

# Programa universitario de alfabetización socioemocional en las carreras de Educación y Enfermería

**Francisca I. Rojas de C. / Dilia T. Escalante de U. / Lisbeth N. Bermúdez L. /  
Calixta A. Amaíz R. / Yamelis del C. Otero R. / Ana B. Orasma L. / Luis E. Quijada M.**

Universidad Nacional Experimental Politécnica de la Fuerza Armada Nacional Bolivariana (UNEFANB)  
franciscarcamejo@gmail.com; diliaesc@hotmail.com; lisbethbermudez.postgradounefa@gmail.com calixta\_a\_amaiz@hotmail.com; otero\_40@hotmail.com; anabaci\_20@hotmail.com; luisjollin@hotmail.com

Finalizado: Nueva Esparta, 2019-10-01 / Revisado: 2019-11-15 / Aceptado: 2019-12-10

## Resumen

*El propósito de esta investigación acción fue implementar un programa para el desarrollo de las competencias socioemocionales de los estudiantes de las carreras de Licenciatura en Educación Integral y T.S.U. en Enfermería de la Universidad Nacional Experimental Politécnica de la Fuerza Armada Nacional (UNEFAN). El estudio contempló cuatro fases: Fase I, diagnóstico; Fase II, planificación de un programa; Fase III, ejecución del programa bajo la modalidad de talleres; y Fase IV, evaluación del programa. Entrevistas, observaciones, grabaciones de audio y fotografías fueron utilizados para la recolección de información. En cada fase, la información fue analizada por medio de la triangulación entre participantes - investigadores - constructos teóricos. Los resultados de la Fase III evidencian que programas universitarios de alfabetización socioemocional tienen importantes implicaciones en la regulación de las emociones y mejor convivencia; competencias que contribuyen en la formación integral de los futuros profesionales.*

**Palabras clave:** Programa universitario, Competencias socioemocionales, Educación, Enfermería.

\*\*\*

## Abstract

### SOCIO-EMOTIONAL LITERACY COLLEGE PROGRAM FOR EDUCATION AND NURSING DEGREES

*The purpose of this action research was to implement a program to develop socio-emotional competencies among Elementary Education and Nursing undergraduate students at the Universidad Nacional Experimental Politécnica de la Fuerza Armada Nacional (UNEFAN). The study followed four phases: Phase I, diagnostic; Phase II, program planning; Phase III, program implementation through workshops; and Phase IV, program assessment. Interviews, observation, audio recordings, and photographs were used to collect data. In each phase, data were analyzed through triangulation between participants, researchers, and theoretical constructs. The results of phase III show that socio-emotional literacy programs have important implications in emotional regulation and the improvement of coexistence; such skills contribute to the training of future professionals.*

**Key words:** College program, Socio-emotional skills, Education, Nursing.

\*\*\*

## Résumé

### PROGRAMME UNIVERSITAIRE D'ALPHABÉTISATION SOCIO-AFFECTIF DANS LES ÉTUDES EN ÉDUCATION INTÉGRALE ET EN SOINS INFIRMIERS

*Le but de cette recherche-action a été de mettre en œuvre un programme pour le développement des compétences émotionnelles pour des étudiants universitaires en Éducation Intégrale et en Sciences infirmières de l'Universidad Nacional Experimental Politécnica de la Fuerza Armada Nacional (UNEFAN). L'étude se base sur quatre phases : Phase I, diagnostic ; Phase II, un programme de planification ; Phase III, mise en œuvre du programme sous la forme d'ateliers ; et la Phase IV, évaluation du programme. Des entrevues, des observations, des enregistrements audio et photographies ont été utilisées pour la collecte d'informations. Dans chaque phase, l'information a été analysée par la triangulation entre les constructions théoriques participants - chercheurs. À travers les résultats, la phase III démontre que les programmes d'alphabétisation socio-affectives universitaires ont des implications importantes dans la régulation des émotions et d'une meilleure coexistence. Ces compétences contribuent à la formation des futurs professionnels.*

**Mots-clés:** programme universitaire, compétence émotionnelle, l'éducation, sciences infirmières.

## Introducción

*El desarrollo sistemático de programas de inteligencia emocional y social en la escuela produce beneficios innegables en niños y jóvenes de todo el mundo. En concreto, repercute positivamente en su bienestar emocional, en sus relaciones sociales, mejora su rendimiento académico y actúa como factor preventivo de problemas en su desarrollo. En definitiva, promueve el bienestar y desarrollo integral en la infancia y juventud. (Estudio Fundación Botín, en Guridi, 2009)*

Hoy día se reconoce que el éxito profesional trasciende la capacidad verbal y numérica, es decir, el cociente intelectual (CI); y se destaca el papel que tienen las capacidades socioemocionales, es decir, la inteligencia emocional (IE). Tal es así que, según Guridi (2009) “(...) el éxito profesional, el prestigio personal, el bienestar personal y, en consecuencia, la salud dependen en un significativo porcentaje (más del 80%) de las habilidades emocionales y en no más del 20% de las habilidades técnicas y racionales” (p.3).

Las investigaciones de Salovey y Mayer (1990), Gardner (1989), Goleman (1996), Bisquerra (2007) y otros permiten considerar que las emociones son, en gran medida influenciadas por el entorno (i.e. familia, sociedad, escuela, grupos) a lo largo de la vida y no meramente por un factor genético; y que su desarrollo y aprendizaje temprano beneficia las habilidades sociales. De ahí que, al enfrentar contextos diversos con competencia, se obtendrán mejores resultados cuando se maneja la regulación socioemocional y destrezas de afrontamiento.

El artículo que se presenta es resultado de una investigación iniciada en el año 2014 por el Grupo de Investigación para la Calidad de la Educación Universitaria (en adelante GICEU) cuyo propósito fue: Implementar un programa de alfabetización socioemocional como estrategia para el desarrollo de las competencias emocionales de los estudiantes de las carreras de Licenciatura en Educación Integral y T.S.U. en Enfermería de la Universidad Nacional Experimental Politécnica de la Fuerza Armada Nacional. Núcleo Nueva Esparta (UNEFANE). Los objetivos específicos de dicha investigación fueron:

- Diagnosticar el estado del arte de la educación emocional en los estudiantes de las carreras de Licenciatura en Educación Integral y T.S.U. en Enfermería.
- Planificar un programa para fortalecer las competencias socioemocionales de los estudiantes de las carreras de Licenciatura en Educación Integral y T.S.U. en Enfermería.
- Aplicar un programa de alfabetización socioemocional diseñado por el equipo de investigadores para fortalecer las competencias socioemocionales de los estudiantes en las carreras seleccionadas.
- Evaluar la experiencia de la aplicación del programa para sustentar los alcances del mismo en el fortalecimiento de las competencias socioemocionales de los estudiantes de la Licenciatura en Educación Integral y de T.S.U. en Enfermería.

## Visión teórica

Tradicionalmente, la universidad ha orientado su función social hacia el desarrollo de capacidades intelectuales – racionales (i.e. cerebro racional) ignorando la potencialidad del cerebro emocional. Esta postura limitada de la formación profesional obvia los riesgos hacia la deserción, bajo rendimiento y violencia que observamos con preocupación y que igualmente se deben enfrentar. Si bien al llegar a la universidad los profesionales en formación traen consigo competencias socioemocionales adquiridas y desarrolladas en sus entornos y experiencias escolares anteriores, esta debe asumir que el logro profesional de sus egresados esté acompañado de capacidades sociales que favorezcan su adaptación en el ámbito laboral y personal, a fin de convivir en sociedad, en comunidad. (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, UNESCO 1998).

La responsabilidad del docente universitario es considerada fundamental dado el impacto tanto en su dimensión pedagógica como en su dimensión ontológica del proceso de enseñanza y aprendizaje. En cuanto a esta segunda dimensión es legítimo reconocer en el currículo universitario, la responsabilidad en el fortalecimiento del crecimiento personal y el desarrollo de

competencias para el afrontamiento de problemas, la interacción social, la empatía y la autoestima. La dimensión epistémica asumida en el diseño del programa de alfabetización socioemocional que se presenta se fundamenta en los constructos teóricos que explican las habilidades sociales y la inteligencia emocional.

Las habilidades sociales se definen según Monjas (en Monjas, González y otros, 1998) como “las conductas necesarias para interactuar y relacionarse con los iguales y con los adultos de forma efectiva y mutuamente satisfactoria” (p.18). Las autoras identifican estas conductas como aprendidas y las ejemplifican a partir de acciones como: decir que no, hacer una petición, manejar un problema con otra persona, expresar tristeza y, ofrecer palabras agradables y positivas a otros. Además, Michelson, Sugai, Wood y Kazdin (citado en Fernández, 2010) exponen que: “Las habilidades sociales se adquieren principalmente a través del aprendizaje. (...) incluyen comportamientos verbales y no verbales, específicos y discretos. (...) Las habilidades sociales acrecientan el reforzamiento social”. (p. 4)

La inteligencia emocional es un término que se emplea para describir las cualidades emocionales que parecen tener importancia para el éxito (Goleman, 1996). Las investigaciones de Goleman (1996), Shapiro (1997), Extremera y Fernández - Berrocal (2004) y Bisquerra (2007), entre otros, han descubierto que las capacidades sociales y emocionales pueden ser de mayor importancia para el éxito en la vida, que la capacidad intelectual. Al respecto, Goleman (1996) basa la inteligencia emocional en las siguientes competencias emocionales: 1) Conocer las propias emociones; 2) Manejar las emociones; 3) Motivarse a sí mismo; 4) Reconocer las emociones de los demás; y 5) Establecer relaciones. De ahí que, tener un cociente emocional (CE) elevado puede ser más importante que un cociente intelectual (CI) elevado, medido este en un test estandarizado de inteligencia cognoscitiva verbal y no verbal. Estas capacidades emocionales pueden incluir: empatía, expresión y comprensión de los sentimientos, control de nuestro genio, independencia, capacidad de adaptación, persistencia, cordialidad, respeto, entre otros.

Asimismo, es propio mencionar el valor epistémico del concepto de inteligencias múltiples (Gardner, 1989) que complementa la fundamentación teórica del programa que se propone. Este concepto plantea la existencia de diversas inteligencias que incluyen dos aspectos: a) la inteligencia intrapersonal, relacionada con la imagen de nosotros mismos, y b) la inteligencia interpersonal, considerada como la capacidad de comprender a los demás, la cual contempla las habilidades de: liderazgo, aptitud de establecer relaciones y mantener amistades, capacidad de solucionar conflictos y habilidad para el análisis social. Existen muchos aspectos conceptuales comunes entre los autores mencionados; pero, cabe destacar la relevancia que tiene para ellos, ofrecer en los ambientes educativos programas de alfabetización emocional que posibiliten a los estudiantes competencias socioemocionales.

Para desarrollar las competencias socioemocionales, los estudiantes deben adaptarse al entorno y tener la motivación necesaria para lograr el éxito. Al respecto, Roy (2009) desarrolló un Modelo de adaptación en el cual señala que las respuestas adaptativas favorecen la integridad de las personas en términos de supervivencia, crecimiento, reproducción y dominio. Para el logro de esta adaptación es necesario que los docentes conozcan el perfil de sus estudiantes (i.e. características psíquicas - sociales; específicamente sus intereses y motivaciones) a fin de orientarlos y ayudarlos en el desarrollo de las competencias emocionales. En tal sentido, es importante conocer la interdependencia entre las dimensiones racionales y emocionales en la vida de los estudiantes para su formación y educación.

Este vínculo armónico se enmarca en los pilares de aprender a ser y aprender a vivir juntos, fundamentales para la educación futura, cuyo desarrollo se encuentra en el informe de la Declaración de la UNESCO (1998) cuando señala, entre otras ideas, la importancia de “(...) propiciar, cuando proceda, orientación y consejo, cursos de recuperación, formación para el estudio y otras formas de apoyo a los estudiantes, comprendidas las medidas para mejorar sus condiciones de vida” (s/p). Se busca con esto, que el joven aprendiz logre conocerse a sí mismo y a los otros; además

de abrirle caminos hacia otras formas posibles de descubrimiento del saber.

Por la claridad en su conceptualización, el estudio que se presenta asumió la clasificación de competencias y micro - competencias emocionales presentadas por Bisquerra (2007); a saber:

- a) La competencia **conciencia emocional**, consiste en la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado. Esta competencia se determina a partir de las micro-competencias: Toma de conciencia de las propias emociones; Dar nombre a las emociones; Comprensión de las emociones de los demás; y Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento.
- b) La **regulación emocional** es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas. Las micro-competencias asociadas son: expresión emocional apropiada; regulación de emociones y sentimientos; habilidades de afrontamiento; y competencia para autogenerar emociones positivas
- c) La competencia **autonomía emocional**, bajo un concepto amplio, corresponde al conjunto de características y elementos relacionados con la autogestión personal. Como micro competencias incluye: Autoestima; Automotivación; Autoeficacia emocional; Responsabilidad; Actitud positiva; Análisis crítico de normas social; Resiliencia.
- d) La **competencia social**, es la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas. Esto implica dominar las habilidades sociales básicas, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, actitudes prosociales, asertividad, etc. Las micro-competencias que incluye son las siguientes: dominar las habilidades sociales básicas; respeto por los demás; practicar la comunicación receptiva; practicar la comunicación expresiva; compartir emociones; comportamiento prosocial y

cooperación; asertividad; prevención y solución de conflictos y, capacidad para gestionar situaciones emocionales.

- e) La **competencia para la vida y el bienestar**, constituye la capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables para afrontar los desafíos de la vida en el ámbito personal, profesional, familiares, sociales, etc. Además, esta competencia permite, según Bisquerra (2007) “organizar nuestra vida de forma sana y equilibrada, facilitándonos experiencias de satisfacción o bienestar” (p. 9). Las micro-competencias asociadas son: *fijar objetivos adaptativos; toma de decisiones; buscar ayuda y recursos; ciudadanía activa, participativa, crítica, responsable comprometida; bienestar emocional; y fluir.*

## Metodología

El estudio se desarrolló bajo el paradigma de la investigación cualitativa y el enfoque metodológico de la investigación acción participativa (Patton, 1990; Latorre, 2003) y contempló el diseño siguiente:

**Fase I, diagnóstico.** Esta fase de indagación sistemática se realizó a través de entrevistas y observaciones; para lo cual se diseñaron cuatro protocolos de entrevista con preguntas abiertas y, una guía de observación. Ambas se fundamentaron en la descripción de las competencias emocionales de Bisquerra (2007). Estos instrumentos fueron validados en una prueba de ensayo. El diagnóstico se realizó con 14 estudiantes cursantes del segundo semestre la carrera de Enfermería y 10 estudiantes cursantes del tercer semestre de la carrera de Educación Integral, haciendo un total de 24 participantes, seleccionados al azar. Los resultados de este diagnóstico fueron reportados en el artículo publicado por Rojas, Escalante, Bermúdez y Amaiz (2017) por Otero, Escalante y Orasma (2018).

**Fase II, planificación.** Se programó una jornada de consulta con la participación de docentes y estudiantes de las carreras involucradas. La misma contempló la intervención de especialistas en inteligencia emocional e inteligencias múltiples como factores motivacionales de la jornada y discusión en mesas de trabajo.

**Fase III, aplicación del programa.** Se desarrolló durante catorce semanas bajo la modalidad de talleres. Cada taller correspondió a una competencia socioemocional (Bisquerra, 2007), con duración variable de dos o tres semanas. La temática correspondiente a cada competencia fue desarrollada por el mismo facilitador en la misma fecha, con grupo de estudiantes diferente: a) Enfermería en el turno de la mañana, con 15 estudiantes de segundo semestre y, b) Educación Integral en el turno de la tarde, con 12 estudiantes de tercer semestre. La participación en el programa fue voluntaria, a partir de una invitación realizada a estudiantes de ambas carreras. Durante el desarrollo de los talleres estuvieron presentes integrantes del GICEU como facilitadores del taller y observadores del mismo.

**Fase IV, evaluación de la experiencia.** Siendo esta una investigación cualitativa – interpretativa, la validez de este programa se realizó a través de la triangulación de los constructos teóricos que la fundamentan, las apreciaciones tanto de los participantes como de los facilitadores.

## **Interpretación de la información recabada**

### **Resultado de la fase 1. Diagnóstico.**

Los resultados de esta fase de diagnóstico ya fueron reportados por Rojas, Escalante, Bermúdez y Amaiz (2016) y Otero, Escalante y Orasma (2018). La valoración de los resultados de este diagnóstico se realizó bajo los parámetros de Bisquerra (2007), evidenciándose que los estudiantes de las carreras antes mencionadas presentan:

- a) Dificultad para tomar conciencia de sus propios estados emocionales y de las emociones de los demás, ya que sus emociones no parecen ser reguladas por la cognición (i.e. razonamiento, conciencia).
- b) Inadecuado manejo del estado emocional interno en correspondencia con la expresión externa; sin embargo, poseen capacidad para autogenerar emociones positivas como la alegría y el amor en su grupo familiar.
- c) Carencia en los estudiantes de T.S.U. en Enfermería de una imagen positiva de sí mismos

o insatisfacción de ellos como estudiantes. Los informantes clave de Educación Integral tienen una imagen positiva de sí. Ambos grupos de estudiantes desconocen cómo enfrentar con éxito condiciones adversas de la vida.

- d) Conciencia para compartir las emociones con familiares y amigos; sin embargo, las formas de comunicación utilizadas no reflejan respeto, evidenciando desequilibrio entre pasividad y agresividad (i.e. Asertividad).

### **Resultados de la fase 2. Planificación de un programa de alfabetización socioemocional.**

La planificación permitió reflexionar acerca de la importancia que tiene ofrecer a los estudiantes de las carreras de Licenciatura en Educación Integral y T.S.U. en Enfermería espacios para el desarrollo de sus competencias socioemocionales. Las conclusiones de las mesas de trabajo destacan los resultados siguientes:

- a) Satisfacción por la jornada de trabajo e importancia de la investigación en la formación integral de nuestros estudiantes.
- b) Sugieren la aplicabilidad del programa al resto de las carreras de la UNEFAN, por cuanto, en la población estudiantil como profesoral se observa deficiencia en el manejo social y emocional, en las relaciones, conductas y comunicación.
- c) Incluir una asignatura sobre competencias emocionales en los currículos de las carreras, por ser una aspiración a largo plazo, considerarlo como curso de extensión universitaria o como asignatura electiva o extracurricular.
- d) Diseñar un curso teórico – práctico, como curso de extensión, entre 80 y 100 horas, organizado en forma de taller para cada competencia socioemocional que se trabaje.
- e) Incluir profesionales en el área como facilitadores: psicólogos, sociólogos, orientadores, motivadores, entre otros.
- f) Crear una coordinación de bienestar socioemocional de la comunidad Unefista.

### Resultados de la fase 3. Aplicación del programa.

La ejecución del programa de alfabetización socioemocional permitió que se registraran actividades orientadas hacia el desarrollo de las competencias socioemocionales en el ámbito de la clasificación de Bisquerra (2007), por ejemplo: discusión socializada de lecturas de reflexión y referenciales, ejercicios de relajación, dramatizaciones, diseño de proyectos de vida, discusión socializada de videos y Juegos.

### Resultados de la fase 4. Evaluación de la aplicación del programa.

La evaluación de la aplicación del programa planificado y ejecutado se realizó a partir de las apreciaciones manifestadas por los estudiantes y los facilitadores que participaron en la fase 3 del estudio. Las siguientes viñetas reflejan evidencia textual de los comentarios realizados al finalizar el taller y que valoran el programa implementado:

#### a) Valoración de los estudiantes participantes

- *“Los talleres nos brindaron conocimiento para nuestro desarrollo y crecimiento personal, para un mejor manejo de nuestras emociones internas y externas y tener mejor entendimiento de otras personas”.*
- *“Ha servido para cada uno de los estudiantes porque nos ayuda a controlar las emociones ante cualquier situación”.*
- *“Fue provechoso para el fortalecimiento de nuestra formación profesional”.*
- *“Las técnicas o estrategias estuvieron acordes e interesantes a nuestras expectativas y lograron gran motivación en nosotros”.*
- *“Aporta contenidos amplios e importantes para nosotros como futuros profesionales”.*
- *“Permite unirnos más con nuestros compañeros de clase”.*
- *“Hemos aprendido a controlar nuestras emociones, apoyar a las demás personas sin esperar nada a cambio; sobre todo a sentirnos bien con nosotros mismos”.*
- *“De gran importancia para enfrentar las situaciones que se nos presenten como docentes en un momento dado”.*

#### b) Valoración de los/las facilitadores(as).

- *“Se pudo lograr que los estudiantes expresaran sus sentimientos hacia sus compañeros, hacia situaciones personales y sentirse bien consigo mismos; además de cambiar sus actitudes agresivas y ser más comunicativos”.*
- *“Estos talleres permiten que los estudiantes sean más sensibles ante el sufrimiento ajeno y ser más humanistas”.*
- *“Brindan herramientas que permiten controlar las emociones en situaciones que se presentaran en la vida profesional a fin de evitar conflictos en el entorno escolar (alumnos, representantes, colegas) o en los centros de salud (pacientes, familiares, colegas)”.*
- *“Se estimula el comportamiento pro-social y colaborativo a fin de fomentar la actitud positiva”*
- *“Los talleres brindaron a los estudiantes algunas herramientas para desarrollar habilidades que les ayudarán a enfrentar con éxito los desafíos de su labor profesional”.*
- *“Se facilitaron a los estudiantes herramientas para enfrentar situaciones difíciles en sus espacios de trabajo, que les permitan actuar de manera efectiva y, a su vez, mejorar las relaciones de trabajo”.*
- *“Pienso que el programa abarca todos los aspectos fundamentales para la enseñanza afectiva de los estudiantes. Cada competencia fue manejada de manera sencilla y clara”.*
- *“Beneficia a los participantes en un mayor control y seguridad de sus emociones en el ámbito laboral donde se desenvuelvan, seguridad de sí mismos, identificación y solución de problemas en trabajo en equipo”.*
- *“Estos programas ofrecen mejor calidad en la formación tanto de los estudiantes de educación como de enfermería porque contribuye al desarrollo de habilidades y destrezas en el manejo de sus propias de sus emociones y las de los demás”.*

La interacción continuada de los facilitadores con los participantes, una vez finalizado el

programa de alfabetización socioemocional, permitió apreciar mejoras en cuanto a Regulación Emocional y Competencia Social (Bisquerra, 2007); aspectos considerados problemáticos en la institución. A nuestro juicio, los cambios son relevantes por lo que el programa que se presenta a continuación es un recurso potencial a fin de desarrollar y consolidar las competencias socioemocionales en los estudiantes universitarios.

## **Alfabetización socioemocional en la universidad**

### **(Programa)**

La vida emocional personal, así como la académica, se puede desarrollar con mayor o menor éxito, dependiendo de la gestión equilibrada de habilidades adquiridas y desarrolladas. Este equilibrio se logra a través de un proceso de formación que facilita el control de las emociones, ya que estas son respuestas impulsivas que experimentamos sin tener conciencia de ello y que nos llevan a actuar en consecuencia. No obstante, el conocimiento de las propias emociones y de los sentimientos de otros, permite acercarnos a los demás y establecer relaciones positivas. Los docentes y los profesionales de la salud son colectivos que experimentan niveles altos de estrés en las actividades laborales, ocasionando desgaste personal y desesperanza profesional; este hecho impacta en el desempeño y en las relaciones interpersonales. De ahí que, conocer el momento preciso cuando éste se produce, contribuye al ejercicio de otras competencias socio-emocionales.

El programa de Alfabetización Socioemocional, dirigido a estudiantes de las carreras de Licenciatura en Educación Integral y T.S.U. en Enfermería de la Universidad Nacional Experimental Politécnica de la Fuerza Armada Nacional (UNEFAN) – Nueva Esparta, responde a una necesidad de ofrecer a nivel universitario una formación comprensiva, de atención a la diversidad y que favorezca el desarrollo de valores, aprender a ser persona, a pensar, a convivir, a resolver problemas de la vida cotidiana y la construcción de un proyecto personal de vida. En concordancia con lo anterior, este programa teórico-práctico brinda un espacio para

el desarrollo del polo positivo emocional a fin de afrontar contradicciones, necesidades y conflictos que se presentan en el ámbito personal - laboral de los profesionales de la docencia y la salud.

## **Objetivos del programa**

### **Objetivo General**

Optimizar la formación socioemocional de los estudiantes de las carreras de Licenciatura en Educación Integral y T.S.U. en Enfermería.

### **Objetivos Específicos.**

- Identificar emociones y motivaciones tanto positivas como negativas.
- Analizar cómo afectan las emociones en la conducta personal y las relaciones interpersonales.
- Desarrollar una visión realista y positiva de las competencias socio-emocionales.
- Favorecer la construcción de proyectos personales de vida.

## **Consideraciones finales**

El aporte científico de esta investigación, tanto en el campo de la salud como en la educación, se evidencia en la implementación de estrategias educativas para el nivel universitario, que favorecen la regulación de las emociones, permiten una mejor convivencia, propician el compañerismo y el diálogo hacia la búsqueda del éxito profesional y personal. Esta investigación se enmarca en los temas que están generando actualmente grandes cambios a nivel de los procesos educativos y científicos; como son, desarrollar habilidades para fomentar la no violencia, el éxito, las relaciones empáticas, el liderazgo y la psicología positiva; entre otras. Asimismo, el estudio proporciona información valiosa en torno a la necesidad de formar profesionales emocionalmente inteligentes que puedan interactuar con otras personas bajo los parámetros de respeto, justicia, convivencia, igualdad, libertad, tolerancia y, sobre todo, respeto a la dignidad humana.

Algunas implicaciones prácticas para el desarrollo del programa propuesto son:

## Programa de Alfabetización Socioemocional

### (Lineamientos Estratégicos-Pedagógicos)

CRONOGRAMA	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CONTENIDO	ACCIONES ESTRATÉGICAS - PEDAGÓGICAS
SEMANA 1	Presentar programa de Alfabetización Socio – emocional.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Metodología de trabajo.</li> <li>2. Actividades motivacionales.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dinámica grupal</li> <li>• Video</li> </ul>
SEMANA 2 y 3	Tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás.	<p>CONCIENCIA EMOCIONAL</p> <p><u>Temas</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conciencia de las propias emociones.</li> <li>2. Denominación de las emociones.</li> <li>3. Manejo de las interacciones.</li> <li>4. Interacción emoción – cognición – comportamiento.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicio de relajación.</li> <li>• Discusión socializada a partir de material de apoyo.</li> <li>• Dibujar expresiones faciales de las diferentes emociones.</li> <li>• Dramatización de diferentes emociones.</li> </ul>
SEMANA 4 y 5	Manejar las emociones de forma apropiada.	<p>REGULACION EMOCIONAL</p> <p><u>Temas</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Expresión emocional apropiada</li> <li>2. Regulación de emociones y sentimientos</li> <li>3. Habilidades de afrontamiento</li> <li>4. Autogeneración de emociones positivas.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dinámica grupal: “La caja con el espejo”</li> <li>• Discusión socializada de la lectura: “El árbol de los problemas”</li> <li>• Diseñar un proyecto de vida basado en: “Quien soy y qué espero”</li> <li>• Canción: “Color esperanza” (Voz de Diego Torres)</li> <li>• Tutorial: “Terapia de la risa”</li> </ul>
SEMANA 6, 7 y 8	Desarrollar estrategias de autogestión personal.	<p>AUTONOMIA EMOCIONAL</p> <p><u>Temas</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Autoestima</li> <li>2. Automotivación.</li> <li>3. Autoeficacia emocional.</li> <li>4. Actitud positiva</li> <li>5. Análisis crítico de normas sociales</li> <li>6. Resiliencia</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Juego: “La pelotica cariñosa”</li> <li>• Canción: “Un millón de amigos” (Voz de Roberto Carlos)</li> </ul>
SEMANA 9, 10 y 11	Valorar la importancia de mantener buenas relaciones con otras personas.	<p>COMPETENCIA SOCIAL</p> <p><u>Temas</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Destrezas sociales básicas.</li> <li>2. Respeto a los demás.</li> <li>3. Compartir emociones.</li> <li>4. Comunicación receptiva</li> <li>5. Comunicación expresiva</li> <li>6. Comportamiento pro-social y cooperación.</li> <li>7. Asertividad</li> <li>8. Prevención y solución de conflictos.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Discusión socializada de la lectura “Lo tuyo y o mío” (La culpa es de la vaca, p. 100).</li> <li>• Video: “Me voy a regalar” (Postal musical de Venezuela)</li> <li>• Discusión socializada de la parábola: “Zanahoria, huevo o café. ¿Cómo cuál eres tú?”</li> <li>• Juego: “Me defiendo con criterios”</li> <li>• Videos: “El puente” (dibujos animados) y “Hoy recibí flores” (Drama real de Mariano Osorio y Liliana Salazar)</li> <li>• Video musical: “Baila – Baila” (Chayanne)</li> </ul>
SEMANA 12, 13 y 14	Manejar estrategias que permitan afrontar los desafíos diarios de la vida.	<p>COMPETENCIAS PARA LA VIDA Y EL BIENESTAR</p> <p><u>Temas</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Fijar objetivos adaptativos</li> <li>2. Toma de decisiones</li> <li>3. Buscar ayuda y recursos</li> <li>4. Ciudadanía activa, crítica, participativa, responsable y comprometida.</li> <li>5. Bienestar emocional</li> <li>6. Fluir.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Discusión socializada de la lectura “Soy una persona decidida”</li> <li>• Dramatización donde se solicite apoyo y acceso a recursos</li> <li>• Discusión socializada de la lectura “Amar a los demás es fácil cuando me amo y me acepto”.</li> </ul>

- 1) La programación de los talleres debe ajustarse a las peculiaridades del currículo de cada carrera; así como a la modalidad de escolaridad en cada institución.
- 2) La consideración anterior determina la ampliación de contenidos teórico – prácticos y en consecuencia el aumento de sesiones para cada tema.
- 3) 3) La disposición de espacios aislados del tránsito regular evitaría la distracción, aportando un ambiente de mayor libertad y tranquilidad. En consecuencia, mejoraría la atención de los participantes. Además, se puede considerar realizarlos en espacios abiertos, en contextos diferentes y con mayor número de horas.
- 4) 4) La implementación colegiada del programa, a través de talleres, exige cierto grado de consenso entre los/las facilitadores(as) en cuanto a: objetivo general del programa, acciones didácticas, criterios y modalidades de evaluación.
- 5) 5) El número de participantes no debe ser mayor a 25 estudiantes para facilitar la actividad grupal dentro y fuera de la institución.

## Referencias

- Bisquerra, R. (2007). *Competencia Emocional*. Disponible en: <http://www.rafaelbisquerra.com/es/competencias-emocionales/81-competencias-emocionales/100-concepto-competencia-emocional.html>
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2004) La Importancia de desarrollar la Inteligencia Emocional en el Profesorado. En *Revista Iberoamericana de Educación* (33). Recuperado de: [www.rieoei.org](http://www.rieoei.org) de los lectores/759extremera
- Fernández, M. (2010). *Qué son las Habilidades Sociales y Cómo se Evalúan*. Recuperado de: <http://www.revistadigital@didactica21.com>
- Gardner, H. (1989). *Inteligencias Múltiples*. Barcelona: Paidós.
- Goleman, D. (1996). *La Inteligencia Emocional*. Buenos Aires: Javier Vergara.
- Guridi, J. (2009). *Avanzando hacia la Sociedad Emocionalmente Inteligente. Compromiso para Compartir Experiencias y Conocimiento*. Recuperado de: <http://www.iguipuzkoa.net>
- Latorre, A. (2003). *La Investigación – Acción. Conocer y cambiar la práctica educativa*. España.
- Monjas, M y B. González, y Otros. (1998). *Las habilidades sociales en el currículo*. Centro de Investigación y Documentación Educativa (CIDE). Madrid: IMPRESA.
- Patton, M.Q. (1990). *Qualitative evaluation and research methods*. Newbury Park, CA: Sage Publications
- Roy, C. (2009). *The Roy Adatation model*. 3ed. Nueva Jersey. Pearson. Recuperado de: [http://samples.jbpub.com/9781449626013/72376\\_CH10\\_Masters.pdf](http://samples.jbpub.com/9781449626013/72376_CH10_Masters.pdf)
- Rojas, Francisca, Escalante, Dilia, Bermúdez, Lisbeth y Amaiz, Calixta (2017). Competencias Socioemocionales de los Docentes en Formación. En *Acción Pedagógica*, 26 (1). 120-129. Recuperado de: <http://www.saber.ula.ve/bitstream/handle/123456789/44478/art3.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Shapiro, L. (1997). *La inteligencia emocional de los niños*. Buenos Aires: Javier Vergara.
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (UNESCO). (1998). *Declaración Mundial Sobre la Educación Superior en el Siglo XXI: Visión y Acción*. Conferencia Mundial Sobre la Educación Superior. Recuperado de: [http://www.unesco.org/education/educprog/wche/declaration\\_spa.htm](http://www.unesco.org/education/educprog/wche/declaration_spa.htm).
- Otero, Y., Escalante, D. y Orasma, A. (2018). Las Competencias Socioemocionales de los Estudiantes de la Carrera de Técnico Superior en Enfermería. En *Academia*, 40 (17). Recuperado de: <http://www.saber.ula.ve/academia/>