento en los problemas de salud mental en jóvenes; según datos del Ministerio de Salud Pública (MSP), entre enero y julio de 2020 se registraron 392.232 consultas relacionadas con salud mental; este número aumentó a 451.957 en el mismo período del 2021 y alcanzó 538.666 en los primeros siete meses de 2022, lo que indica un incremento constante en la demanda de atención en salud mental.

Ante esta situación, es primordial que los centros educativos implementen estrategias de apoyo emocional que permitan a los estudiantes desarrollar habilidades para enfrentar el estrés, mejorar su autoestima y fortalecer la convivencia escolar. Un adecuado acompañamiento en el manejo de emociones favorece la concentración, el aprendizaje y la resolución pacífica de conflictos, creando un ambiente armonioso y benéfico para el desarrollo integral de los estudiantes.

En lo concerniente a la provincia de Pichincha, una de las más densamente pobladas de Ecuador, se ha observado un incremento en problemáticas asociadas a la salud emocional de los estudiantes. Según un estudio del Ministerio de Educación con el apoyo de Visión Mundial y UNICEF (2023), el 23% de los estudiantes entre 11 y 18 años han sido víctimas de acoso escolar, manifestado principalmente en insultos, rumores, sustracción de pertenencias, ciberacoso y agresiones físicas (UNICEF, 2023). Estas situaciones afectan negativamente el bienestar emocional y el rendimiento académico de los estudiantes.

Además, entre 2014 y mayo de 2020, se registraron más de 3.607 denuncias de violencia sexual en instituciones educativas de Ecuador, afectando a 4.221 niños, niñas y adolescentes. Los agresores incluyen docentes, personal administrativo, conserjes, conductores de transporte escolar y compañeros de estudios, según Human Rights Watch (2020) (HRW, 2020). Estos datos reflejan una preocupante realidad que requiere atención urgente para garantizar entornos educativos seguros y propicios para el desarrollo integral de los estudiantes.

La Secretaría de Educación del Distrito Metropolitano de Quito ha identificado que, en los últimos tres años, se ha registrado un crecimiento en los reportes de ansiedad y depresión en adolescentes de educación básica y bachillerato; además, se ha evidenciado un deterioro en las relaciones interpersonales dentro de las aulas, lo que pone en riesgo la convivencia armónica y el desarrollo integral de los estudiantes. En este contexto, la implementación de programas de salud emocional en las instituciones educativas se torna fundamental para mitigar el impacto de estos factores negativos.

Amaguaña, una parroquia ubicada en el cantón Quito, presenta desafíos específicos en cuanto a la salud emocional de su población estudiantil. La zona se caracteriza por mantener una economía mixta que combina actividades agrícolas, industriales y comerciales; sin embargo, ha sido afectada por la crisis económica post-pandemia, lo que ha generado inestabilidad laboral en muchos hogares. Este escenario ha influido

negativamente en la estabilidad emocional de los estudiantes, quienes enfrentan problemas como la falta de apoyo familiar, el estrés económico y la incertidumbre sobre su futuro educativo. se ha identificado la necesidad de implementar estrategias integrales de prevención y promoción del bienestar emocional y comunitario.

Amaguaña, una parroquia ubicada en el cantón Quito, presenta desafíos específicos en cuanto a la salud emocional de su población estudiantil; según información del Proyecto de Salud Integral Amaguaña (Universidad San Francisco de Quito, 2023), la zona se caracteriza por mantener una economía mixta que combina: actividades agrícolas, industriales y comerciales; ha sido afectada por la crisis económica post-pandemia, lo que ha generado inestabilidad laboral en muchos hogares. Este escenario ha influido en la estabilidad emocional de los estudiantes, quienes han enfrentado problemas como la falta de apoyo familiar, el estrés económico y la incertidumbre sobre su futuro educativo.

La Unidad Educativa JM Jijón Caamaño y Flores, situada en esta parroquia, ha registrado dificultades en la salud emocional de sus estudiantes de Décimo Año de Educación General Básica; entre los principales problemas identificados se encuentran la ansiedad, la baja autoestima, la dificultad para gestionar emociones y la presencia de conflictos interpersonales dentro del aula. Estas situaciones afectan el clima escolar y dificultan la promoción de una cultura de paz, elemento esencial para el desarrollo integral de los estudiantes.

Ante esta realidad, resulta oportuno diseñar e implementar una propuesta de salud emocional que permita a los estudiantes de Décimo Año fortalecer sus habilidades socioemocionales, mejorar la convivencia escolar y prevenir problemáticas como; el acoso y la violencia escolar; por lo que, es pertinente generar espacios de acompañamiento emocional, talleres de gestión de emociones y estrategias para fomentar la empatía y respeto dentro del aula.

El desarrollo de una cultura de paz dentro de la Unidad Educativa JM Jijón Caamaño y Flores contribuirá a mejorar el bienestar de los estudiantes, impactando positivamente en su desempeño académico y en su desarrollo personal; además, se espera que la implementación de este proyecto sirva como modelo para otras instituciones educativas de la parroquia y la provincia, promoviendo una educación más inclusiva y centrada en el bienestar integral de los estudiantes.

Por todo lo expuesto, la salud emocional de los estudiantes es un aspecto fundamental que no puede ser ignorado; la combinación de factores nacionales, provinciales y locales evidencia la necesidad urgente de una intervención estructurada que permita a los adolescentes enfrentar de manera efectiva los constantes desafíos emocionales y sociales que afectan su proceso educativo. Por ello, esta propuesta se presenta como una respuesta integral para promover una cultura de paz en la comunidad educativa, atendiendo a las siguientes interrogantes:

Pregunta General:

¿Cómo estaría diseñada una propuesta para la atención de la salud emocional de los estudiantes de Décimo Año, que ayude a mitigar los problemas de convivencia al interior de las aulas?

Preguntas Específicas:

- ¿Cuáles son los hábitos de vida de los estudiantes de Décimo Año de la Unidad Educativa JM Jijón Caamaño y Flores?
- ¿Cuáles son los principales problemas de salud emocional que afectan a los estudiantes de Décimo Año de la Unidad Educativa JM Jijón Caamaño y Flores institución?
- ¿Cuál es el estado de situación de la investigación educativa referida a la salud emocional de los adolescentes y su impacto en el aprendizaje y la convivencia escolar?
- ¿Qué estrategias pueden implementarse para fortalecer la salud emocional de los estudiantes y la creación de una cultura de paz en la institución?

1.2 Objetivos

1.2.1 Objetivo General

Diseñar una propuesta para el fortalecimiento de la salud emocional de los estudiantes de Décimo Año, de la Unidad Educativa JM Jijón Caamaño y Flores, que ayude a mitigar los problemas de convivencia al interior de las aulas y fomente la creación de una cultura de paz en el entorno escolar.

1.2.2 Objetivos Específicos

- Identificar los hábitos de vida que tienen los estudiantes de Décimo Año de la U.E. Unidad Educativa JM Jijón Caamaño y Flores, que afectan su convivencia en el entorno escolar.
- Identificar los principales problemas de salud emocional que afectan a los estudiantes de Décimo Año de la Unidad Educativa JM Jijón Caamaño y Flores institución.
- Conocer el estado de situación de la investigación educativa respecto a la salud emocional de los adolescentes y su impacto en el aprendizaje y la convivencia escolar.
- Proponer estrategias pedagógicas basadas en talleres participativos, que favorezcan el fortalecimiento de la salud emocional y la construcción de una cultura de paz en la institución.

1.3 Justificación de la Investigación

La preocupación por la salud emocional de los estudiantes es respaldada por datos nacionales e internacionales, según el Ministerio de Salud Pública (MSP), entre 2020 y 2022, las consultas relacionadas con salud mental en adolescentes aumentaron en un 37%, lo que refleja una problemática creciente en la población estudiantil; además, la Secretaría de Educación del Distrito Metropolitano de Quito, ha evidenciado un deterioro en las relaciones interpersonales dentro de las aulas, aumentando los reportes de ansiedad, depresión y conflictos entre los estudiantes. Estos datos revelan una crisis evidente que afecta el bienestar emocional de la comunidad educativa, por tanto, es indispensable la implementación de estrategias efectivas para mejorar la convivencia escolar.

Se hace evidente la necesidad de desarrollar estrategias de intervención que permitan mitigar los efectos negativos de la problemática; en este sentido, la investigación busca la creación de una propuesta de salud emocional que aborde de manera integral las dificultades detectadas en los estudiantes de Décimo Año de Educación General Básica. Dicha propuesta incluirá talleres de gestión emocional y espacios de diálogo entre estudiantes, con el fin de fortalecer sus habilidades socioemocionales y promover una convivencia pacífica dentro del aula.

La implementación de programas de bienestar emocional en las instituciones educativas ha demostrado ser una estrategia efectiva en la prevención de conflictos; estudios internacionales, como los realizados por la UNESCO y la OMS, destacan que las instituciones educativas que incorporan estrategias de apoyo emocional en sus planes de estudio experimentan una reducción significativa en episodios de violencia escolar y una mejora en la participación activa de los estudiantes. Este hallazgo refuerza la necesidad de diseñar una propuesta que contemple la formación en inteligencia emocional y el fortalecimiento de la autoestima en los estudiantes.

En este contexto, el presente estudio responde a la necesidad de desarrollar una propuesta de salud emocional que favorezca el bienestar de los estudiantes, promoviendo la convivencia armónica y la prevención de conflictos como el acoso y la violencia escolar; la implementación de estrategias de acompañamiento emocional, talleres sobre gestión de emociones y actividades orientadas a fortalecer la empatía y el respeto son esenciales para consolidar un entorno educativo positivo y enriquecedor.

Las soluciones propuestas en este estudio permitirán transformar el ambiente escolar en un espacio seguro y de apoyo para los estudiantes; así también convendría la implementación de estrategias pedagógicas innovadoras, como el aprendizaje basado en la empatía y la resolución pacífica de conflictos, para contribuir a la consolidación de una cultura de paz en la institución.

El impacto de esta investigación no solo beneficiará a los estudiantes de Décimo Año de la Unidad Educativa JM Jijón Caamaño y Flores, sino que también podrá servir como modelo para otras instituciones educativas de la parroquia y la provincia; el promover una cultura de paz basada en el bienestar emocional de los estudiantes contribuirá a mejorar su rendimiento académico y su desarrollo personal, así como a fortalecer la cohesión social en el entorno estudiantil.

En suma, la salud emocional de los estudiantes es un aspecto fundamental que no puede ser ignorado, la combinación de factores nacionales, provinciales y locales expone la necesidad urgente de una intervención estructurada que permita a los adolescentes enfrentar de manera efectiva los desafíos emocionales y sociales que afectan su proceso educativo; por ello, este proyecto se presenta como una respuesta integral para promover

una cultura de paz en la comunidad educativa, asegurando el desarrollo de una generación de estudiantes más resilientes, empáticos y comprometidos con su bienestar emocional y el de sus compañeros.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la Investigación

La investigación sobre salud emocional y cultura de paz en estudiantes ha cobrado relevancia en los últimos años, debido al aumento de problemas de salud mental y violencia en las instituciones educativas; diversos estudios han indagado la relación entre bienestar emocional, conductas prosociales y la influencia de programas de intervención en habilidades socioemocionales en la mejora de la convivencia escolar.

A continuación, se presentan seis investigaciones que abordan la relación entre la salud emocional y la promoción de una cultura de paz en entornos educativos; cada párrafo incluye información sobre el autor, año, título, objetivos, metodología, principales conclusiones y aportes relevantes para el presente estudio.

En primer lugar, se presenta el trabajo de Carmen Liliana Miranda Rosas (2022), (titulado Aproximación teórica desde la pedagogía para una cultura de paz en la educación secundaria enfocada en la formación de líderes educativos), quien llevó a cabo su investigación en el Colegio Cardenal Sancha, ubicado en Barrio Blanco de la ciudad de Cúcuta, Colombia; esta investigación surgió a partir de la necesidad de fortalecer los procesos de convivencia y la construcción de una cultura de paz en las instituciones educativas, se enfoca en analizar el papel de los docentes en la promoción de la paz y cómo pueden formar líderes estudiantiles que fomenten relaciones armónicas en el entorno escolar.

El principal objetivo de este estudio es generar una aproximación teórica desde la pedagogía para una cultura de paz, con especial énfasis en la formación de líderes educativos; se propone identificar y analizar las posturas y paradigmas asumidos por los docentes frente a la cultura de paz, con el fin de describir cómo estas prácticas pueden ser transmitidas a los estudiantes. Además, el estudio pretende determinar estrategias pedagógicas que permitan a los estudiantes desarrollar habilidades de liderazgo orientadas a la resolución de conflictos y a la promoción de un ambiente escolar pacífico.

En cuanto a la metodología, la investigación tiene un enfoque cualitativo basado en el estudio de caso, se emplea técnicas como la observación directa, entrevistas semiestructuradas y análisis documental para recopilar información relevante sobre la implementación de la cultura de paz en la institución; a los participantes se incluye: un directivo, dos docentes y tres estudiantes de educación secundaria, quienes brindaron información clave sobre sus experiencias y perspectivas respecto a la convivencia escolar y la formación de líderes educativos.

Los resultados de la investigación demostraron que la integración de contenidos y prácticas pedagógicas centradas en la cultura de paz contribuye significativamente a la formación de líderes estudiantiles, evidenciando que los estudiantes que desarrollan habilidades de liderazgo en un contexto de valores y resolución pacífica de conflictos son capaces de generar ambientes escolares armónicos; asimismo, el estudio resaltó la importancia de que los docentes reciban formación específica en pedagogía para la paz, a fin de que puedan transmitir estos conocimientos de manera efectiva a los estudiantes.

La siguiente investigación (se titula Conflicto escolar, abordaje en la convivencia escolar en estudiantes de básica secundaria en Colombia), de Gloria Patricia Niño Gallo (2022). En su planteamiento investigativo la autora realiza un análisis sobre las causas del conflicto en los entornos escolares y las estrategias que pueden implementarse para mejorar la convivencia entre los estudiantes; si bien el documento no especifica la institución educativa donde se desarrolló la investigación, se centró en abordar problemáticas comunes en la educación básica secundaria relacionadas con agresividad, violencia escolar y la falta de mecanismos efectivos para la resolución de conflictos.

El objetivo principal de este estudio fue identificar las principales causas del conflicto escolar y proponer estrategias efectivas para mejorar la convivencia dentro de las instituciones educativas; para ello, se investigaron los factores que influyen en la aparición de conflictos entre los estudiantes como: la falta de habilidades socioemocionales, problemas familiares y el entorno social. Asimismo, buscó diseñar un modelo de intervención basado en la mediación escolar y la educación emocional.

En cuanto a la metodología, el estudio adoptó un enfoque cualitativo a través de un estudio de caso; se emplearon entrevistas semiestructuradas y grupos focales con

estudiantes y docentes, lo que permitió obtener información detallada sobre sus percepciones y experiencias en relación con los conflictos escolares. Además, se realiza un análisis documental de normativas y programas educativos existentes en el contexto colombiano para evaluar su impacto en la convivencia escolar.

En lo referente a las conclusiones de la investigación señalan que la implementación de programas de mediación escolar y el desarrollo de habilidades socioemocionales en los estudiantes contribuyen a la reducción de los conflictos escolares; destaca la necesidad de fortalecer la educación emocional dentro del currículo académico y de capacitar a los docentes en estrategias de resolución pacífica de conflictos, asimismo, se evidenció que un clima escolar basado en el respeto y la empatía mejora significativamente la convivencia entre los estudiantes.

Una tercera investigación es la de Elisa Martín Pérez (2023), (titulada Programas de Educación Emocional para la Salud Mental a Nivel Escolar en España), realiza un análisis exhaustivo de los programas de educación emocional implementados en diversas instituciones educativas en España; su estudio se enfocó en la importancia de la educación emocional para el bienestar de los estudiantes y en la evaluación de los resultados obtenidos mediante la aplicación de estos programas.

El objetivo de esta investigación fue analizar los programas de educación emocional desarrollados en el ámbito escolar y evaluar su eficacia en la promoción de la salud mental de los estudiantes; busca identificar los principales componentes de estos programas, sus metodologías de aplicación y los beneficios que aportan al desarrollo socioemocional de los estudiantes.

En lo referente, a la metodología, la investigación consiste en una revisión bibliográfica de estudios previos sobre programas de educación emocional aplicados en centros educativos en España, examina: documentos académicos, informes institucionales y evaluaciones realizadas en distintas escuelas, con el propósito de identificar las mejores prácticas y los enfoques más efectivos en la enseñanza de la educación emocional.

Las conclusiones del estudio indican que la implementación de programas de educación emocional en las escuelas contribuye significativamente a la prevención de problemas de salud mental en los estudiantes; se evidencia que estos programas favorecen el desarrollo de competencias socioemocionales esenciales, como la autorregulación emocional, la empatía y la resiliencia. No obstante, el estudio también destaca la necesidad de integrar de manera más estructurada la educación emocional dentro del currículo escolar y de ofrecer formación especializada a los docentes para su correcta aplicación.

En cuarto lugar, como aporte representativo, es *la educación emocional en las aulas de secundaria: clave en el desarrollo integral del alumnado*, de Campillo, Esther (2023), aborda en su escrito, el sistema educativo tradicional a través de los años ha centrado sus esfuerzos en la transmisión de conocimientos académicos, dejando en un segundo plano el desarrollo de habilidades emocionales. Esto ha provocado que muchos estudiantes enfrenten dificultades para gestionar sus emociones, lo que repercute en su rendimiento académico, sus relaciones interpersonales y su bienestar general. En diversas investigaciones se ha encontrado que una educación emocional deficiente puede estar relacionada con problemas de disciplina, dificultades para la resolución de conflictos y un incremento en los niveles de ansiedad y estrés en los estudiantes. Ante esta situación, ha surgido la necesidad de replantear los métodos educativos e integrar estrategias que permitan fortalecer la inteligencia emocional de los estudiantes, con el objetivo de mejorar la convivencia en el aula y favorecer su desarrollo personal y social.

El principal objetivo de este estudio es visibilizar la importancia de la educación emocional como una competencia esencial en el currículo escolar, demostrando cómo su inclusión favorece la convivencia y el bienestar de los estudiantes, además de facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje; busca evidenciar que los estudiantes que desarrollan habilidades emocionales adecuadas pueden regular sus emociones de manera efectiva, resolver conflictos con mayor facilidad y mantener relaciones interpersonales más sanas, lo que impacta directamente en un ambiente escolar más armonioso y productivo.

La metodología utilizada en esta investigación es de carácter cualitativo, basada en entrevistas realizadas a docentes y estudiantes de secundaria; para obtener datos más detallados, también ha aplicado cuestionarios que han permitido medir la percepción de

la educación emocional en el entorno escolar y su impacto en la dinámica de las clases; se analiza casos específicos en los que la implementación de estrategias de educación emocional mejora significativamente la convivencia en el aula, permitiendo evidenciar la efectividad de estas prácticas.

Un quinto aporte importante, es el de la autora Riquero Sandra Yadira (2019), (titulado Conducta agresiva y convivencia escolar en estudiantes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa "Quevedo", Ecuador 2019), de la autora expone la convivencia escolar es un componente esencial en el proceso educativo, ya que influye directamente en el ambiente de aprendizaje y en el desarrollo integral de los estudiantes, sin embargo, la presencia de conductas agresivas en el entorno escolar puede deteriorar significativamente esta convivencia, afectando tanto el rendimiento académico como el bienestar emocional de los estudiantes. En la Unidad Educativa "Quevedo" de Ecuador, se ha identificado una preocupación creciente respecto a las manifestaciones de agresividad entre los estudiantes de décimo año de educación básica, lo que motivó la realización de este estudio para comprender la magnitud del problema y su impacto en la convivencia escolar.

El objetivo principal de la investigación fue determinar la relación existente entre la conducta agresiva y la convivencia escolar en los estudiantes de décimo año de educación básica de la mencionada institución; específicamente, se buscó identificar las formas de conducta agresiva más prevalentes, evaluar el estado de la convivencia escolar y analizar cómo estas conductas afectan las interacciones y el clima dentro del aula.

Respecto a la metodología, se ha empleado un enfoque cuantitativo de tipo correlacional. La muestra estuvo conformada por estudiantes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa "Quevedo". Para la recolección de datos, se utilizaron instrumentos estandarizados que midieron la frecuencia y tipo de conductas agresivas, así como la percepción de los estudiantes sobre la calidad de la convivencia escolar. Los datos obtenidos fueron analizados estadísticamente para establecer la relación entre las variables estudiadas.

Los resultados del estudio revelaron una correlación significativa entre la presencia de conductas agresivas y una convivencia escolar deficiente. Se identificó que

las manifestaciones de agresividad, tanto físicas como verbales, contribuyen al deterioro del ambiente escolar, generando conflictos y afectando negativamente las relaciones interpersonales entre los estudiantes. Estos hallazgos resaltan la necesidad de implementar estrategias educativas que promuevan la educación emocional y la resolución pacífica de conflictos para mejorar la convivencia en el entorno escolar.

Por último, mencionamos el trabajo titulado “Inteligencia emocional y convivencia escolar en estudiantes de décimo año de educación general básica de la Unidad Educativa 'Simón Bolívar’”, Quito, Ecuador, de Chávez, María Fernanda (2022), señala: la convivencia escolar es un pilar fundamental en el desarrollo académico y personal de los estudiantes. Diversos estudios han demostrado que la inteligencia emocional influye significativamente en la calidad de las relaciones interpersonales dentro del entorno educativo; se observa que los estudiantes de décimo año enfrentaban desafíos relacionados con conflictos interpersonales y dificultades en la gestión de emociones, lo que afectaba negativamente el clima escolar y el rendimiento académico. Esta situación motivó la realización de una investigación para analizar la relación entre la inteligencia emocional y la convivencia escolar en este grupo de estudiantes.

El objetivo final de este estudio, es determinar la relación entre la inteligencia emocional y la convivencia escolar en los estudiantes de décimo año de educación general básica; se plantean objetivos específicos como evaluar el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes, analizar el estado de la convivencia escolar y establecer la correlación entre ambas variables.

La investigación adoptó un enfoque cuantitativo de tipo correlacional, se aplica instrumentos estandarizados para medir la inteligencia emocional y la percepción de la convivencia escolar en una muestra representativa de estudiantes de décimo año; los datos recopilados fueron analizados estadísticamente para identificar la existencia y el grado de correlación entre las variables estudiadas.

Los resultados revelan una correlación positiva y significativa entre la inteligencia emocional y la convivencia escolar; los estudiantes con mayores niveles de inteligencia emocional mostraron una mejor calidad en sus relaciones interpersonales, menor incidencia de conflictos y una percepción más positiva del ambiente escolar. Estos

hallazgos sugieren que el desarrollo de habilidades emocionales puede ser una estrategia efectiva para mejorar la convivencia en el entorno educativo.

El presente proyecto de investigación busca evidenciar la importancia de la educación emocional como un eje central en la mejora del bienestar estudiantil y la convivencia escolar y, a partir del análisis de estas investigaciones, se ha podido determinar que la implementación de programas de mediación y educación emocional contribuye significativamente a la resolución de conflictos, la reducción de conductas agresivas y la promoción de un ambiente de respeto y empatía dentro de las aulas; además, se destaca la necesidad de fortalecer el liderazgo estudiantil y formar a los docentes en competencias emocionales para garantizar una aplicación efectiva de estas estrategias.

La educación emocional no solo favorece el desarrollo de habilidades socioemocionales en los estudiantes, sino que también incide en la prevención de situaciones de violencia y acoso, elementos fundamentales para la construcción de una cultura de paz en el entorno escolar. En este sentido, los hallazgos de la investigación proporcionan un marco de referencia clave para el diseño de una propuesta de atención a la salud emocional en los estudiantes de Décimo Año de Educación General Básica de la Unidad Educativa JM Jijón Caamaño y Flores.

2.2 Marco teórico

El presente estudio se sustenta en teorías que explican la importancia de la salud emocional y su relación con la convivencia escolar y la cultura de paz.

2.2.1 El Proyecto Vital: la Formación de la Persona.

Las Cuatro Éticas para aprender a vivir

La formación de la persona es un proceso complejo que implica el desarrollo de valores, habilidades y competencias para la vida en sociedad, según Morin (1999), la educación debe orientarse hacia la comprensión del ser humano en su integridad, lo que implica aprender a ser, aprender a convivir, aprender a formar parte de la sociedad y aprender a habitar el mundo. Estos principios han sido abordados por la UNESCO (1996) en su informe sobre la educación para el siglo XXI.

2.2.1.1 Aprender a ser

Implica el desarrollo de la identidad personal, la autoestima y la capacidad de reflexión crítica, Gardner (1983) sostiene que la inteligencia intrapersonal es fundamental en este proceso, ya que permite a los individuos conocer sus propias emociones y gestionarlas de manera adecuada.

El proceso de “Aprender a Ser” es fundamental en la formación integral del individuo, ya que permite el desarrollo de la identidad, la autonomía, y la capacidad de tomar decisiones responsables, según Delors et al. (1996), este principio es uno de los cuatro pilares de la educación y enfatiza la importancia del autoconocimiento, el desarrollo de la personalidad y la autorrealización. En un contexto educativo, el aprendizaje del ser implica que los estudiantes construyan una imagen positiva de sí mismos, desarrollen la autoestima y adquieran habilidades socioemocionales esenciales para la vida en sociedad.

La educación emocional juega un papel fundamental en este proceso, pues el manejo adecuado de las emociones permite a los estudiantes comprender sus fortalezas y debilidades, establecer relaciones interpersonales saludables y actuar con resiliencia frente a los desafíos. Mayer y Salovey (1997), destacan que la inteligencia emocional es determinante para el bienestar personal y el éxito en diversos ámbitos de la vida; un individuo que aprende a ser, desarrolla competencias emocionales que le permiten regular sus estados de ánimo, gestionar el estrés y tomar decisiones basadas en la reflexión crítica.

Desde un enfoque humanista, Carl Rogers (1961) argumenta que la educación debe enfocarse en el desarrollo del potencial humano y la autenticidad del individuo; su teoría de la autorrealización sugiere que los seres humanos poseen una tendencia innata al crecimiento y al desarrollo personal, pero para ello requieren de un entorno que favorezca la autoexploración y la confianza en sí mismos; en este sentido, la escuela no solo debe transmitir conocimientos académicos, sino también brindar espacios para la expresión emocional, la creatividad y la construcción de la identidad.

En el ámbito educativo, estrategias como la tutoría emocional, la enseñanza basada en valores y el aprendizaje socioemocional han demostrado ser efectivas en la promoción del desarrollo personal de los estudiantes. A través de actividades que

fomenten la reflexión personal, la empatía y la comunicación asertiva. Los docentes pueden contribuir significativamente a que los alumnos adquieran una mayor conciencia de sí mismos y de su papel en la sociedad, Bisquerra (2011).

Por lo tanto, aprender a ser no es solo una meta individual, sino un requisito indispensable para la formación de ciudadanos críticos, responsables y comprometidos con el bienestar colectivo. La educación debe enfocarse en cultivar seres humanos íntegros, capaces de pensar, sentir y actuar de manera ética y consciente, promoviendo así una sociedad más armoniosa y equitativa.

2.2.1.2 Aprender a convivir

Se relaciona con el desarrollo de habilidades sociales y la capacidad de resolver conflictos de manera pacífica. Según Goleman (1995), la inteligencia emocional es clave para la interacción positiva entre los individuos, ya que favorece la empatía y la comunicación asertiva.

El concepto de “Aprender a Convivir” es fundamental en la construcción de sociedades pacíficas y democráticas, ya que permite a los individuos relacionarse de manera armónica con los demás, respetando la diversidad y promoviendo la cooperación, según el informe de Delors et al. (1996), este principio es uno de los cuatro pilares de la educación y enfatiza la necesidad de desarrollar habilidades para la interacción social, la resolución de conflictos y la construcción de la cultura de paz; la convivencia no es solo una cuestión de normas y regulaciones, sino un proceso de aprendizaje continuo en el que los estudiantes internalizan valores como la empatía, la solidaridad y el respeto mutuo.

Desde una perspectiva psicológica y sociológica, Vygotsky (1978) resalta que el aprendizaje es un fenómeno social que se da en interacción con otros; su teoría del aprendizaje sociocultural sugiere que las relaciones interpersonales juegan un papel clave en el desarrollo cognitivo y emocional del individuo; en este sentido, la convivencia escolar se convierte en un espacio esencial para la construcción de identidades colectivas y el aprendizaje de habilidades de comunicación, cooperación y solución de conflictos.

La educación emocional también desempeña un papel crucial en el desarrollo de competencias para la convivencia, según Bisquerra (2011), la inteligencia emocional

permite a las personas gestionar sus emociones de manera adecuada, lo que facilita la interacción con los demás y la construcción de relaciones positivas; la empatía, la escucha activa y la comunicación asertiva son habilidades fundamentales que deben ser fomentadas desde la infancia para promover una convivencia saludable y prevenir la violencia.

En el contexto escolar, el aprendizaje de la convivencia implica la creación de un ambiente donde se respeten las diferencias y se valoren la inclusión y la diversidad. Freire (1970) señala que la educación debe ser un acto de comunicación y diálogo, en el que los estudiantes participen activamente en la construcción de significados compartidos; la pedagogía del diálogo fomenta el respeto por las opiniones ajenas, el trabajo colaborativo y la solución pacífica de conflictos, lo que contribuye a fortalecer el tejido social.

Las estrategias educativas para fomentar la convivencia incluyen la mediación escolar, la educación en valores, el aprendizaje cooperativo y los proyectos de servicio comunitario; investigaciones han demostrado que cuando los estudiantes participan en actividades colaborativas y se involucran en proyectos que promueven el bien común, desarrollan un mayor sentido de pertenencia y responsabilidad social (Tedesco, 2015).

En consecuencia, aprender a convivir es una habilidad esencial para el desarrollo personal y colectivo; en un mundo globalizado e interconectado, la capacidad de relacionarse con los demás de manera pacífica y respetuosa es un requisito indispensable para la construcción de sociedades más justas y equitativas; la educación, como agente transformador, debe proporcionar herramientas para que los estudiantes no solo adquieran conocimientos académicos, sino que también desarrollen actitudes y valores que favorezcan la convivencia y la cultura de paz.

2.2.1.3 Aprender a formar parte de la sociedad

Implica comprender las normas y valores que rigen la convivencia, Freire (1970) señala que la educación debe ser un proceso de concienciación que permita a los estudiantes asumir un rol activo en la construcción de una sociedad más justa y equitativa.

El proceso de formación integral de una persona no solo implica el desarrollo de habilidades cognitivas y emocionales, sino también la capacidad de integrarse de manera

activa y responsable en la sociedad. “Aprender a Formar Parte de la Sociedad” es un eje fundamental en la educación, ya que permite a los individuos desarrollar un sentido de pertenencia, participación y compromiso con su comunidad y el mundo en general. De acuerdo con Delors et al. (1996), este aprendizaje implica la construcción de una ciudadanía activa y la promoción de valores democráticos, fundamentales para la cohesión social y la convivencia pacífica.

Desde una perspectiva sociocultural, Vygotsky (1978) sostiene que el aprendizaje es un proceso social en el que la interacción con el entorno y los demás facilita el desarrollo cognitivo y emocional del individuo; en este sentido, la formación de ciudadanos responsables y comprometidos con su comunidad depende en gran medida de las experiencias y relaciones que establecen desde la infancia, por lo que, la escuela, como espacio de socialización, cumple un papel clave en este proceso, ya que no solo transmite conocimientos, sino que también fomenta actitudes y valores esenciales para la vida en sociedad.

Uno de los elementos centrales para aprender a formar parte de la sociedad es el desarrollo de la identidad colectiva, según Erikson (1968), la construcción de la identidad es un proceso que ocurre a lo largo de la vida y que está influenciado por las interacciones con el entorno social. En este sentido, la educación debe promover experiencias que permitan a los estudiantes reconocerse como miembros activos de su comunidad, fomentando su participación en actividades que refuercen el sentido de responsabilidad y cooperación.

Otro aspecto fundamental es el desarrollo de competencias cívicas y ciudadanas, de acuerdo con Cortina (2000), es la ética del ciudadano que se basa en el reconocimiento de los derechos y deberes que cada individuo tiene dentro de la sociedad; la educación en valores como la justicia, la solidaridad y el respeto a la diversidad es esencial para formar ciudadanos críticos y reflexivos que contribuyan al bienestar colectivo. Esto implica no solo el aprendizaje teórico de conceptos cívicos, sino también la práctica de estos valores en la vida cotidiana, mediante proyectos de servicio comunitario, trabajo en equipo y la participación en iniciativas sociales.

En el ámbito escolar, el aprendizaje de la participación ciudadana puede fomentarse a través de metodologías activas que promuevan el debate, la toma de decisiones y la resolución de problemas en comunidad. Freire (1970) señala que la educación debe ser un proceso de concienciación y empoderamiento, donde los estudiantes no sean meros receptores de conocimiento, sino actores críticos que analicen su realidad y busquen transformarla; la pedagogía del diálogo y la enseñanza basada en proyectos son herramientas efectivas para involucrar a los estudiantes en la construcción de soluciones para los problemas que afectan a su entorno.

Por lo expuesto, aprender a formar parte de la sociedad es un proceso clave en la formación de ciudadanos comprometidos y participativos. La educación tiene el reto de proporcionar herramientas que permitan a los estudiantes no solo adaptarse al mundo en el que viven, sino también transformarlo con base en principios de justicia, equidad y solidaridad. En un contexto globalizado, donde los desafíos sociales son cada vez más complejos, la formación de ciudadanos activos y conscientes es más importante que nunca para la construcción de sociedades más justas y sostenibles.

2.2.1.4 Aprender a habitar el mundo

Habitar el mundo no solo implica comprender la interdependencia entre los seres humanos y su entorno, sino también desarrollar una relación equilibrada entre el bienestar emocional y la sostenibilidad del planeta. El bienestar emocional se ve influenciado por el entorno en el que las personas viven y se desarrollan, y este, a su vez, depende de la manera en que la humanidad interactúa con la naturaleza y la sociedad; la educación juega un papel clave en este proceso, ya que fomenta no solo el conocimiento sobre sostenibilidad, sino también actitudes y valores que promueven una vida emocionalmente saludable y en armonía con el medio ambiente.

Según Capra (2002), el mundo funciona como un sistema interdependiente, donde el equilibrio emocional de las personas está vinculado con la estabilidad del entorno en el que viven; un ambiente degradado o estresante, caracterizado por contaminación, sobrepoblación o falta de espacios naturales, puede generar estrés, ansiedad y otras afectaciones psicológicas, en cambio, una relación armónica con el medio ambiente puede favorecer la salud mental y el bienestar emocional, ya que el contacto con la

naturaleza ha demostrado tener efectos positivos en la reducción del estrés y el fortalecimiento de la resiliencia emocional (Ulrich, 1984).

La educación para la sostenibilidad, entonces, no debe limitarse a la transmisión de conocimientos sobre el medio ambiente, sino que debe incluir el desarrollo de habilidades emocionales que permitan a los estudiantes gestionar el estrés y la ansiedad derivados de problemáticas globales como el cambio climático o la desigualdad social. Sachs (2015) señala que el desarrollo sostenible debe considerar no solo aspectos económicos y ecológicos, sino también el bienestar de las personas. En este sentido, la educación emocional juega un rol fundamental, ya que permite a los estudiantes comprender sus emociones, desarrollar empatía y fortalecer su sentido de pertenencia a una comunidad global comprometida con el bienestar colectivo.

El aprendizaje basado en la conexión con el entorno es una estrategia clave para fortalecer el bienestar emocional de los estudiantes, según Louv (2005), el contacto con la naturaleza favorece la reducción del estrés y la ansiedad, al tiempo que mejora la concentración y la creatividad. Instituciones educativas que incorporan metodologías activas, como el aprendizaje basado en proyectos ambientales o el aprendizaje-servicio, logran que los estudiantes desarrollen una conciencia ecológica al tiempo que fortalecen su salud emocional. Por ejemplo, proyectos de reforestación, huertos escolares o programas de voluntariado ambiental pueden generar un impacto positivo tanto en la comunidad como en la estabilidad emocional de los estudiantes, al promover un sentido de propósito y contribución social.

Además, aprender a habitar el mundo de manera responsable implica adoptar hábitos de vida sostenibles que también impactan el bienestar emocional, según Meadows et al. (1972), la sobreexplotación de recursos naturales y los estilos de vida consumistas han generado un aumento en los niveles de estrés y ansiedad en la sociedad moderna. Fomentar el consumo consciente, la alimentación saludable y el uso responsable de los recursos no solo contribuye a la preservación del planeta, sino que también promueve un estado emocional más equilibrado, al reducir la sensación de agotamiento y sobrecarga que caracteriza a las sociedades actuales.

Para finalizar, aprender a habitar el mundo es un proceso que va más allá del conocimiento ambiental, implica el desarrollo de una conciencia ecológica que esté en equilibrio con el bienestar emocional de las personas: la educación tiene el reto de formar ciudadanos capaces de gestionar sus emociones en un mundo en constante cambio, promoviendo una conexión saludable con el entorno y un estilo de vida sostenible. Al integrar la educación emocional con la sostenibilidad, se puede lograr un desarrollo humano más armónico, donde las personas no solo protejan el planeta, sino que también encuentren en él una fuente de bienestar y equilibrio emocional.

2.2.2 Educación Emocional y Desarrollo de Competencias Emocionales:

La educación emocional es un pilar fundamental en la formación integral de los estudiantes, ya que permite la adquisición de habilidades esenciales para gestionar las emociones, fortalecer la resiliencia y mejorar la convivencia social; en el contexto educativo actual, no basta con la transmisión de conocimientos académicos; es indispensable el desarrollo de competencias emocionales que permitan a los alumnos enfrentar los desafíos de la vida con estabilidad emocional y habilidades interpersonales adecuadas. Según Goleman (1995), la inteligencia emocional es un factor determinante en el éxito personal y profesional, incluso por encima del coeficiente intelectual, lo que resalta la importancia de incluir la educación emocional en los programas de enseñanza como un elemento prioritario para el bienestar integral de los estudiantes.

La educación emocional no solo impacta el desarrollo personal de los estudiantes, sino que también mejora el clima escolar y fortalece valores fundamentales como el respeto, la empatía y la cooperación, según Bisquerra (2003), las competencias emocionales pueden dividirse en cinco áreas clave: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y habilidades de vida y bienestar; cada una de estas competencias es esencial para el desarrollo de los estudiantes y su correcta adaptación a los entornos escolares y sociales.

2.2.2.1 Competencias emocionales y su impacto en el desarrollo estudiantil

Daniel Goleman, psicólogo y periodista científico, revolucionó el campo de la psicología con su teoría sobre la inteligencia emocional, destacando que el éxito personal y profesional no depende únicamente del coeficiente intelectual, sino también de la

capacidad para comprender y gestionar las emociones; su propuesta enfatiza la importancia de desarrollar competencias emocionales que permitan establecer relaciones sanas, tomar decisiones acertadas y enfrentar con resiliencia los desafíos cotidianos. Dentro de estas competencias, Goleman distingue dos dimensiones esenciales: la inteligencia intrapersonal, que hace referencia a la habilidad de reconocer, comprender y regular las propias emociones; y la inteligencia interpersonal, que implica la capacidad de percibir, interpretar y responder adecuadamente a las emociones de los demás. Ambas forman la base para una convivencia armónica y el desarrollo de una cultura de paz en los entornos escolares y sociales.

En este sentido, uno de los componentes fundamentales de la inteligencia emocional es la:

- **Conciencia emocional:** Es la capacidad de reconocer y comprender las emociones propias y ajenas, esta competencia es crucial porque permite mejorar la relación consigo mismo y con los demás. La falta de conciencia emocional puede llevar a una gestión deficiente de las emociones, aumentando los conflictos y afectando la convivencia. En el ámbito educativo, enseñar a los estudiantes a identificar sus emociones contribuye a prevenir problemas de conducta y mejorar su desempeño académico.
- **Regulación emocional:** Se refiere a la habilidad para gestionar las emociones de manera adecuada, evitando reacciones impulsivas que puedan ser perjudiciales. Gross (2002) señala que la regulación emocional implica procesos como la reevaluación cognitiva y el control de impulsos. En la educación, es clave implementar actividades que ayuden a los estudiantes a manejar el estrés, la frustración y la ansiedad, promoviendo respuestas más adaptativas.
- **Autonomía emocional:** Relacionada con la autoconfianza, la autoestima y la toma de decisiones. Un estudiante con autonomía emocional es capaz de enfrentar desafíos y adaptarse a diversas situaciones sin depender de la aprobación externa. Ryan y Deci (2000) destacan la autonomía como un factor clave en la motivación intrínseca y el bienestar emocional. Es fundamental que las instituciones

educativas promuevan espacios donde los estudiantes puedan desarrollar esta competencia.

- **Competencia social:** Incluye habilidades como la empatía, la comunicación asertiva y la cooperación. La empatía es esencial para la convivencia pacífica y el respeto por la diversidad. Hoffman (2000) enfatiza que la empatía se desarrolla a través de experiencias interpersonales y se puede fomentar mediante estrategias colaborativas en el aula.
- **Habilidades de vida y bienestar:** Comprenden la toma de decisiones responsables, la resolución de problemas y la gestión del tiempo. Según la OMS (1999), estas habilidades son fundamentales para la promoción del bienestar y la prevención de problemas de salud mental en niños y adolescentes.

2.2.2.2 Relación entre Educación Emocional y Aprendizaje

Las emociones juegan un papel determinante en el proceso de aprendizaje, ya que influyen en la atención, la memoria y la motivación. Immordino-Yang y Damasio (2007) destacan que la emoción y la cognición están interconectadas, lo que significa que un entorno emocional positivo favorece el aprendizaje significativo. Cuando los estudiantes se sienten emocionalmente seguros en el aula, tienden a comprometerse más con su proceso de aprendizaje. Por el contrario, un clima emocional negativo puede generar ansiedad, desmotivación y bajo rendimiento académico.

2.2.2.3 Estrategias Pedagógicas para la Educación Emocional

Para que la educación emocional sea efectiva, es necesario que los docentes adopten estrategias pedagógicas orientadas a fortalecer las competencias emocionales de los estudiantes. Algunas de estas estrategias incluyen:

- **Aprendizaje socioemocional (SEL):** Según Durlak et al. (2011), los programas SEL han demostrado ser efectivos en la mejora del bienestar emocional y el rendimiento académico; se refiere a un enfoque educativo integral que busca fortalecer las habilidades necesarias para que los estudiantes gestionen sus emociones, construyan relaciones saludables y tomen decisiones responsables. Lejos de limitarse a mejorar el rendimiento académico, este tipo de aprendizaje

contribuye significativamente al bienestar emocional y a una mejor adaptación social dentro del entorno escolar.

Implementar el SEL de forma transversal en las distintas asignaturas permite que los estudiantes desarrollen una mayor conciencia emocional, empatía, autocontrol y responsabilidad social. Por ejemplo, en el área de Lengua y Literatura, se puede trabajar la comprensión emocional a través del análisis de personajes; en Ciencias Sociales, se pueden discutir los conflictos desde una mirada empática. En definitiva, incorporar el SEL en la planificación educativa promueve no solo una mejora en la convivencia, sino también un desarrollo integral en los adolescentes, especialmente en una etapa como la secundaria, donde están formando su identidad personal y social.

- **Fomento de la empatía:** A través de actividades grupales que promuevan la expresión de emociones y la comprensión de los sentimientos de los demás, en el aula implica enseñar a los estudiantes a ponerse en el lugar de los demás, reconocer cómo se sienten y responder de manera respetuosa y comprensiva. Esta habilidad social es fundamental para fortalecer la convivencia, prevenir situaciones de conflicto y promover relaciones interpersonales saludables.

Durante la adolescencia, el desarrollo de la empatía ayuda a crear ambientes más seguros y colaborativos, utilizando dinámicas como: juegos de roles, actividades grupales o espacios de diálogo, permiten que los estudiantes se sensibilicen con las emociones de sus compañeros, aprendan a escuchar activamente y respeten diferentes puntos de vista. A través del fortalecimiento de esta competencia, no solo se mejora la interacción entre pares, sino que también se siembran valores como la solidaridad, la tolerancia y la justicia emocional.

- **Reflexión sobre emociones y sentimientos:** Permite que los estudiantes desarrollen mayor conciencia sobre sus emociones y aprendan a manejarlas de manera adecuada.

Reflexionar sobre las emociones consiste en ayudar a los estudiantes a identificar lo que sienten, comprender el porqué de esas emociones y evaluar cómo

responden ante ellas; esta práctica favorece el conocimiento personal y la capacidad de autorregulación, elementos clave para una buena salud emocional. Herramientas como diarios personales, actividades artísticas, lecturas guiadas o debates reflexivos permiten que los adolescentes exploren sus emociones de forma consciente y respetuosa; al hacerlo, desarrollan habilidades para controlar impulsos, resolver conflictos de forma pacífica y actuar de manera más consciente. Esta capacidad de introspección emocional no solo mejora la comunicación y la convivencia en el aula, sino que también fortalece la autoestima y la toma de decisiones informadas.

2.2.2.4 La Neurociencia y su Aporte a la Educación Emocional

La neurociencia ha demostrado que las emociones afectan directamente los procesos cognitivos y la toma de decisiones. LeDoux (1996) señala que el cerebro emocional juega un papel crucial en la forma en que se procesan las experiencias de aprendizaje; por ello, es fundamental que los docentes comprendan estos procesos para aplicar estrategias que ayuden a gestionar el estrés y la ansiedad en el aula, promoviendo un ambiente de aprendizaje más saludable y productivo.

En los últimos años, la neurociencia ha ofrecido descubrimientos clave que han transformado la manera en que se comprende el aprendizaje en las aulas, demostrando que las emociones tienen un papel central en los procesos educativos. Lejos de ser aspectos aislados, lo emocional y lo cognitivo se encuentran estrechamente vinculados en el funcionamiento del cerebro. Cuando un estudiante experimenta emociones negativas como el miedo, la ansiedad o el estrés, su capacidad para concentrarse, razonar o memorizar se ve limitada, afectando su desempeño escolar.

Joseph LeDoux (1996), uno de los pioneros en el estudio del cerebro emocional, sostiene que ciertas áreas del cerebro, como la amígdala, responden de manera inmediata a estímulos emocionales antes de que la mente racional pueda intervenir. Este hallazgo explica por qué un entorno emocionalmente seguro favorece el aprendizaje, mientras que uno hostil o tenso puede bloquearlo.

Desde esta perspectiva, la educación emocional se convierte en una herramienta esencial en el proceso formativo. Permite que los docentes comprendan cómo las

emociones influyen en la conducta y el aprendizaje de sus estudiantes, ayudándoles a diseñar estrategias que favorezcan el desarrollo integral. Programas educativos que incluyen ejercicios de respiración, mindfulness o reconocimiento emocional han mostrado beneficios significativos tanto en el rendimiento académico como en la convivencia escolar (Durlak et al., 2011).

En resumen, integrar los aportes de la neurociencia a la educación permite una enseñanza más humana y eficaz, que reconoce que aprender no es solo un acto racional, sino también profundamente emocional.

2.2.2.4 El Rol del Docente en la Educación Emocional

En el contexto educativo actual, el papel del docente ha trascendido la mera transmisión de conocimientos, hoy en día, se reconoce que el maestro cumple también una función clave como guía emocional para sus estudiantes, no solo enseña contenidos académicos, sino que, mediante su conducta y actitudes, modela habilidades emocionales que los alumnos pueden interiorizar; por ello, la capacidad del docente para reconocer, expresar y manejar sus propias emociones influye directamente en el ambiente del aula y en el desarrollo socioemocional de los estudiantes.

Jennings y Greenberg (2009) afirman que los docentes emocionalmente competentes son capaces de crear entornos de aprendizaje más positivos, ya que su estabilidad emocional reduce los niveles de conflicto y fomenta relaciones más respetuosas y empáticas dentro del aula; además, estos educadores promueven el bienestar de sus estudiantes no solo con palabras, sino a través del ejemplo constante de autorregulación, escucha activa y empatía.

Por tanto, la formación emocional del profesorado no debe considerarse un aspecto complementario, sino un componente esencial en su preparación profesional, aprender a gestionar el estrés, a mantener el equilibrio emocional y a responder de forma asertiva ante situaciones difíciles, permite al docente convertirse en un agente de cambio que promueve no solo el aprendizaje académico, sino también la salud emocional y social de sus estudiantes. Según Brackett y Katulak (2007), los programas de formación docente que integran el aprendizaje socioemocional contribuyen a mejorar la satisfacción laboral, reducir el agotamiento emocional y fortalecer el compromiso con la enseñanza.

2.2.2.5 La Comunidad Educativa y la Educación Emocional

La educación emocional, para ser verdaderamente efectiva y sostenible, debe ser entendida como una responsabilidad compartida entre todos los miembros que integran la comunidad educativa; esto implica la participación activa no solo del profesorado, sino también de los equipos directivos, los estudiantes y sus familias, cada uno de estos actores tiene un rol fundamental en la creación de un entorno que favorezca el bienestar emocional y el desarrollo integral de los estudiantes.

Los docentes son quienes guían el proceso de enseñanza-aprendizaje en el aula, y por lo tanto, deben incorporar estrategias emocionales en su práctica pedagógica diaria; los directivos, por su parte, tienen la tarea de fomentar una cultura institucional que valore la dimensión emocional, incluyendo políticas escolares que integren el aprendizaje socioemocional en el currículo y en la convivencia escolar, las familias también deben ser involucradas, ya que son el primer espacio donde los niños aprenden a reconocer y gestionar sus emociones. Promover la comunicación entre el hogar y la escuela fortalece la coherencia entre los valores y habilidades emocionales que se enseñan en ambos contextos (Bisquerra, 2015).

Además, cuando los estudiantes forman parte de actividades que promueven el reconocimiento, la expresión y la regulación de emociones como: debates reflexivos, dinámicas de grupo o mediación de conflictos se convierten en agentes activos de su propio crecimiento emocional; esto no solo les ayuda a mejorar su rendimiento académico y sus relaciones interpersonales, sino que también los prepara para asumir con responsabilidad su rol dentro de una sociedad plural y diversa.

En consecuencia, el trabajo conjunto de todos los miembros de la comunidad educativa permite construir un entorno escolar más inclusivo, empático y respetuoso. Según Zins et al. (2004), las instituciones que implementan programas de educación emocional con un enfoque integral reportan mejoras en la conducta estudiantil, en la participación familiar y en la cultura organizacional.

2.2.3 La Convivencia Escolar y la Cultura de Paz

La convivencia escolar es un factor determinante en la formación integral de los estudiantes, ya que influye en su bienestar emocional, en su rendimiento académico y en la construcción de valores fundamentales para la vida en sociedad. La convivencia en el ámbito educativo no se limita únicamente a la ausencia de conflictos, sino que implica la creación de un ambiente basado en el respeto, la cooperación, la empatía y el diálogo. Según Ortega (2000), la convivencia escolar es un proceso dinámico que requiere la participación activa de todos los miembros de la comunidad educativa y que debe estar fundamentado en principios de equidad, inclusión y respeto por la diversidad.

En este contexto, es clave comprender qué se entiende por *cultura de paz*. La UNESCO (1999) define este concepto como un conjunto de valores, actitudes y comportamientos que rechazan la violencia y buscan prevenir los conflictos mediante el diálogo, la cooperación y el respeto mutuo. Es decir, promueve una forma de vida que favorece la armonía social y la solución pacífica de diferencias. A partir de este enfoque, la cultura de paz juega un papel esencial en la promoción de una convivencia armónica dentro de las instituciones educativas.

Para que la convivencia escolar sea efectiva, es fundamental que tanto docentes como estudiantes desarrollen habilidades para la resolución pacífica de conflictos y para la gestión emocional, lo que contribuye a fortalecer los lazos comunitarios y prevenir situaciones de violencia o exclusión dentro del entorno escolar.

2.2.3.1 Factores que Influyen en la Convivencia Escolar

Existen múltiples factores que inciden en la convivencia dentro de los centros educativos, uno de los principales es la calidad de las relaciones interpersonales entre estudiantes, docentes y otros miembros de la comunidad educativa; cuando estas relaciones se basan en la confianza y el respeto mutuo, se genera un ambiente propicio para el aprendizaje y el bienestar emocional, en cambio, cuando existen conflictos constantes, situaciones de acoso escolar o falta de comunicación, se crea un entorno hostil que afecta el desarrollo de los estudiantes.

Otro factor relevante es el estilo de liderazgo de los docentes y directivos. Según Fernández (2017), el liderazgo educativo debe orientarse hacia la creación de una comunidad de aprendizaje en la que prevalezca la equidad y la participación democrática. Esto significa que los docentes no solo deben transmitir conocimientos académicos, sino también fomentar valores de convivencia y cooperación; en este sentido, la implementación de metodologías activas, como el aprendizaje basado en proyectos o el trabajo colaborativo, puede contribuir significativamente a fortalecer la convivencia escolar.

2.2.3.2 El rol de la educación emocional en la convivencia escolar

La educación emocional es clave para mejorar la convivencia dentro de las instituciones educativas, ya que permite que los estudiantes desarrollen habilidades socioemocionales que les ayuden a gestionar sus emociones y a interactuar de manera positiva con los demás. Según Bisquerra (2011), la educación emocional debe incluir el desarrollo de la empatía, la regulación emocional y la capacidad para resolver conflictos sin recurrir a la violencia.

Cuando los estudiantes tienen una adecuada gestión emocional, son más propensos a reaccionar con calma ante situaciones de conflicto y a buscar soluciones pacíficas, por el contrario, la falta de educación emocional puede llevar a respuestas impulsivas, agresión verbal o física y dificultades para trabajar en equipo; es por ello que, las instituciones educativas deben integrar programas de educación emocional que ayuden a los estudiantes a comprender sus emociones y las de los demás, promoviendo así una convivencia más armoniosa.

2.2.3.3 Estrategias para fomentar la cultura de paz en el aula

Para que la convivencia escolar se base en una cultura de paz, es necesario implementar estrategias pedagógicas que fomenten el respeto, la tolerancia y el diálogo. Algunas de las estrategias más efectivas incluyen:

1. **Promoción del diálogo y la mediación:** Es importante que los estudiantes aprendan a expresar sus ideas y sentimientos de manera respetuosa y a escuchar activamente a los demás; la mediación escolar es una herramienta útil para la

resolución de conflictos, ya que permite que los propios estudiantes participen en la búsqueda de soluciones pacíficas. Según Johnson y Johnson (1996), la mediación escolar no solo reduce la violencia en las aulas, sino que también fortalece el sentido de justicia y responsabilidad en los estudiantes.

2. **Fomento de la empatía y la solidaridad:** La empatía es una habilidad esencial para la convivencia pacífica, ya que permite que los estudiantes comprendan las emociones y perspectivas de los demás; las actividades que fomentan la empatía, como los debates reflexivos, la dramatización de situaciones o las dinámicas de trabajo en equipo, pueden ayudar a los estudiantes a desarrollar una actitud más comprensiva y solidaria. Según Hoffman (2000), la empatía se desarrolla a través de la interacción social y puede ser estimulada mediante experiencias que promuevan el reconocimiento de la diversidad.
3. **Creación de normas de convivencia participativas:** Cuando los estudiantes participan en la elaboración de las normas de convivencia, se genera un mayor sentido de responsabilidad y compromiso con su cumplimiento; según Puig (2005), las normas deben ser claras, justas y consensuadas para que sean efectivas en la promoción de una convivencia pacífica.
4. **Aprendizaje basado en valores:** La enseñanza de valores como el respeto, la honestidad, la cooperación y la justicia es fundamental para consolidar la cultura de paz en la escuela; la educación en valores no debe limitarse a discursos teóricos, sino que debe estar integrada en la práctica cotidiana a través de actividades que promuevan la reflexión y la acción, según Delors (1996), la educación debe centrarse en "aprender a ser" y "aprender a convivir", destacando la importancia de formar ciudadanos responsables y comprometidos con la paz.
5. **Uso de metodologías activas:** Las metodologías activas, como el aprendizaje cooperativo y el enfoque de proyectos, favorecen la interacción positiva entre los estudiantes y reducen la competitividad en el aula; cuando los estudiantes trabajan juntos para alcanzar un objetivo común, aprenden a comunicarse, a negociar y a resolver diferencias de manera constructiva. Según Slavin (2011), el aprendizaje

cooperativo mejora la convivencia y el rendimiento académico, ya que promueve la interdependencia positiva y el apoyo mutuo.

2.2.3.4 Impacto de la convivencia escolar en el bienestar emocional

La convivencia escolar no solo influye en la calidad del aprendizaje, sino también en el bienestar emocional de los estudiantes; un ambiente escolar seguro y acogedor contribuye a reducir los niveles de estrés, ansiedad y depresión en los estudiantes, mientras que un ambiente conflictivo puede generar problemas emocionales y afectar su autoestima. Según Fernández-Berrocal y Extremera (2005), el bienestar emocional está estrechamente vinculado con la calidad de las relaciones interpersonales y con la percepción de apoyo social.

Cuando los estudiantes sienten que forman parte de una comunidad en la que son valorados y respetados, desarrollan una mayor confianza en sí mismos y en los demás; por ello, es fundamental que las instituciones educativas adopten un enfoque integral que combine la educación emocional, la convivencia escolar y la cultura de paz para garantizar un desarrollo equilibrado en los estudiantes.

La convivencia escolar y la cultura de paz son elementos fundamentales para el desarrollo integral de los estudiantes y para la construcción de una sociedad más justa y equitativa; la escuela no solo debe ser un espacio de aprendizaje académico, sino también un lugar donde se formen ciudadanos responsables, empáticos y comprometidos con la paz; para ello, es necesario implementar estrategias que fomenten el respeto, la comunicación y la resolución pacífica de conflictos, garantizando un ambiente escolar seguro y saludable para todos.

CAPÍTULO III

PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA

3.1. Descripción de la Propuesta:

El proyecto denominado "Fortalecimiento de la Salud Emocional de los Estudiantes de Décimo Año para una Convivencia Escolar Pacífica" nace como respuesta a la necesidad de atender el aspecto emocional de los adolescentes, considerando que esta etapa escolar representa un momento primordial en su desarrollo integral; se llevará a cabo en la Unidad Educativa JM Jijón Caamaño y Flores, ubicada en la parroquia de Amaguaña del Distrito Metropolitano de Quito, donde se ha identificado la importancia de fomentar una cultura de bienestar y respeto mutuo dentro del entorno escolar.

Este proyecto busca brindar herramientas para la autogestión emocional, mejorar la convivencia escolar y prevenir situaciones de violencia y acoso dentro del aula, fortaleciendo una cultura de paz en la comunidad educativa.

3.2. Justificación de la Propuesta:

La presente propuesta surge de la necesidad de atender de manera integral la salud emocional de los estudiantes de Décimo Año de Educación General Básica en la Unidad Educativa JM Jijón Caamaño y Flores, donde se ha identificado que, en este grupo etario, los cambios emocionales, sociales y académicos son constantes y, muchas veces, difíciles de manejar sin el acompañamiento adecuado.

El fortalecimiento de las competencias emocionales en los adolescentes es fundamental para construir entornos educativos más armónicos y empáticos, a través de esta propuesta, se busca dotar a los estudiantes de herramientas que les permitan identificar, comprender y regular sus emociones, así como también desarrollar habilidades para convivir de manera pacífica con sus pares; de esta manera, no solo se contribuirá al bienestar individual, sino también al fortalecimiento del tejido social dentro de la institución educativa.

Además, el proyecto responde a las orientaciones del Ministerio de Educación del Ecuador en cuanto a la promoción de una educación integral que incluya el desarrollo emocional como eje transversal, por lo cual implementar acciones que aborden la inteligencia emocional no es un añadido, sino una necesidad que repercuta positivamente en la convivencia escolar, la prevención de conflictos y la mejora del aprendizaje.

Por las razones expuestas, resulta indispensable implementar un plan de intervención emocional que involucre no solo a los estudiantes, sino también a docentes, autoridades y familias, fomentando un trabajo colaborativo que permita construir una comunidad educativa más saludable, inclusiva y comprometida con el bienestar de todos sus miembros.

3.3. Objetivos de la propuesta

3.3.1 Objetivo General

Diseñar tres talleres para fortalecer la salud emocional de los estudiantes de Décimo Año de la Unidad Educativa JM Jijón Caamaño y Flores, promoviendo la sana convivencia y una cultura de paz en el entorno escolar.

3.3.2 Objetivos Específicos

- Planificar sendos talleres de, Educación emocional, Resolución de conflictos y Cultura da Paz, como estrategias para abordar la educación emocional de los estudiantes de Décimo año de la Unidad Educativa “JM Jijón Caamaño y Flores.
- Otorgar a los docentes de la UE una estrategia didáctica que les permita intervenir en la resolución de conflictos y mejorar la convivencia en las aulas.
- Desarrollar en los estudiantes de décimo año la capacidad de identificar, comprender y expresar sus emociones de forma saludable, promoviendo el bienestar personal y el fortalecimiento de las relaciones interpersonales dentro de la comunidad educativa.

3.4. Temporización de la Propuesta

La presente propuesta está diseñada para ejecutarse en el transcurso de un año lectivo, integrando tres talleres secuenciales que abordan distintos aspectos de la salud

emocional y la convivencia pacífica; cada taller se implementará en un trimestre, durante 4 sesiones de 45 minutos, es decir una por semana, en el horario asignado para la hora de tutoría permitiendo un desarrollo progresivo de las competencias socioemocionales en los estudiantes de décimo año de la Unidad Educativa JM Jijón Caamaño y Flores.

Trimestre	Taller	Enfoque	Duración Estimada
Primer Trimestre	Taller 1: Educación Emocional	Promueve el autoconocimiento, la identificación y expresión adecuada de emociones, así como el desarrollo de la empatía entre compañeros.	4 semanas (1 por semana) de 45 minutos durante tutoría.
Segundo Trimestre	Taller 2: Resolución de Conflictos	Proporciona herramientas prácticas para manejar desacuerdos de manera pacífica, fomentando el diálogo, la escucha activa y el respeto mutuo.	4 semanas (1 por semana) de 45 minutos durante tutoría.
Tercer Trimestre	Taller 3: Cultura de Paz	Fortalece valores de convivencia como la solidaridad, la tolerancia y el respeto por la diversidad, buscando consolidar un ambiente escolar armonioso.	4 semanas (1 por semana) de 45 minutos durante tutoría.

Fuente: Propia de la autora

Elaborado: Lina Flor Valdivieso

3.5. Beneficiarios de la Propuesta

Los principales beneficiarios de esta propuesta son los estudiantes de Décimo Año de Educación General Básica de la Unidad Educativa JM Jijón Caamaño y Flores, a través de los talleres planificados, se busca fortalecer su salud emocional, mejorar la convivencia escolar y fomentar una cultura de paz dentro y fuera del aula.

Además, la comunidad educativa en su conjunto también se beneficia indirectamente, ya que un entorno emocionalmente sano y respetuoso repercute en un

clima escolar más armónico: docentes, autoridades, representantes legales y personal del Departamento de Consejería Estudiantil (DECE) también se ven favorecidos, al contar con herramientas y estrategias para acompañar a los adolescentes en su desarrollo socioemocional.

3.6. Responsables con el adecuado desarrollo de la propuesta

El adecuado desarrollo de la propuesta estará a cargo de un equipo multidisciplinario conformado por:

- **Docentes tutores:** Serán los encargados de aplicar los talleres durante la hora de tutoría, guiando las actividades propuestas y fomentando espacios de reflexión.
- **Departamento de Consejería Estudiantil (DECE):** Brindará acompañamiento técnico, asesoría y seguimiento al proceso, asegurando que las estrategias estén alineadas con el desarrollo integral de los estudiantes.
- **Autoridades institucionales:** Respaldarán la implementación de la propuesta, garantizando los tiempos, espacios y recursos necesarios.
- **Familias y representantes:** Se promoverá su involucramiento para reforzar desde el hogar los aprendizajes emocionales trabajados en la unidad educativa.

Este trabajo es colaborativo entre los distintos actores garantizarán el cumplimiento de los objetivos y la sostenibilidad de los resultados positivos.

3.7. Metodología de la Propuesta

La propuesta se fundamenta en un enfoque participativo, vivencial y reflexivo, centrado en el desarrollo de competencias emocionales que fortalezcan la convivencia escolar y promuevan una cultura de paz; se aplicará una metodología activa que coloca al estudiante como protagonista de su proceso formativo, reconociendo sus emociones, valores y formas de relacionarse con los demás.

Cada taller se desarrollará durante la hora de tutoría, con actividades lúdicas, dinámicas grupales, análisis de casos, ejercicios de introspección y estrategias de resolución de

conflictos; estas técnicas permiten conectar la teoría con la experiencia personal de los estudiantes, facilitando aprendizajes significativos; en un ambiente seguro y de confianza, donde los estudiantes puedan expresarse libremente, compartir sus vivencias y construir colectivamente soluciones a las problemáticas que afectan su bienestar emocional y social; con la participación activa de los docentes tutores y del DECE para acompañar y reforzar los procesos individuales y grupales.

3.8. Período de Ejecución de la Propuesta

La ejecución de la propuesta está planificada para un período lectivo, las actividades se desarrollarán en la hora de tutoría, lo que permite una adecuada integración en el horario académico sin afectar el desarrollo de otras asignaturas; y queda como material para que lo usen siempre que sea necesario y se puede actualizar.

Cada taller tendrá una duración de una semana, con una sesión por semana, permitiendo a los estudiantes reflexionar entre cada encuentro y aplicar en su vida diaria los aprendizajes adquiridos; la cuarta semana estará destinada a la socialización de experiencias, evaluación final del proceso y cierre del proyecto con la participación de toda la comunidad educativa.

Este período ha sido considerado la necesidad de intervenir de manera oportuna y estratégica en el fortalecimiento de la salud emocional de los estudiantes, brindándoles herramientas prácticas para mejorar su convivencia escolar y su bienestar integral.

3.9. Planificación de la Propuesta

3.9.1 Planificación del Taller 1: Educación Emocional

		UNIDAD EDUCATIVA “JM JIJÓN CAAMAÑO Y FLORES”				AÑO LECTIVO: 2024-2025			
PLAN DE TALLER									
1. DATOS INFORMATIVOS:									
Docente:		Área/asignatura:		Grado/Curso:		Paralelo:			
N.º de unidad de planificación:		Título de unidad de planificación:		Taller 1: Educación Emocional		Fecha:			
						Nº de horas: 3h00 (4 sesiones de 45 minutos)			
2. PLANIFICACIÓN:									
Objetivos		Estrategias metodológicas		Recursos		Indicadores de logro			
Actividades de evaluación/ Técnicas / instrumentos									
Identificar y reconocer las emociones propias y de los demás mediante actividades prácticas y reflexivas. Desarrollar habilidades de autorregulación emocional que permitan un mejor manejo de situaciones cotidianas en el entorno escolar. Fomentar la empatía y el respeto como base para		Aprendizaje activo mediante dinámicas de grupo y trabajo colaborativo. Reflexión guiada sobre experiencias emocionales cotidianas. Técnicas de relajación y respiración consciente. Enfoque socioemocional centrado en el estudiante.		Hojas de trabajo con el test de identificación emocional. Carteles con expresiones faciales y nombres de emociones. Música instrumental para ejercicios de relajación. https://www.youtube.com/watch?v=S4Lgh3Ibz14 Rotafolios y marcadores para lluvia de ideas.		Reconoce e identifica sus propias emociones y las de los demás en actividades prácticas, demostrando mayor conciencia emocional en situaciones cotidianas. Aplica técnicas básicas de autorregulación emocional (respiración, relajación o reflexión) en escenarios escolares simulados o reales, evidenciando control en		Test de identificación de emociones Evaluación diagnóstica y formativa Cuestionario escrito. Dinámica de emociones “La rueda emocional” https://www.canva.com/design/DAGkpPfvfBE/EH9qautSr_iGk0uF-TtaFA/edit?utm_content=DAGkpPfvfBE&utm_campaign=design	

fortalecer relaciones interpersonales positivas.		Reproductor de audio o equipo multimedia.	sus reacciones ante el estrés o conflicto. Manifiesta actitudes de empatía, respeto y escucha activa durante las dinámicas grupales, mejorando su convivencia con los compañeros y fortaleciendo vínculos positivos dentro del aula.	share&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton Observación directa Lista de cotejo Ejercicios de respiración y relajación guiada Autoevaluación Rúbrica de autoevaluación
--	--	---	--	--

Fuente: Elaboración propia

Nota. En el anexo 1 se describen las actividades y componentes de este Taller.

3.9.2 Planificación Taller 2: Resolución de Conflictos

		UNIDAD EDUCATIVA “JM JIJÓN CAAMAÑO Y FLORES”				AÑO LECTIVO: 2024-2025		
PLAN DE TALLER								
1. DATOS INFORMATIVOS:								
Docente:		Área/asignatura:		Grado/Curso:		10 mo	Paralelo:	A – B – C.
N.º de unidad de planificación:		Título de unidad de planificación:		Taller 2: Resolución de Conflictos		Fecha:		Nº de horas: 3h00 (4 sesiones de 45 minutos)
2. PLANIFICACIÓN:								
Objetivos		Estrategias metodológicas		Recursos		Indicadores de logro		Actividades de evaluación/ Técnicas / instrumentos
Capacitar a los estudiantes en estrategias de resolución pacífica de conflictos, fortaleciendo el diálogo, la empatía y la toma de decisiones responsables. Generar espacios de reflexión conjunta entre docentes, estudiantes y DECE para comprender el impacto de los conflictos en la dinámica escolar y buscar soluciones colectivas.		Aprendizaje cooperativo: Trabajos grupales para analizar situaciones conflictivas reales o simuladas. Juego de roles: Simulación de conflictos escolares con resolución guiada. Análisis de casos: Reflexión sobre conflictos cotidianos y sus consecuencias.		Cartulinas, marcadores, portafolios. Fichas de casos prácticos. Presentaciones visuales (videos, diapositivas). https://gamma.app/docs/Taller-de-Resolucion-de-Conflictos-para-Estudiantes-qj17kvc2iatza1w		Reconoce los elementos que originan un conflicto escolar. Propone soluciones pacíficas y realistas ante situaciones conflictivas. Demuestra empatía y respeto en la resolución de desacuerdos.		Resolución de casos en grupo Evaluación formativa Guía de análisis de conflictos Participación en juego de roles Observación directa Rúbrica de desempeño

Promover una cultura de entendimiento y cooperación dentro de la comunidad educativa, reduciendo conductas violentas y favoreciendo la cohesión social.	Discusión dirigida: Espacios donde los estudiantes expresan sus opiniones y soluciones. Técnica del semáforo emocional: Identificar niveles de tensión emocional y elegir respuestas adecuadas.	Dinámica: https://www.youtube.com/watch?v=MPWY76xw_8Y Hojas guía de análisis. Aula equipada para trabajo grupal.	Participa activamente en simulaciones y reflexiones grupales.	Debate reflexivo sobre conflictos reales Autoevaluación y coevaluación Lista de cotejo Elaboración de compromisos de convivencia Evaluación escrita Hoja de reflexión personal.
---	---	--	---	---

Fuente: Elaboración propia

Nota. En el anexo 2 se describen las actividades y componentes de este Taller.

3.9.3 Planificación del Taller 3: Cultura de Paz

			UNIDAD EDUCATIVA “JM JIJÓN CAAMAÑO Y FLORES”				AÑO LECTIVO: 2024-2025								
PLAN DE TALLER															
1. DATOS INFORMATIVOS:5															
Docente:				Área/asignatura:				Grado/Curso:				Paralelo:			
N.º de unidad de planificación:				Título de unidad de planificación:		Taller 3: Cultura de Paz				Fecha:		Nº de horas: 3h00 (4 sesiones de 45 minutos)			
2. PLANIFICACIÓN:															
Objetivos			Estrategias metodológicas			Recursos			Indicadores de logro			Actividades de evaluación/ Técnicas / instrumentos			
Utilizar en los estudiantes música para acompañamiento de su aprendizaje, para manejo de emociones. Impulsar en los estudiantes la valoración de principios como la tolerancia, la solidaridad y la equidad, fundamentales para una convivencia pacífica. Motivar a toda la comunidad educativa a participar activamente en la construcción de un entorno			Momentos de relajación y respiración consciente: con sonidos calmantes que ayuden a regular las emociones. Aprendizaje basado en valores: Actividades centradas en el respeto, la solidaridad y la cooperación. Círculos de diálogo: Espacios seguros donde los estudiantes comparten experiencias y reflexiones.			Músicas motivacionales o relajantes. Materiales de papelería (cartulina, plumones, papelógrafos). Textos o relatos relacionados con la paz. Proyector y computador (si hay acceso). Hojas de reflexión personal.			Reconoce sus emociones a través de sonidos musicales. Muestra disposición al diálogo y la escucha activa. Participa en actividades que promueven la cooperación y la empatía. Reconoce la importancia de construir			Integración Musical Técnica: Escucha Activa Plan de Integración Musical Círculo de diálogo sobre experiencias vividas Observación directa Lista de cotejo			

escolar libre de discriminación, agresiones y exclusiones. Establecer compromisos compartidos entre estudiantes, docentes y familias para el fomento continuo de una cultura de paz que trascienda el aula y se refleje en la vida cotidiana. .	Dinámicas grupales: Juegos cooperativos para reforzar el trabajo en equipo y la tolerancia. Lectura y análisis de cuentos o casos sobre paz y violencia. Mural colaborativo de la paz: Representación artística colectiva de compromisos pacíficos.		relaciones basadas en el respeto. Formula compromisos personales orientados a la convivencia pacífica.	Creación del mural colaborativo Evaluación grupal Rúbrica de participación Reflexión escrita sobre la paz Evaluación individual Guía de preguntas reflexivas Dinámicas cooperativas Autoevaluación Registro anecdótico
--	---	--	--	---

Fuente: Elaboración propia

Nota. En el anexo 3 se describen las actividades y componentes de este Taller

3.10 Evaluación de la Propuesta

La evaluación de esta propuesta se entiende como un proceso dinámico y reflexivo que permitirá medir la adecuación y el impacto de los talleres diseñados para impulsar la salud emocional de los estudiantes de Décimo Año. Aunque la intervención aún no ha sido implementada, se han establecido instrumentos y procedimientos que garantizan un seguimiento sistemático, centrado en el desarrollo integral del alumno y en la consolidación de sus competencias socioemocionales.

La propuesta contempla una evaluación formativa y participativa, basada en la observación directa de las interacciones grupales, el uso de rúbricas y listas de cotejo, y la recopilación de evidencias escritas como: reflexiones personales, compromisos asumidos y registros anecdóticos; gracias a estas herramientas, se valorará no solo la asimilación de los conceptos trabajados, sino también el grado de implicación, la autorregulación emocional y la calidad de las relaciones interpersonales que establezcan los estudiantes.

Además, se promoverán prácticas de autoevaluación y coevaluación entre los participantes, con el fin de desarrollar su pensamiento crítico, reconocer fortalezas y detectar áreas de oportunidad. Este enfoque refuerza la autonomía y la responsabilidad de cada estudiante en la construcción de un clima escolar pacífico.

En última instancia, la evaluación servirá como motor de retroalimentación: permitirá redefinir estrategias, optimizar recursos y asegurar que los objetivos planteados respondan fielmente a las necesidades emocionales de la comunidad educativa, consolidando un entorno más humano, colaborativo y respetuoso.

La evaluación de la propuesta se concibe como un proceso reflexivo y continuo que permitirá valorar la pertinencia y efectividad de los talleres diseñados para el fortalecimiento de la salud emocional en los estudiantes de Décimo Año; si bien la intervención aún no ha sido ejecutada, se han previsto mecanismos que faciliten el seguimiento y mejora del proceso, priorizando el aprendizaje integral del estudiante y su desarrollo socioemocional.

Se propone una evaluación formativa y participativa, la cual incluye la observación directa de las dinámicas grupales, la aplicación de rúbricas y listas de cotejo,

y la recolección de evidencias escritas como reflexiones, compromisos personales y registros anecdóticos; estas herramientas permitirán valorar no solo el nivel de comprensión de los contenidos abordados, sino también el grado de implicación, autorregulación emocional y relaciones interpersonales de los estudiantes.

A su vez, se contempla la autoevaluación y coevaluación como prácticas que promueven la conciencia crítica y el reconocimiento de fortalezas y aspectos a mejorar en cada participante, este enfoque fomenta la autonomía emocional, la responsabilidad y el compromiso con la convivencia pacífica.

Finalmente, la evaluación se proyecta como una vía para retroalimentar el proceso, ajustar futuras estrategias de intervención y garantizar que los objetivos trazados respondan verdaderamente a las necesidades emocionales de los estudiantes y al fortalecimiento de un ambiente escolar más humano y armonioso.

Con miras al siguiente ciclo escolar, se sugiere, retomar las actividades planteadas de manera continua, incorporando las observaciones y sugerencias recogidas al finalizar cada bloque de talleres; de este modo, se fomentará un verdadero proceso de mejora progresiva: las ideas surgidas en cada sesión servirán para ajustar el diseño, enriquecer los contenidos y reforzar las dinámicas que demuestren mayores resultados en el ámbito del bienestar emocional y la convivencia armónica.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

La presente investigación permitió evidenciar, desde la práctica docente y el rol de tutoría, una problemática latente relacionada con la salud emocional de los estudiantes de décimo año de la Unidad Educativa JM Jijón Caamaño y Flores, a través de entrevistas informales, reportes institucionales y la observación directa de conductas conflictivas como: peleas clandestinas organizadas por los propios estudiantes, revanchismos se logró identificar patrones preocupantes vinculados a la falta de habilidades para la gestión emocional y la resolución pacífica de conflictos; estas manifestaciones, lejos de fortalecer la convivencia, reflejan un deterioro en las relaciones interpersonales y una débil conciencia colectiva frente a la violencia escolar.

Ante esta situación, se diseñó una propuesta didáctica que no solo responde a los objetivos de la investigación, sino que constituye una herramienta estratégica que, de ser implementada, podría generar cambios positivos en el ambiente escolar. Aunque no se contó con un diagnóstico cuantitativo riguroso mediante encuestas o fichas evaluativas, los insumos recogidos en la práctica docente aportaron evidencia suficiente para justificar la intervención propuesta, para mejorar la convivencia escolar, prevenir actos de violencia y fomentar una cultura de paz sostenible dentro del entorno educativo.

La salud emocional de los adolescentes es un factor determinante tanto para su bienestar integral como para la calidad de la convivencia escolar: los estudios coinciden en que la falta de competencias socioemocionales (autorregulación, empatía, resolución pacífica de conflictos) incrementa la incidencia de tensiones y comportamientos agresivos en el aula:

Por lo tanto, la educación emocional es una necesidad prioritaria en el ámbito escolar, especialmente en el nivel de Décimo Año, donde los adolescentes enfrentan múltiples cambios emocionales, sociales y académicos, a través de los talleres planificados, se pretende trabajar la gestión emocional para favorecer significativamente el bienestar individual y colectivo de los estudiantes.

El marco teórico integra aportes de la inteligencia emocional, el aprendizaje socioemocional y la neurociencia aplicada al aula, demuestra que las intervenciones formativas sobre emociones no sólo elevan el rendimiento académico, sino que actúan

como elemento protector frente a la violencia escolar y fortalecen el sentido de pertenencia y solidaridad entre pares.

La planificación de los talleres representa un primer paso hacia la promoción del bienestar emocional en los estudiantes, a través de estas estrategias, se busca preparar el camino para que, al ser aplicadas, los estudiantes desarrollen habilidades para identificar y manejar sus emociones de manera consciente, con ello, se pretende favorecer la construcción de vínculos positivos entre compañeros, lo que a futuro podría reflejarse en un ambiente escolar más armonioso y con menos conflictos en la Unidad Educativa “JM Jijón Caamaño y Flores”.

La implementación de actividades prácticas como dinámicas grupales, juegos de roles y círculos de diálogo permitirá a los estudiantes expresar sus emociones, reflexionar sobre sus comportamientos y desarrollar habilidades como la empatía, la autorregulación y la comunicación asertiva, que son fundamentales para la construcción de una cultura de paz en el aula.

El involucramiento activo del docente tutor y del Departamento de Consejería Estudiantil (DECE) es esencial para el desarrollo exitoso de la propuesta, demostrando que la educación emocional no debe recaer exclusivamente en una asignatura, sino que debe integrarse de forma transversal en el quehacer educativo.

En conjunto, la investigación reafirma que intervenir en la dimensión emocional durante la etapa de décimo año, es clave por la transición hacia la adolescencia plena; es esencial para construir una cultura escolar basada en el respeto y la paz; este hallazgo justifica el desarrollo de propuestas educativas específicas que promuevan dichas competencias en todos los actores de la comunidad. Este enfoque busca sentar las bases para que, en un futuro desarrollo de las actividades, se generen relaciones más respetuosas y saludables entre compañeros, lo que potencialmente contribuirá a mejorar el clima escolar y a reducir la aparición de conflictos.

RECOMENDACIONES

Incorporar el aprendizaje socioemocional en el currículo de la Unidad Educativa JM Jijón Caamaño y Flores, a partir del diagnóstico que evidenció carencias en la gestión emocional de los estudiantes de décimo año, se recomienda diseñar actividades de

inteligencia emocional e integrarlas en todas las asignaturas (lengua, ciencias, matemáticas, tutoría) de modo que la autorregulación, la empatía y la comunicación asertiva se trabajen de forma continua y contextualizada a las realidades locales de Amaguaña.

Socializar la propuesta en la Unidad Educativa, presentar la planificación de los talleres a docentes, directivos y familias, para lograr una comprensión compartida de sus objetivos y fomentar un compromiso colectivo en su ejecución.

Brindar formación continua al personal docente, capacitar a los docentes en educación emocional, técnicas de acompañamiento socioemocional y estrategias de mediación de conflictos, para que puedan desarrollar los talleres con seguridad y sensibilidad.

Establecer un sistema de monitoreo emocional trimestral; vinculado a la propuesta de intervención, implementar encuestas breves y escalas de autoevaluación al inicio y al final de cada trimestre, lo cual permitirá medir avances en competencias emocionales y detectar a tiempo a quienes requieran acompañamiento adicional, asegurando un seguimiento acorde al plan de trabajo diseñado.

Fomentar la colaboración del entorno familiar, como aspecto clave para reforzar fuera del aula lo aprendido en los talleres, por lo que se aconseja incluir espacios de diálogo y formación para padres y madres; para continuar con el lineamiento de alcanzar una cultura de paz. Así se proponen las siguientes recomendaciones a nivel institucional:

- Implementar programas permanentes de educación emocional dentro del currículo escolar, enfocados en el desarrollo de habilidades como la autorregulación, la empatía y la resolución pacífica de conflictos, como estrategia clave para mejorar la convivencia y fomentar una cultura de paz.
- Capacitar de forma continua a los docentes en competencias socioemocionales y en metodologías activas que les permitan gestionar adecuadamente los conflictos escolares y acompañar el desarrollo emocional de sus estudiantes.
- Involucrar a las familias y a la comunidad educativa en procesos formativos que promuevan el diálogo, el respeto mutuo y el trabajo colaborativo como base para construir entornos seguros y saludables para los adolescentes.

- Fortalecer los liderazgos estudiantiles mediante espacios de participación, reflexión y acción que permitan a los jóvenes asumir un rol activo en la promoción de la sana convivencia.

En cuanto a líneas futuras de investigación y limitaciones, este estudio presenta ciertas limitaciones que deben considerarse; en primer lugar, se trata de un trabajo con enfoque cualitativo y alcance local, por lo que sus resultados no pueden generalizarse a otros contextos educativos sin una validación adicional, asimismo, el tiempo limitado y los recursos institucionales disponibles restringieron la posibilidad de aplicar un programa de intervención más amplio o evaluar su sostenibilidad a largo plazo.

En este sentido, se recomienda que futuras investigaciones:

- Exploren el impacto a largo plazo de programas de educación emocional en diversas instituciones educativas, incluyendo variables como el rendimiento académico, la salud mental y la disminución de la violencia escolar.
- Diseñen estudios mixtos que integren técnicas cualitativas y cuantitativas para obtener una visión más completa del fenómeno de la convivencia escolar.
- Profundicen en el rol de las familias y el entorno comunitario en la formación emocional de los estudiantes, analizando cómo su participación puede fortalecer o limitar las estrategias institucionales.
- Consideren el uso de tecnologías y herramientas digitales como apoyo en la educación emocional y la formación en cultura de paz, especialmente en contextos rurales o con acceso limitado a recursos.

Estas futuras líneas permitirán ampliar el conocimiento sobre la relación entre salud emocional y convivencia, así como generar propuestas educativas más eficaces y sostenibles.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Baena-Extremuera, A., Gómez-López, M., & Granero-Gallegos, A. (2019). *Hábitos saludables y su impacto en el bienestar emocional de los estudiantes: Un análisis desde la educación física*. *Revista de Psicología del Deporte*, 28(2), 45-52.
- Bisquerra, R. (2003). *Educación emocional*. Barcelona: Paidós.
- Bisquerra, R. (2011). *Competencias emocionales: Propuestas para su desarrollo en el ámbito educativo*. Madrid: EOS.
- Bisquerra, R. (2011). La educación emocional en la práctica. *Revista de Educación*, (356), 7-25.
- Bisquerra, R. (2015). *La educación emocional en la familia y la escuela*. Editorial Síntesis.
- Brackett, M. A., & Katulak, N. A. (2007). Inteligencia emocional en el aula: Formación basada en habilidades para docentes y estudiantes. In J. Ciarrochi & J. D. Mayer (Eds.), *Aplicación de la inteligencia emocional: Guía práctica* (pp. 1-27). Psychology Press.
- Campillo, C. (2023). *Educación emocional: una propuesta necesaria en educación secundaria para el desarrollo integral del alumnado*. Tesis de Maestría, Universidad de Murcia, España.
- Capra, F. (2002). *La trama de la vida: Una nueva visión de los sistemas vivos*. Barcelona: Anagrama.
- Capra, F. (2002). *Las conexiones ocultas: Ciencia para una vida sostenible*. Editorial Anagrama.
- Carmen Liliana Miranda Rosas. (2022). “Aproximación teórica desde la pedagogía para una cultura de paz en la educación secundaria enfocada en la formación de líderes educativos” (Tesis de Maestría). Universidad de Santander, Colombia.

- Chávez, M. F. (2022). *La convivencia escolar y la inteligencia emocional en los estudiantes de décimo año de educación general básica de la Unidad Educativa "Simón Bolívar", Quito, Ecuador* [Tesis de pregrado, Universidad].
- Damasio, A. (2003). *Looking for Spinoza: Joy, sorrow, and the feeling brain*. Orlando: Harcourt.
- Delors, J. (1996). *La educación encierra un tesoro: Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI*. UNESCO, Paris
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). *El impacto de mejorar el aprendizaje socioemocional de los estudiantes: un metaanálisis de intervenciones universales en la escuela*, *Child Development*, 82(1), 405–432. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>
- Elisa Martín Pérez. (2023). "Programas de Educación Emocional para la Salud Mental a Nivel Escolar en España" (Tesis de Doctorado). Universidad de Barcelona, España.
- Erikson, E. H. (1968). *Identidad: Juventud y crisis*. W. W. Norton & Company. <https://es.scribd.com/document/493752824/Erikson-Erik-H-Identidad-Juventud-Y-Crisis>
- Fernández Tilve, M. D. (2024). *Motivación escolar e inteligencia emocional en adolescentes: Un estudio correlacional en educación secundaria*. Tesis Doctoral, Universidad de Santiago de Compostela, España.
- Fernández, A. (2017). *Liderazgo educativo y convivencia democrática*. Bogotá: Ediciones Uniandes.
- Fernández, M. (2019). *Programas de mediación escolar y su impacto en la reducción de la violencia estudiantil*. *Psicología y Educación*, 12(1), 34-49
- Fernández, T. (2017). Liderazgo educativo y convivencia escolar: Hacia una comunidad de aprendizaje. *Revista Iberoamericana de Educación*, 75(2), 45-60.

- Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. (2005). La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde la psicología positiva. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*, 8(20), 1-6.
- Freire, P. (1970). *Pedagogía del oprimido*. Siglo XXI Editores.
- Fundesplai. (s. f.). *70 cuentos y cómics por la Paz* [Recopilación digital]. Recuperado de <https://escoles.fundesplai.org/es/blog-es/recursos-es/70-cuentos-y-comics-por-la-paz-denip/>
- Galtung, J. (1996) *Paz por medios pacíficos: Paz y conflicto, desarrollo y civilización*. Instituto Internacional de Investigación para la Paz de Oslo. SAGE Publications.
- Gloria Patricia Niño Gallo. (2022). “Conflicto escolar, abordaje en la convivencia escolar en estudiantes de básica secundaria en Colombia” (Tesis de Maestría). Universidad Pedagógica Nacional, Colombia.
- Goleman, D. (1995). Regulación de las emociones: consecuencias afectivas, cognitivas y sociales. Barcelona: Kairós.
- González, J., & Pérez, M. (2020). Educación y salud: Estrategias para fomentar hábitos saludables en adolescentes. Editorial Universitaria.
- Gross, J. J. (2002). Regulación de las emociones: consecuencias afectivas, cognitivas y sociales, 39(3), 281–29.
- Hoffman, M. L. (2000). Empatía y desarrollo moral: implicaciones para el cuidado y la justicia. Cambridge University Press.
- Human Rights Watch. (2020, diciembre 9). *Ecuador: Altos niveles de violencia sexual en las escuelas*. <https://www.hrw.org/es/news/2020/12/09/ecuador-altos-niveles-de-violencia-sexual-en-las-escuelas>
- Immordino-Yang, M. H., & Damasio, A. (2007). Sentimos, luego aprendemos: La relevancia de la neurociencia afectiva y social para la educación.1(1), 3–10.

Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC). (2020). *Estadísticas educativas y sociales*. <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/>

Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC). (2022). *Impacto de la pandemia en la educación en Ecuador*. Recuperado de: <https://www.ecuadorencifras.gob.ec>

Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC). (2022). *Informe sobre salud mental en jóvenes post-pandemia*. Quito, Ecuador.

Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. (2022). *Estadísticas sobre consultas relacionadas con salud mental en jóvenes en el Ecuador*. INEC.

Jennings, P. A., & Greenberg, M. T. (2009). Valoración del programa de educación emocional para docentes (MADEMO). *Review of Educational Research*, 79(1), 491–525.

Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (1996). Programas de resolución de conflictos y mediación entre pares en escuelas primarias y secundarias: una revisión de la investigación, 96(1), 47–69.

La Clase de Apoyo. (s. f.). *Cuentos sobre la Paz para Adolescentes*. Recuperado de <https://laclasedeapoyo.es/cuentos-sobre-la-paz-para-adolescentes/>

LeDoux, J. (1998). *El cerebro emocional: Los misteriosos fundamentos de la vida emocional*. Simon & Schuster. <https://policyexamination.com/2024/11/26/el-cerebro-reptiliano-claves-de-nuestra-condicion-humana/>

López, R., & Ramírez, P. (2017). La convivencia escolar y la resolución de conflictos en adolescentes. *Revista de Educación y Sociedad*, 34(2), 78-95.

Louv, R. (2005). *Last child in the woods: Saving our children from nature-deficit disorder*. Algonquin Books. (En español: Louv, R. (2006). *Los últimos niños en el bosque: Salvemos a nuestros hijos del trastorno por déficit de naturaleza*. Editorial Capitán Swing o similar, según la edición).

- Louv, R. (2005). *Last child in the woods: Saving our children from nature-deficit disorder*. Algonquin Books. (En español: Louv, R. (2006). *Los últimos niños en el bosque: Salvemos a nuestros hijos del trastorno por déficit de naturaleza*. Editorial Capitán Swing o similar, según la edición).
- Martín Pérez, E. (2023). *Programas de educación emocional para la salud mental a nivel escolar en España. Una revisión bibliográfica*. Universidad de Valladolid.
- Martos, A., & Mula, J. (2022). *Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de educación secundaria: El papel de la educación emocional*. Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 25(1), 91-104. <https://doi.org/10.6018/reifop.470901>
- Martos, A., & Mula, J. (2022). *Efectos de una intervención en educación emocional sobre el bienestar del alumnado de primaria y secundaria*. Revista de Investigación Educativa, 40(2), 421-437. <https://doi.org/10.6018/rie.470901>
- Meadows, D. H., Meadows, D. L., Randers, J., & Behrens, W. W. (1972). *The limits to growth*. Universe Books. (En español: Meadows, D. H., Meadows, D. L., Randers, J., & Behrens, W. W. (1972). *Los límites del crecimiento*. Fondo de Cultura Económica).
- Meadows, D. H., Meadows, D. L., Randers, J., & Behrens, W. W. (1972). *The limits to growth*. Universe Books. (En español: Meadows, D. H., Meadows, D. L., Randers, J., & Behrens, W. W. (1972). *Los límites del crecimiento*. Fondo de Cultura Económica).
- Ministerio de Educación del Ecuador. (2022). *Reporte de casos de ansiedad, depresión y estrés en estudiantes de educación básica y bachillerato*. Quito, Ecuador.
- Ministerio de Educación del Ecuador. (s.f.). *Reportes sobre salud emocional en estudiantes de educación básica y bachillerato*. Ministerio de Educación del Ecuador.
- Ministerio de Salud Pública del Ecuador (MSP). (2022). *Consultas de salud mental en Ecuador post COVID-19*. Recuperado de: <https://www.primicias.ec>

- Ministerio de Salud Pública del Ecuador (MSP). (2022). *Estadísticas de consultas de salud mental en adolescentes* (enero–julio, 2020-2022). Quito, Ecuador.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (1999). *Habilidades para la vida: Promoción del bienestar y prevención de problemas de salud mental*. Ginebra: OMS.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2021). *Estrategias globales sobre alimentación, actividad física y salud en jóvenes*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Ortega, E. (2000). *Convivencia escolar y prevención de la violencia*. Madrid: Narcea.
- Ortega, R. (2000). La convivencia escolar: Un reto para la comunidad educativa. *Revista de Educación*, (322), 23-39.
- Puig, J. M. (2005). *La construcción de la convivencia: Teoría y práctica*. Graó.
- Puig, L. (2005). *Normas de convivencia en los centros educativos*. Barcelona: Graó.
- Rogers, C. R. (1961). *El proceso de convertirse en persona* (trad. de texto). Paidós.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). La Teoría de la autodeterminación y la facilitación intrínseca, el Desarrollo social y el bienestar. *American Psychologist*, 55(1), 68–78.
- rz100arte.com. (s. f.). *Lou: Un corto contra el bullying*. Recuperado de <https://rz100arte.com/lou-un-corto-contr-el-buling/>
- Sachs, J. D. (2015). *La era del desarrollo sostenible*. Fondo de Cultura Económica.
- SciELO Ecuador. (2021). *Violencia sexual en entornos educativos de Ecuador*. Recuperado de: <https://scielo.senescyt.gob.ec>
- Secretaría de Educación del Distrito Metropolitano de Quito. (2020). *Datos de convivencia y salud emocional en estudiantes de básica y bachillerato*. Quito, Ecuador.

Secretaría de Educación del Distrito Metropolitano de Quito. (s.f.). *Reportes sobre ansiedad, depresión y convivencia escolar en adolescentes*. Secretaría de Educación.

Slavin, R. E. (2011). Construir el éxito académico sobre la base del aprendizaje social y emocional: ¿Qué dice la investigación? we need to know. *Contemporary Education*
□ Sachs, J. D. (2015). *La era del desarrollo sostenible*. Fondo de Cultura Económica.

Tedesco, J. C. (2015). *La educación en tiempos de cambio: Nuevas perspectivas para el siglo XXI*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.

Tucuentofavorito.com. (s. f.). *La paz perfecta: Cuento para adolescentes y adultos*. Recuperado de <https://tucuentofavorito.com/la-paz-perfecta-cuento-para-adolescentes-y-adultos/>

Ulrich, R. S. (1984). View through a window may influence recovery from surgery. *Science*, 224(4647), 420–421. <https://doi.org/10.1126/science.6143402>

UNESCO. (1999). *Declaración y Programa de Acción sobre una Cultura de Paz*. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura.

UNESCO. (1999). *La educación encierra un tesoro* (Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI, J. Delors, Ed.). París: UNESCO.

Unesco. (2020). *Educación para la paz: Una guía para docentes y educadores*. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000373568>

UNICEF Ecuador. (2022). *Datos sobre acoso escolar en Ecuador*. Recuperado de: <https://www.unicef.org/ecuador/comunicados-prensa/1-de-cada-5-estudiantes-ha-sufrido-de-acoso-escolar-en-el-ecuador>

UNICEF Ecuador. (2023, mayo 3). *1 de cada 5 estudiantes ha sufrido de acoso escolar en el Ecuador*. <https://www.unicef.org/ecuador/comunicados-prensa/1-de-cada-5-estudiantes-ha-sufrido-de-acoso-escolar-en-el-ecuador>

Universidad San Francisco de Quito. (2023). *Proyecto de Salud Integral Amaguaña*.
<https://www.usfq.edu.ec/en/node/4679>

Vaello, J. (2018). *Cómo gestionar la convivencia en el aula: Estrategias para prevenir la violencia escolar*. Editorial Graó.

World Vision Ecuador. (2022). *Salud mental en niños, niñas y adolescentes en Ecuador*.
Recuperado de: <https://worldvisionamericalatina.org>

YouTube. (s. f.). *¿Os preocupa la violencia? A Mi Yo Adolescente. Episodio 9*.
Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=Nf_TbdEWea4

YouTube. (s. f.). *La cultura de paz y no violencia*. Recuperado de
<https://www.youtube.com/watch?v=W9KE3Zpsero>

YouTube. (s. f.). *Rompiendo el Ciclo: Prevención de la Violencia en Adolescentes*.
Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=Yw-HGfqmOZA>

Zins, J. E., Bloodworth, M. R., Weissberg, R. P., & Walberg, H. J. (2004). La base científica que vincula el aprendizaje socioemocional con el éxito escolar. In J. E. Zins, R. P. Weissberg, M. C. Wang, & H. J. Walberg (Eds.), *Construir el éxito académico sobre la base del aprendizaje social y emocional: ¿Qué dice la investigación?* (pp. 3-22). Teachers College Press.

ANEXO 1: Actividades para el Taller 1

1. “Ruleta de las Emociones”

 **Hola chicos y chicas:** hoy vamos a hacer una actividad diferente y muy especial. Vamos a girar **la Ruleta de Emociones**, una herramienta divertida que nos ayudará a conocernos mejor, expresar lo que sentimos y entender también cómo se sienten los demás.

 Cada vez que la ruleta se detenga en una emoción, hablaremos sobre esa emoción: cuándo la hemos sentido, cómo la expresamos y qué podemos hacer cuando aparece; expresarla y gestionarla de manera saludable.

 No hay respuestas buenas o malas, aquí venimos a compartir, a escucharnos y sobre todo a aprender a ser más conscientes de lo que sentimos.

 Recuerden: comprender nuestras emociones nos hace más fuertes, más empáticos y nos ayuda a convivir mejor con los demás.

 ¡Así que vamos a divertirnos, a compartir y a conocernos mejor con esta ruleta que tiene mucho que enseñarnos!

Recuerden, todas las emociones son válidas y forman parte de nuestra experiencia humana; lo importante es aprender a reconocerlas y manejarlas adecuadamente.; así que, ¡prepárense para girar la ruleta y descubrir el impresionante mundo de las emociones!

https://www.canva.com/design/DAGkpPfvfBE/EH9qautSr_iGk0uF-TtaFA/edit?utm_content=DAGkpPfvfBE&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

2. Test de Identificación de Emociones

Propósito:

Evaluar de manera diagnóstica y formativa el nivel de reconocimiento y comprensión emocional de los estudiantes de décimo año, como base para el desarrollo de habilidades socioemocionales.

Tipo de Evaluación:

Diagnóstica: para conocer el punto de partida de los estudiantes.

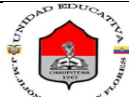
Formativa: para observar el progreso durante el taller.

Técnica:

Cuestionario escrito con preguntas cerradas y abiertas.

Instrumento:

Test de identificación de emociones (cuestionario impreso o digital).

	UNIDAD EDUCATIVA "JM JIJÓN CAAMAÑO Y FLORES" Test de identificación de emociones	AÑO LECTIVO:
PROPÓSITO:	Evaluar de manera diagnóstica y formativa el nivel de reconocimiento y comprensión emocional de los estudiantes de décimo año, como base para el desarrollo de habilidades socioemocionales.	
TIPO DE EVALUACIÓN:	DIAGNÓSTICA	FORMATIVA
Parte 1: Identificación Básica de Emociones (señala con una X tu elección)		
¿Cuál de las siguientes imágenes representa una emoción de tristeza ?		
a) 		c) 
b) 		d) 
¿Qué emoción sientes cuando alguien te felicita?		
a) Miedo		c) Enojo
b) Alegría		d) Vergüenza
Parte 2: Comprensión emocional (respuesta corta)		
Escribe una situación en la que te hayas sentido molesto/a . ¿Qué hiciste para manejar esa emoción? 		
¿Qué crees que siente una persona cuando está sola y nadie la escucha? 		
¿Cómo podrías ayudarla? 		
Parte 3: Autorreflexión emocional (escala Likert)		
Cuando me siento triste, sé cómo expresarlo		
Siempre A veces Nunca		
Me doy cuenta de cómo se sienten mis compañeros		
Siempre A veces Nunca		
 Criterios de evaluación:		
✓ Reconoce adecuadamente emociones básicas en expresiones faciales o contextos. ✓ Explica con claridad situaciones personales relacionadas con emociones. ✓ Muestra disposición para reflexionar sobre sus emociones y las de otros. ✓ Participa con sinceridad y respeto durante el desarrollo del test.		

3. Lista de Cotejo - dinámica ruleta de emociones

	UNIDAD EDUCATIVA “JM JIJÓN CAAMAÑO Y FLORES” Lista de Cotejo: Dinámica “La Ruleta de Emociones”	AÑO LECTIVO:	
Nombre del estudiante: _____ Curso: Décimo Año Fecha: _____ Duración de la actividad: 45 minutos (hora de tutoría)			
Criterios de Evaluación	Sí	No	Observaciones
Participa activamente en la dinámica al girar la ruleta.			
Reconoce y nombra adecuadamente la emoción en la que se detiene la ruleta.			
Comparte una experiencia personal relacionada con la emoción seleccionada.			
Escucha con respeto y atención las intervenciones de sus compañeros.			
Muestra empatía al opinar sobre las emociones de los demás.			
Identifica cómo puede gestionar o expresar adecuadamente la emoción trabajada.			
Usa un lenguaje respetuoso y reflexivo al expresar sus sentimientos.			
Demuestra interés en aprender sobre sus emociones y las de los demás.			

Interpretación de resultados:	
Intervalo	Interpretación
6 a 8 criterios marcados como “Sí”:	Participación adecuada y desarrollo favorable de habilidades socioemocionales.
4 a 5 criterios “Sí”:	Participación media, se recomienda seguimiento.
Menos de 4 “Sí”:	Requiere acompañamiento más cercano y refuerzo emocional.

4. Técnicas de Relajación y Respiración Consciente.

	UNIDAD EDUCATIVA "JM JIJÓN CAAMAÑO Y FLORES" Técnicas de Relajación y Respiración Consciente	AÑO LECTIVO:
1. Respiración 4-4-4 (Caja o cuadrado)		
Objetivo: Ayudar a los estudiantes a calmarse y centrarse. Instrucciones: ✓ Inhalar suavemente por la nariz contando hasta 4. ✓ Mantener el aire en los pulmones durante 4 segundos. ✓ Exhalar lentamente por la boca contando hasta 4. ✓ Repetir el ciclo por 3 a 5 minutos. Aplicación en el aula: Antes de iniciar una actividad reflexiva o después de una situación estresante.		
2. Relajación muscular progresiva (adaptada)		
Objetivo: Liberar tensiones físicas y mentales. Instrucciones: ✓ Sentados cómodamente, cerrar los ojos. ✓ Guiar a los estudiantes para que tensen y luego suelten diferentes partes del cuerpo (manos, brazos, hombros, piernas). ✓ Acompañar con respiración lenta y profunda. Duración: 5 a 7 minutos.		
3. Visualización guiada		
Objetivo: Crear un espacio mental de calma y seguridad. Instrucciones: ✓ Pedir a los estudiantes cerrar los ojos y escuchar con atención. ✓ Narrar una breve historia relajante: un bosque, una playa tranquila, una nube suave, etc. ✓ Invitar a imaginar olores, sonidos y sensaciones agradables. Ejemplo de frase guía: <i>"Imagina que estás en un lugar tranquilo, escuchas el sonido del mar... sientes el calor del sol en tu piel..."</i>		
La respiración del globo		
Objetivo: Tomar conciencia de la respiración. Instrucciones: ✓ Sentados con la espalda recta, imaginar que el abdomen es un globo. ✓ Inhalar por la nariz inflando el "globo" (el abdomen se expande). ✓ Exhalar lentamente desinflando el "globo". ✓ Repetir 5 veces. Duración: 3 minutos.		

5. Rúbrica de Autoevaluación

	UNIDAD EDUCATIVA “JM JIJÓN CAAMAÑO Y FLORES” Rúbrica de Autoevaluación – Taller 1: Educación Emocional			AÑO LECTIVO:
Esta rúbrica permite que los estudiantes reflexionen sobre su participación y el desarrollo de habilidades emocionales durante el Taller 1. Deben marcar con una 'X' la casilla que mejor represente su nivel de desempeño.				
Criterios	Excelente (4)	Bueno (3)	Regular (2)	Necesita mejorar (1)
Reconocí y expresé adecuadamente mis emociones.				
Mostré empatía hacia las emociones de mis compañeros.				
Participé activamente en las actividades del taller.				
Escuché con atención y respeto a los demás.				
Apliqué estrategias de autorregulación emocional.				

ANEXO 2: Actividades para el Taller 2

1. Ficha de Casos Prácticos

	UNIDAD EDUCATIVA "JM JIJÓN CAAMAÑO Y FLORES" Ficha de Casos Prácticos - Situaciones de Conflicto	AÑO LECTIVO:
A continuación, se presentan 8 casos que deberán ser analizados por los estudiantes en grupos, utilizando herramientas de diálogo y reflexión.		
Caso 1: Un grupo de estudiantes excluye a un compañero en las actividades de grupo por no estar de acuerdo con sus ideas. 1. ¿Qué ocurrió en el caso? Describir brevemente el conflicto presentado. ¿Quiénes están involucrados?		
Caso 2: Dos estudiantes discuten constantemente durante las clases porque tienen diferentes maneras de trabajar. 2. ¿Qué emociones experimentan los involucrados? Identificar cómo se sienten las personas en el conflicto (tristeza, enojo, miedo, frustración, etc.).		
Caso 3: Un estudiante se burla de otro por sus emociones, provocando incomodidad en el aula. 3. ¿Qué causas originaron el conflicto? Analizar qué motivó el problema: ¿fue por falta de comunicación, falta de respeto, exclusión, prejuicios, etc.?		
Caso 4: Se produce un malentendido entre dos amigas que termina en una pelea verbal. 4. ¿Cómo podría haberse evitado el conflicto? Reflexionar sobre acciones que podrían haber prevenido la situación.		
Caso 5: Un estudiante se siente excluido porque sus compañeros no lo eligen para participar en un juego en el patio. Esto afecta su estado de ánimo y su disposición a socializar. 5. ¿Qué solución propondría tu grupo para resolver este conflicto de manera pacífica? Presentar una propuesta de resolución basada en el respeto, la empatía y el diálogo.		
Caso 6: En una dinámica de aula, una estudiante acusa a otro de haber copiado su trabajo, lo cual genera tensión y división entre los compañeros. 6. ¿Qué valores se deben fortalecer para evitar conflictos similares? Mencionar valores como la tolerancia, el respeto, la cooperación, la empatía, etc.		
Caso 7: Dos estudiantes discuten porque uno de ellos ha difundido un rumor en redes sociales. La discusión pasa del entorno virtual al aula. 7. ¿Qué aprendiste del análisis de este caso? Reflexión personal o grupal sobre lo que se puede aplicar en la vida diaria.		
Caso 8: En una presentación grupal, un estudiante reclama que hizo todo el trabajo y que sus compañeros no contribuyeron, lo que genera una confrontación en clase. 8. ¿Qué aprendiste del análisis de este caso? Reflexión personal o grupal sobre lo que se puede aplicar en la vida diaria.		

2. Guía de Análisis de Conflictos

	UNIDAD EDUCATIVA "JM JIJÓN CAAMAÑO Y FLORES" Guía de Análisis de Conflictos - Instrumento de Evaluación			AÑO LECTIVO:
Ítem de Análisis	Sí	Parcialmente	No	Observaciones
El grupo identificó correctamente el problema.				
Reconocieron a los involucrados y sus emociones.				
Proponen soluciones viables y respetuosas.				
Todos los integrantes participaron activamente.				
Aplicaron empatía y pensamiento crítico.				

Criterios de Evaluación (Formativa)

Participación activa en el grupo.

Capacidad para identificar emociones y consecuencias del conflicto.

Calidad de las propuestas de solución

Nivel de reflexión y argumentación durante la exposición.

3. Rúbrica de Desempeño - Juego de Roles

	UNIDAD EDUCATIVA “JM JIJÓN CAAMAÑO Y FLORES” Rúbrica de Desempeño – Juego de Roles: Resolución de Conflictos			AÑO LECTIVO:
Evaluación mediante observación directa de la participación en dinámicas de juego de roles enfocadas en la resolución de conflictos.				
Criterio	Excelente (4 puntos)	Bueno (3 puntos)	Aceptable (2 puntos)	Insuficiente (1 punto)
Comprensión del conflicto	Comprende claramente el conflicto, identifica causas y consecuencias, y lo expresa con claridad en el juego de roles.	Identifica el conflicto y sus causas, aunque con alguna imprecisión.	Tiene dificultades para explicar el conflicto, pero intenta participar.	No comprende el conflicto ni logra representar la situación.
Desempeño en el rol asignado	Representa su rol con naturalidad, empatía y coherencia con el conflicto planteado.	Desempeña el rol de forma adecuada, aunque con cierta rigidez o falta de expresividad.	Desempeño limitado o poco involucrado con el personaje asignado.	No se involucra ni realiza su rol durante la actividad.
Propuesta de solución al conflicto	Presenta una solución pacífica, reflexiva y viable, basada en el respeto y la empatía.	Ofrece una solución, aunque con limitaciones o poco argumentada.	Sugiere una solución poco clara o incompleta.	No ofrece soluciones o las propuestas son inapropiadas.
Trabajo en equipo y comunicación	Se comunica claramente, escucha activamente y coopera eficazmente con su grupo.	Se comunica de manera efectiva y colabora con el grupo, con algunos inconvenientes.	Tiene dificultades para comunicarse o trabajar en grupo, aunque lo intenta.	No colabora con el equipo ni respeta turnos de participación.
Expresión emocional	Muestra emociones adecuadas al rol e interpreta con expresión corporal y verbal coherente.	Expresa algunas emociones pertinentes al personaje, aunque con poca intensidad.	Su expresión emocional es limitada o poco relacionada con el conflicto.	No muestra emociones ni lenguaje corporal durante la representación.

Escala de Evaluación:	
Intervalo	Interpretación
16–20 puntos:	Desempeño sobresaliente.
11–15 puntos	Desempeño adecuado.
6–10 puntos	Nivel básico, requiere apoyo.
0–5 puntos	Desempeño deficiente, necesita intervención directa.

4. Rúbrica de Desempeño - Participación de Juego de Roles

	UNIDAD EDUCATIVA “JM JIJÓN CAAMAÑO Y FLORES” Rúbrica de Desempeño - Participación en Juego de Roles			AÑO LECTIVO:
Esta rúbrica permite evaluar la participación activa de los estudiantes durante una dinámica de juego de roles, enfocada en el manejo de conflictos escolares, empatía y habilidades comunicativas.				
Criterios	Excelente (4)	Bueno (3)	Aceptable (2)	Insuficiente (1)
Participación activa	Participa de manera entusiasta y constante durante toda la actividad.	Participa con interés y de forma regular.	Participa de manera ocasional y poco motivada.	No participa o lo hace de forma muy limitada.
Expresión verbal y corporal	Usa lenguaje claro, fluido y acorde al rol, con expresión corporal coherente.	Se expresa con claridad, aunque con poca expresividad corporal.	Presenta dificultades para expresarse y poca coherencia en el rol.	No se expresa adecuadamente ni asume el rol asignado.
Trabajo en equipo	Colabora activamente, respeta turnos y aporta ideas constructivas.	Trabaja con el grupo, aunque con poca iniciativa.	Le cuesta colaborar o se muestra pasivo.	No coopera ni respeta el trabajo del grupo.
Resolución del conflicto	Propone soluciones adecuadas y argumentadas al conflicto simulado.	Ofrece soluciones, aunque algo superficiales.	Sus propuestas son poco claras o no se relacionan con el conflicto.	No propone soluciones o no se enfoca en el problema.
Empatía y respeto	Demuestra comprensión y respeto por las emociones del otro.	Muestra respeto, aunque le cuesta empatizar.	Tiene dificultades para ponerse en el lugar del otro.	No demuestra empatía ni respeto durante la actividad.

5. Lista de Cotejo - Debate reflexivo

	UNIDAD EDUCATIVA "JM JIJÓN CAAMAÑO Y FLORES" Lista de Cotejo - Debate Reflexivo sobre Conflictos Reales		AÑO LECTIVO:	
Criterios de Evaluación	Sí	Parcialmente	No	
Participa activamente en el debate aportando ideas claras y coherentes.				
Escucha con respeto las opiniones de sus compañeros.				
Argumenta sus puntos de vista con base en experiencias o conocimientos previos.				
Muestra disposición para resolver conflictos mediante el diálogo.				
Reflexiona sobre los aprendizajes obtenidos durante el debate.				
Respeto el turno de palabra durante la actividad.				
Reconoce y valora la diversidad de opiniones en el grupo.				
Aplica habilidades emocionales para manejar desacuerdos en el diálogo.				

6. Actividad: Elaboración de Compromisos de Convivencia

Propósito:

Fomentar una cultura de paz dentro del aula mediante la construcción de compromisos individuales y colectivos que fortalezcan la convivencia armónica, el respeto mutuo y la solución pacífica de conflictos.

Desarrollo de la Actividad:

1. Contextualización del conflicto escolar: A través de una breve lectura o video, se expone una situación de conflicto común en la vida estudiantil.
2. Diálogo grupal: Se promueve la reflexión sobre las causas, consecuencias y formas de resolución pacífica del conflicto expuesto.
3. Elaboración de compromisos personales y grupales: Los estudiantes escriben una lista de compromisos que puedan aplicar en su vida escolar para fomentar una mejor convivencia (ej. evitar burlas, escuchar antes de juzgar, pedir disculpas, actuar con empatía, etc.).

7. Evaluación escrita - Resolución de Conflictos

	UNIDAD EDUCATIVA "JM JIJÓN CAAMAÑO Y FLORES" Evaluación Escrita – Resolución de Conflictos	AÑO LECTIVO:
Indicaciones: Responde con sinceridad las siguientes preguntas relacionadas con tu aprendizaje sobre la convivencia:		
Cuestionario		

1. ¿Qué actitudes dificultan la convivencia pacífica en el aula?

2. ¿Por qué es importante aprender a resolver conflictos de manera pacífica?

3. ¿Qué compromiso personal puedes asumir para mejorar la convivencia con tus compañeros?

4. Menciona una situación conflictiva que viviste en la escuela y cómo la resolviste o cómo la hubieras resuelto mejor.

5. ¿Qué aprendiste con este taller sobre la importancia del respeto mutuo?

8. Hoja de Reflexión Personal - Resolución de conflictos

	UNIDAD EDUCATIVA "JM JIJÓN CAAMAÑO Y FLORES" Hoja de Reflexión Personal – Resolución de Conflictos	AÑO LECTIVO:
Indicaciones: Responde con sinceridad las siguientes preguntas relacionadas con tu aprendizaje sobre resolución de conflictos:		
Nombre del estudiante:		
Curso:		Paralelo:
Fecha:		
Cuestionario		

1. ¿Cómo me sentí durante el desarrollo del taller?

2. ¿Pude identificar cómo reacciono frente a un conflicto?

3. ¿Qué cosas debo mejorar para ser una persona más tolerante?

4. ¿Qué compromisos asumiré desde hoy para convivir mejor con mis compañeros?

5. Escribe una frase personal que resuma tu compromiso de convivencia:

ANEXO 3: Actividades para el Taller 3

1. Plan Integración Musical

Este plan de integración musical está diseñado para acompañar el desarrollo del Taller 3: Cultura de Paz, la música, utilizada como herramienta emocional, contribuye a generar un ambiente armónico o que favorezca la reflexión, el diálogo y el trabajo colaborativo entre los estudiantes.

		UNIDAD EDUCATIVA “JM JIJÓN CAAMAÑO Y FLORES” Plan Integración Musical – Taller 3	AÑO LECTIVO:
Momento del taller	Actividad principal	Música recomendada	Propósito de la música
Inicio (5 minutos)	Bienvenida y ambientación	Bienestar & Paz Interior https://www.youtube.com/watch?v=jg2CbDRvF-E	Crear un ambiente relajado y armonioso desde el inicio.
Dinámica “La rueda emocional”	Expresión de emociones a través de colores y palabras	Música Relajante e Inspiradora https://www.youtube.com/watch?v=V2XKUf2-GsI	Estimular una atmósfera introspectiva y segura.
Círculo de diálogo (20 minutos)	Intercambio de experiencias y valores de paz	Armonía Zen https://www.youtube.com/watch?v=H2zkMTY0Lqo	Fomentar la apertura emocional y el respeto durante el diálogo.
Reflexión escrita (10 minutos)	Guía de preguntas sobre el significado de la paz	Música Terapia Relajante https://www.youtube.com/watch?v=we97wQ4psNM	Estimular la concentración y el pensamiento reflexivo.
Dinámica cooperativa (15 minutos)	Trabajo grupal para el mural colaborativo	Música Instrumental Relajante https://www.youtube.com/watch?v=UQBMk8HZEwI	Mantener la calma y la cooperación durante el trabajo colectivo.
Cierre del taller (5 minutos)	Meditación guiada o compromiso oral de paz	Música para Dormir y Relajarse https://www.youtube.com/watch?v=jg2CbDRvF-E	Finalizar con serenidad e interiorización de lo trabajado.

2. Plan de Uso de Cuentos, videos y otros medios

	UNIDAD EDUCATIVA “JM JIJÓN CAAMAÑO Y FLORES” Plan de Uso de Cuentos, videos, u otro - Taller 3	AÑO LECTIVO:	
Estrategia	Descripción	Recursos Sugeridos	Objetivos Específicos
Lectura de cuentos	Selección de cuentos que abordan temas de paz, empatía y resolución de conflictos.	- "La paz perfecta" (tucuentofavorito.com) - "70 cuentos y cómics por la Paz" (escoles.fundesplai.org) - "Cuentos sobre la Paz para Adolescentes" (laclasedeapoyo.es) - "El Regalo" (actiludis.com) - "Las piedras que hablan" (elbuholector.com)	- Fomentar la reflexión sobre la importancia de la paz y la no violencia. - Desarrollar habilidades de empatía y comprensión hacia los demás. - Promover el diálogo y la resolución pacífica de conflictos.
Visualización de videos	Proyección de videos y cortometrajes que ilustran situaciones relacionadas con la paz y la violencia.	- "Rompiendo el Ciclo: Prevención de la Violencia en Adolescente." https://www.youtube.com/watch?v=Yw-HGfqmOZA - A Mi Yo Adolescente. Episodio 9" https://www.youtube.com/watch?v=SPxLYmccEYE - "Lou" (corto contra el bullying) https://www.youtube.com/watch?v=I5dkgyfs5pU - "Construir la paz desde la escuela" https://www.youtube.com/watch?v=2uqiaEkZhsQ&list=PLi6GYbuoCtU8XW2d9OclsNt6Rqg95pkt4	- Sensibilizar sobre las diferentes formas de violencia y sus consecuencias. - Estimular la reflexión crítica sobre situaciones de conflicto. - Motivar la adopción de comportamientos pacíficos y respetuosos.

4. Círculo de Diálogo

Actividad: Círculo de diálogo sobre experiencias vividas.

Objetivo: Fomentar un espacio de reflexión grupal donde los estudiantes compartan experiencias relacionadas con la convivencia escolar, fortaleciendo la empatía y el respeto mutuo.

Metodología

Durante el círculo de diálogo, los estudiantes se sentarán en círculo y compartirán una experiencia personal relacionada con la convivencia escolar; se fomentará la escucha activa, el respeto por la palabra y la participación voluntaria, el docente actuará como facilitador, promoviendo una reflexión profunda sobre las experiencias compartidas.

Evaluación

Técnica: Observación directa

Instrumento: Lista de cotejo

5. Lista de Cotejo - Círculo de Diálogo

	UNIDAD EDUCATIVA "JM JIJÓN CAAMAÑO Y FLORES" Lista de Cotejo - Participación en el Círculo de Diálogo	AÑO LECTIVO:

CRITERIOS	Sí	No
Participa de manera respetuosa en el círculo de diálogo.		
Escucha activamente a sus compañeros.		
Expresa sus ideas y emociones con claridad.		
Muestra empatía hacia las experiencias compartidas.		
Respeto el turno de la palabra.		

6. Creación del mural colaborativo

	UNIDAD EDUCATIVA “JM JIJÓN CAAMAÑO Y FLORES” Rúbrica - Creación del mural colaborativo	AÑO LECTIVO:
---	---	---------------------

Criterios	Excelente (4 puntos)	Bueno (3 puntos)	Aceptable (2 puntos)	Insuficiente (1 punto)
Colaboración en grupo	Participó activamente en todo momento, propuso ideas y ayudó a sus compañeros.	Participó de forma regular, colaboró y compartió algunas ideas.	Su participación fue limitada, mostró poco interés en el trabajo grupal.	No participó activamente, no mostró disposición para colaborar.
Creatividad y compromiso en el diseño	Mostró gran creatividad y compromiso al representar visualmente los mensajes de paz.	Mostró creatividad aceptable, con un compromiso general en el diseño.	Creatividad limitada y escasa implicación en la elaboración visual del mural.	No se evidenció creatividad ni interés en el diseño del mural.
Responsabilidad en el cumplimiento de tareas	Cumplió con todas las tareas asignadas de manera puntual y eficiente.	Cumplió con la mayoría de tareas asignadas, aunque con cierta demora.	Cumplió parcialmente con las tareas, necesitó recordatorios constantes.	No cumplió con las tareas asignadas o se ausentó durante la actividad.
Reflexión sobre el mensaje del mural	Expresó con claridad el significado del mural y su aporte para la cultura de paz.	Expresó una idea general del mensaje, aunque con poca profundidad.	Mostró dificultad para explicar el propósito del mural.	No logró identificar el mensaje ni la intención del mural.

7. Guía de Preguntas

	UNIDAD EDUCATIVA “JM JIJÓN CAAMAÑO Y FLORES” Guía de Preguntas Reflexivas - Taller 3	AÑO LECTIVO:
---	---	---------------------

Esta guía tiene como objetivo facilitar una reflexión individual profunda sobre el valor de la paz, su importancia en la vida escolar y cotidiana, y el compromiso personal con una cultura de paz. Los estudiantes deben responder de manera honesta y personal, basándose en sus experiencias y aprendizajes.

Preguntas Reflexivas:

1. ¿Qué significa para ti vivir en paz?

2. ¿Has vivido alguna situación de conflicto en la escuela? ¿Cómo te sentiste?

3. ¿Qué acciones concretas puedes tomar para promover la paz en tu entorno escolar?

4. ¿Cómo crees que la empatía puede ayudar a resolver conflictos?

5. ¿Qué aprendiste del círculo de diálogo sobre la importancia de la paz?

6. ¿Qué emociones experimentaste al hablar o escuchar sobre experiencias de paz o conflicto?

7. ¿Cuál es tu compromiso personal para contribuir a una cultura de paz en tu escuela?

8. Dinámicas Cooperativas

Objetivo

Fomentar el trabajo en equipo, el respeto mutuo y la corresponsabilidad en la construcción de una cultura de paz.

Descripción de la actividad

Los estudiantes participarán en dinámicas lúdicas en pequeños grupos, donde deberán resolver retos que requieran comunicación asertiva, cooperación, confianza y escucha activa. Al finalizar, compartirán sus aprendizajes y emociones vividas.

Ejemplo de dinámica: “La telaraña de valores”

Con un ovillo de lana, los estudiantes lanzan el hilo a un compañero, mencionando un valor que fortalece la paz (ej. respeto, solidaridad, empatía). Se va tejiendo una red que representa cómo todos están conectados por los valores que promueven una buena convivencia.

9. Autoevaluación Taller 3

	UNIDAD EDUCATIVA “JM JIJÓN CAAMAÑO Y FLORES”	AÑO LECTIVO:
---	--	--------------

Autoevaluación Taller 3			
Ítem	Siempre (3)	A veces (2)	Nunca (1)
Participé activamente en la dinámica	☐	☐	☐
Mostré respeto hacia mis compañeros	☐	☐	☐
Colaboré con mi equipo en todo momento	☐	☐	☐
Expresé mis ideas de manera adecuada	☐	☐	☐
Escuché con atención a los demás	☐	☐	☐

10. Guía de Observación (docente)

	UNIDAD EDUCATIVA "JM JIJÓN CAAMAÑO Y FLORES"	AÑO LECTIVO:
---	--	--------------

	Guía de Observación (para el docente) - Taller 3	
Esta guía tiene como objetivo facilitar una reflexión individual profunda sobre el valor de la paz, su importancia en la vida escolar y cotidiana, y el compromiso personal con una cultura de paz. Los estudiantes deben responder de manera honesta y personal, basándose en sus experiencias y aprendizajes.		

Observaciones relevantes durante la actividad:

- ✓ Participación y actitudes cooperativas.
- ✓ Reacciones frente a conflictos del grupo.
- ✓ Reflexiones expresadas en el cierre.

Comentario del docente:

11. Registro Anecdótico

	UNIDAD EDUCATIVA “JM JIJÓN CAAMAÑO Y FLORES” Hoja de Reflexión Personal	AÑO LECTIVO:
Taller 3: Cultura de Paz y Convivencia Escolar		
Nombre del estudiante:		
Curso:	Paralelo:	
Fecha:		
Instrucciones: Lee cada pregunta con atención y responde con sinceridad, esta reflexión te ayudará a tomar conciencia sobre tu comportamiento y compromisos para una mejor convivencia escolar.		

1. ¿Qué he aprendido sobre la importancia de una convivencia pacífica en la escuela?

2. ¿Qué actitudes o comportamientos míos debo mejorar para convivir mejor con mis compañeros y docentes?

3. ¿Qué compromisos personales asumo a partir de este taller para fomentar un ambiente respetuoso y armonioso en mi curso? (Menciona al menos tres)

4. ¿Cómo puedo apoyar a otros compañeros para que también respeten las normas y valores de convivencia?

5. ¿Qué valores crees que son esenciales para vivir en paz con los demás? Explica por qué.

Firma del estudiante: _____