

Sistema de actividades para contrarrestar el estado emocional de los estudiantes de tercer bachillerato debido al COVID-19

*System of Activities to Counteract the Emotional State of Third Year High School Students
Due to COVID-19*

Jéssica Katherine Meza-Montes^{1*} <https://orcid.org/0000-0002-8378-6007>

Yulexy Navarrete-Pita¹ <https://orcid.org/0000-0001-7804-9830>

Jimmy Manuel Zambrano-Acosta¹ <https://orcid.org/0000-0001-9620-1963>

¹Universidad Técnica de Manabí, Ecuador

* Autor para la correspondencia: jmeza9971@utm.edu.ec

RESUMEN:

Un buen estado emocional genera un desempeño favorable, sin embargo, lo acontecido por la pandemia ha afectado a los estudiantes y se refleja en su rendimiento académico. El objetivo es desarrollar un sistema de actividades para contrarrestar el estado emocional de los estudiantes en el ámbito educativo. El enfoque aplicado es mixto, el tipo de estudio es descriptivo y el diseño es no experimental. Los métodos científicos utilizados permitieron acercar a los investigadores al objeto estudio y empleando las técnicas e instrumentos se hizo la recopilación de la información de una manera más directa y precisa. La población de estudio estuvo conformada por 187 estudiantes y la muestra fue de 127 a partir de un muestreo aleatorio simple y probabilístico con un nivel de confianza del 95% y una $p < 0.05$. El sistema de actividades fue sometido a una validación por especialistas y luego se determinó el índice de concordancia ANOCHI entre las respuestas de ellos. Debido a la emergencia sanitaria los estudiantes han presentado diversas dificultades como pérdidas familiares y problemas económicos por lo que el desarrollo de un sistema de actividades les ayuda a equilibrar su estado emocional para tener mejores resultados académicos.

Palabras clave: docente; educación; estudiante; pandemia; plan de estudio.

ABSTRACT:

A good emotional state generates a favorable performance, however, the pandemic has affected students and is reflected in their academic performance. The objective is to develop a system of activities to counteract the emotional state of students in the educational environment. The approach applied is mixed, the type of study is descriptive and the design is non-experimental. The scientific methods used allowed the researchers to get closer to the object of the study and by using the techniques and instruments, the information was collected in a more direct and precise manner. The study population consisted of 187 students and the sample was 127 from a simple random and probabilistic sampling with a confidence level of 95% and a $p < 0.05$. The system of activities was subjected to validation by specialists and then the ANOCHI concordance index was determined between their answers. Due to the health emergency, the students have presented various difficulties such as family losses and economic problems, so the development of a system of activities helps them to balance their emotional state in order to have better academic results.

Keywords: *teacher; education, student, pandemic, curriculum.*

Enviado: 11/10/2022

Aprobado: 29/11/2022

INTRODUCCIÓN

Lo suscitado en diciembre del 2019 sobre la emergencia sanitaria debido al COVID-19 en China y expandiéndose en días posteriores en otros países, provocó una crisis sin precedente a nivel mundial en todos los ámbitos, muchas personas perdieron familiares y sus empleos, esto hizo que el estado emocional se haya afectado notablemente, porque se fomentó el miedo en la sociedad. Se indica que «hoy los sucesos que acontecen a nuestro alrededor imponen nuevos desafíos a enfrentar, los cuales no son logrables solo con la inteligencia cognitiva, hace falta también las destrezas en el aspecto emocional» (Suárez et al., 2021, p. 2).

El estado emocional de los estudiantes resultó afectado con todo lo acontecido por la pandemia, esto conlleva a estudiar el comportamiento, la expresión y la adaptación del ser humano en el ámbito que se encuentre, es decir, las acciones que integran la personalidad definen la esencia en su manera de pensar,

actuar y sentir. Y es que «las personas son sujetos emocionales por naturaleza, los cuales viven día a día coordinando sentimientos con pensamientos en cualquier situación que se les presente» (Silva et al., 2018, p. 248).

Las emociones se centran en el estudio directo de la forma en que se piensa y se actúa, cuando la persona se basa en sus sentimientos lo conlleva a una experiencia subjetiva, la manera de comportarnos ante los demás es una respuesta conductual o expresiva, porque en base a como se siente el sujeto va a actuar. Según la investigación de Blanco y Blanco (2021) «las emociones indican la necesidad de huir o de luchar, así mismo coadyuvan al establecimiento de las relaciones sociales, impulsan a las transformaciones cuando son necesarias y posibilitan el aprendizaje» (p. 23).

Los estímulos neuronales con base a las emociones generan procesos que representan acciones, que permiten tomar conciencia de lo que está suscitando con el fin de fomentar nuestra supervivencia, la neurociencia afectiva estudia este proceso en el que se conoce hasta qué punto las emociones modifican los procesos neuronales. Para García (2019) «en el caso de la neurociencia de las emociones, la observación del fenómeno emocional está centrada en el organismo individual» (p. 44).

Un buen estado emocional ayuda a tener mejor eficiencia y eficacia en lo que se realiza, en el ámbito educativo engloba un rendimiento académico favorable para el estudiantado. Para, Fernández (2020) «las emociones son importantes para la salud y la vida, y para el proceso de enseñanza aprendizaje dentro y fuera del aula, la salud mental y emocional del alumnado también es un aspecto básico» (p. 28). Se debe observar y analizar los diferentes cambios emocionales que experimentan los estudiantes de acuerdo a su comportamiento dentro y fuera del salón de clases, que permita tomar acciones respectivas, para buscar posibles soluciones, que favorezca a la comunidad educativa.

La presente investigación hace referencia a un análisis sobre los estados emocionales de los estudiantes de tercero de bachillerato, con el propósito de evidenciar la problemática que ha provocado la pandemia COVID-19 a nivel educativo. Esto permitirá motivar, orientar y armonizar a los estudiantes durante el proceso educativo y en su vida cotidiana, con la finalidad de que sirva como referente para otros estudiantes que estén padeciendo lo mismo. El principal objetivo que plantea esta investigación es desarrollar un sistema de actividades para contrarrestar el estado emocional de los estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Fiscal “4 de Noviembre” debido al COVID-19.

DESARROLLO

Estado emocional

El estado emocional es el ánimo que predomina en una persona en un determinado momento y se define como aquellas emociones primarias en las que interviene el pensamiento, por tal motivo deben ser aprendidos y valorados según el sistema y cultura que pertenecen, además propicia un proceso cognitivo y racional de las personas (Prado, 2018).

La forma en que una persona reacciona en ciertas situaciones depende del estado emocional que se constituye mediante los componentes subjetivos, fisiológicos y conductuales que expresan la percepción del individuo en relación al estado mental, el cuerpo y su forma de interactuar con el entorno (Pulido & Herrera, 2017). Cuando el individuo se expresa socialmente, las emociones cambian de forma involuntaria e inmediatamente, y estas dependen de las circunstancias que se experimenten en ese momento.

También es fundamental indagar sobre los estados emocionales con visión a la educación, englobando a toda la comunidad educativa que la conforman, educar en base a las emociones supone que los estudiantes serán más empáticos, establecen límites, ofrecen modelos adecuados para expresarse y socializar, se aman y aceptan, respetan al prójimo y proponen diversas estrategias para solucionar los problemas (Benavidez & Flores, 2019; Ortiz & Núñez, 2021).

Factores que intervienen en el estado emocional

En base a lo planteado anteriormente, existe una correlación entre el estado emocional con el rendimiento académico en los estudiantes, que depende de cómo se encuentren emocionalmente, es importante que se reconozcan estas emociones para provocar aquellas que resultan positivas para la adquisición y fijación de los conocimientos.

Las emociones son parte de la esencia de cada persona que determina las actitudes y comportamientos para tomar decisiones, manejar conflictos, superar retos y construir relaciones con otras personas. Además, son parte de cada persona, determina quién es, la forma de relacionarse con los demás y la aceptación consigo mismo. Son consideradas como un episodio dinámico, supone un proceso de cambio continuo cognitivo, motivacional, reacciones fisiológicas, expresiones motoras y en los sentimientos, que permite una adaptación flexible a los acontecimientos relevantes y cuyas consecuencias son potencialmente importantes (Palma & Barcia, 2020; Oliveros, 2018; Valenzuela & Portillo, 2018).

La emoción precede al sentimiento. Es decir, los sentimientos surgen en la mente, no en el cuerpo. Porque precisamente es en la mente donde se sostienen. Fernández (2020) establece:

La diferencia entre emoción y sentimiento, en el sentido que la primera es una reacción emocional, generalmente breve en el tiempo, espontánea, intensa, muy corpórea, incluso pública; mientras el segundo, es de más largo aliento, suele ser menos intenso, transita el cuerpo por la emoción y la mente con el pensamiento, se siente y se puede nombrar e incluso interpretar, siendo mental y privado. (p. 24)

Cuando una persona genera emociones piensa en ellas y las deja crecer, es cuando aparecen los sentimientos que son más cognitivos, además están caracterizados por un impacto afectivo que se presenta de forma difusa e inestable. Son asociadas con las emociones secundarias que son aquellas aprendidas y culturalmente condicionadas, donde el sujeto es consciente. Existe una relación directa entre los sentimientos y las emociones (ver Figura 1), lo que conlleva al estado emocional y dependerá de esta relación para cambiar de positivo a negativo y viceversa.



Figura 1. Relación estado emocional.

Las emociones desencadenan una serie de acciones que hacen referencia a cuando se procesa lo que se siente en la mente. Es una capacidad cognitiva increíblemente útil de la racionalidad, con la cual se consigue un aprendizaje significativo. En otras palabras «es un hecho que la educación emocional en los contextos educativos desde muy temprana edad favorece el desarrollo emocional y por tanto el aprendizaje para el logro del éxito académico de los estudiantes en todos los niveles educativos» (Palma & Barcia, 2020, p. 84).

Las emociones positivas como las negativas son inevitables por eso es necesario aprender a controlarlas. Un estado emocional favorable conduce a buenas calificaciones, mientras que un estado emocional no

favorable influye negativamente en el estudiante lo que conlleva a la obtención de calificaciones bajas (Fernández, 2019).

En base a lo planteado anteriormente, existe una correlación entre el estado emocional con el rendimiento académico en los estudiantes que dependen de cómo se encuentren emocionalmente. Rodríguez et al. (2020) destacan que «el adecuado manejo de las emociones esté íntimamente relacionado a la motivación en el alumno; influyendo de manera significativa, entonces, en la calidad del conocimiento que se adquiere» (p. 232). Por ende, se precisa que el estado emocional es importante para un buen desempeño estudiantil.

Operacionalización de la variable para contrarrestar el estado emocional

En toda investigación se debe definir la operacionalización, que se basa en un proceso donde se transforma la variable de conceptos abstractos a términos concretos, para facilitar los procesos de observación y medición que permita hacerla más precisa y confiable, lo cual es necesario para llevar a cabo la investigación (Bauce et al., 2018).

En la mayoría de las investigaciones científicas suelen representarse por variables que deben ser identificadas desde que se define el problema, las cuales intervienen como causa o efecto en el proceso o fenómeno de la realidad, formando parte esencial de la estructura de la investigación (Espinoza, 2019). Para este trabajo investigativo se han considerado como variable independiente un «sistema de actividades» que es la propuesta para dar solución a la problemática y como variable dependiente el «estado emocional» que es lo que se pretende contrarrestar.

La Tabla 1 muestra la operacionalización de la variable estado emocional con las respectivas dimensiones e indicadores.

Tabla 1. Operacionalización de la variable estado emocional.

Variable	Dimensiones	Indicadores
Estado emocional	Contexto Interno - Externo	<ul style="list-style-type: none">▪ Emociones negativas▪ Emociones positivas
	Contexto educativo	<ul style="list-style-type: none">▪ Componente conductual▪ Componente cognitivo▪ Componente tecnológico

En la operacionalización de la variable se consideran dos dimensiones; en la primera está el contexto Interno – Externo, que se centra en lo personal, familiar y social enfocado en las emociones y se basa en dos indicadores que permite manejar las emociones y mantener relaciones positivas o negativas con el entorno. Se midieron utilizando una ficha de observación, una encuesta y una entrevista dirigida hacia los estudiantes. La segunda dimensión se relaciona al contexto educativo que se refiere a la manera en que una persona adquiere y desarrolla su conocimiento. Se consideran tres indicadores (conductual, cognitivo y tecnológico) que están dirigidos a los estudiantes y se midieron utilizando la ficha de observación, la encuesta y la entrevista que permitió analizar al estudiante en su proceso de aprendizaje.

Las preguntas están dirigidas a los estudiantes y elaboradas de manera que den respuesta a los indicadores formulados por dimensiones como parte de la variable de estudio. Es necesario indicar que se tomaron en cuenta otras preguntas que son de interés en este trabajo y para los investigadores. Para la encuesta se usó la escala de Likert para brindar mayor facilidad para los estudiantes que son los encuestados.

En la Tabla 2 se observa la distribución por edades de los estudiantes de los paralelos A, B, C, D y E, quienes fueron objeto de análisis.

Tabla 2. Distribución de los estudiantes por edades.

Paralelo	Género		Total	Edades				
	Masculino	Femenino		15 años	16 años	17 años	18 años	=19 años
A	13	12	25	1	10	13	1	-
B	16	9	25	-	14	7	2	2
C	17	8	25	-	7	13	4	1
D	19	7	26	-	10	11	5	-
E	14	12	26	-	6	14	5	1
Total de estudiantes	79	48	127	1	47	58	17	4

MATERIALES Y MÉTODOS

Según las características de estudio se aplicó un enfoque mixto, bajo un diseño no experimental. El estudio realizado es descriptivo, porque se detallan las causas de los diferentes estados emocionales de los estudiantes de tercero de bachillerato que fueron objeto de análisis. Los métodos empleados fueron de construcción y teoría científica, tales como el método teórico que permitió comprender los estados

emocionales, como el análisis y síntesis, el inductivo-deductivo y el de enfoque de sistema; el método empírico se utilizó en la elaboración y la obtención de datos, como la observación, la encuesta, la entrevista y el análisis documental, además se aplicó la consulta a especialistas que permitió validar la propuesta.

También se utilizaron los métodos matemáticos o estadísticos, como la estadística descriptiva, el instrumento de la encuesta se realizó con base a la escala de Likert.

La población de estudio fue de 187 estudiantes y se trabajó con una muestra de 127 seleccionados de manera sistemática mediante un nivel de confianza del 95 % y una $p < 0.05$.

RESULTADOS

Los estudiantes de manera general atraviesan por una transición en la etapa de la adolescencia que involucra cambios biológicos, cognitivos y socio-emocionales. La adolescencia es un proceso que les permite convertirse en autónomas e independientes. Esta investigación se centra a la última característica en donde los jóvenes poseen cambios repentinos de humor, desean pasar más tiempo con sus compañeros generando en ciertos casos conflictos con sus padres, por tal motivo buscan su propia independencia y también tienen mayor interés en las relaciones románticas.

En los estudiantes de tercero de bachillerato existen edades variadas correspondidas entre los 15 a 20 años, edades en que se refleja el agrado o desagrado del estado que se encuentran, es un periodo de entre autoridad y confianza. confusión emocional los cuales son aspectos normales y que serán transitorios. Es importante que en esta edad ellos sientan el apoyo de sus padres por lo que es recomendable que exista un equilibrio

Es fundamental que tanto la familia, educadores y referentes de los adolescentes tengan presente que los jóvenes puedan aprender a tomar decisiones, aprender de sus errores, hacerse cargo de sus actos, responder con libertad, funcionar con responsabilidad y crecer en autonomía.

Resultados de la observación de diagnóstico realizada a los estudiantes

La ficha de observación se aplicó durante las actividades académicas de tercero de bachillerato de la unidad educativa “4 de Noviembre” donde se observaron los comportamientos, capacidades, habilidades e integración social, que fueron necesarias para tener una realidad cercana sobre las emociones de los estudiantes.

Se debe tener en cuenta que los estudiantes son más participativos en las actividades de clases si estos son altamente motivados, porque aprenderán mejor y serán más sociables. Es fundamental que se realicen seguimientos a los estudiantes que no respetan las reglas y a los que realizan con lentitud sus tareas, porque debe existir un motivo que impida que este grupo de estudiantes no cumplan con lo establecido por sus docentes.

Los autores de este artículo coinciden con la acepción de Vélez et al. (2022) que indica que el estudiante que tenga un proceso de desarrollo que abarque ámbitos físicos, motrices, cognitivos, emocionales y sociales, lograra un aprendizaje significativo, además, de actuar adecuadamente, afrontar diversos tipos de situaciones, tomar decisiones, relacionarse con los demás y resolver su vida cotidiana desde todas las dimensiones.

Resultados de la encuesta de diagnóstico realizada a los estudiantes

De acuerdo a los resultados obtenidos de la encuesta, se indica que es fundamental que los docentes propicien un clima armónico en el salón de clases, motivando a sus estudiantes a continuar sus estudios, optimizando sus debilidades y fortaleciendo sus capacidades.

Proporcionar un buen ambiente de estudio ayudará a que los estudiantes estén más animados, más motivados y puedan fluir los conocimientos y saberes que el docente imparte, es importante tener un buen estado emocional con la finalidad de obtener un mejor rendimiento académico.

Según las investigaciones de Vega et al. (2019) «No en todo momento los adolescentes logran identificar sus emociones y reconocer el impacto que estas tiene en su comportamiento».

Resultados de la entrevista de diagnóstico realizada a los estudiantes

La entrevista realizada a los jóvenes estuvo enfocada en el ámbito personal, educativo y social. Se pudo conocer que la depresión, los ataques de ansiedad, el aburrimiento por encierro y las preocupaciones como: pérdidas familiares, falta de alimentos, padres desempleados, entre otros, hizo que la mayoría de los jóvenes empezaran a trabajar para aportar económicamente en sus hogares.

Inicialmente la pandemia provocó mucha tensión y estrés, sin embargo, después la relación familiar mejoró al punto de llegar a conocerse mejor, teniendo más cercanía con los seres queridos.

En el contexto educativo es una realidad general que los estudiantes de tercero de bachillerato no tienen un adecuado plan de estudio efectivo que le ayuden a fortalecer y enriquecer sus habilidad y destreza en el aprendizaje.

Cada uno de los estudiantes tienen su propia perspectiva, y ante un mismo acontecimiento presentado en el acto de enseñar, puede tener dentro del grupo de estudiantes muy distintas interpretaciones, emociones y percepciones de la situación (Castro & Vega, 2021, p. 331).

Sistema de actividades para contrarrestar el estado emocional

Un sistema de actividades hace referencia a un conjunto de actividades en el que se plantean objetivos y metas a cumplir. En el ámbito educativo ayuda a que el estudiante mejore en su rendimiento académico, debido a que un sistema de actividades se realiza de acuerdo a la realidad educativa que le permita al docente tener múltiples maneras de impartir su contenido y a su vez que los estudiantes lo asimilen de manera significativa.

Mendoza (2022) indica que:

Cada uno de sus elementos están interrelacionados de una forma u otra, y están diseñados para alcanzar un objetivo común, el cual debe estar pensado previamente, por lo que no pueden funcionar de forma independiente, sino que el sistema debe trabajar como un todo. (p. 12)

Se plantea que un sistema es un conjunto en el que se relaciona objetivos y metas a cumplir, mientras que las actividades son tareas que se aplican para alcanzar un mismo fin. Se debe tener en cuenta a la hora de diseñar las actividades, las necesidades, motivos, operaciones, medios, acciones y condiciones en que se desarrollan (Comendador & Hidalgo, 2019). Las actividades que se realicen en un sistema deben estar relacionadas, llevadas a un fin que es mejorar el rendimiento académico de los estudiantes. Se puede plantear entonces el sistema de actividades como acciones conjuntas que lleven a un fin en común (Buela, 2018).

Precisamente, este autor expresa que:

Se concibe el sistema de actividades como el conjunto de tareas docentes concebidas para contribuir al desarrollo del proceso docente educativo con el objetivo de adquirir conocimientos, hábitos, habilidades. Estas deben responder a objetivos del programa de estudio, el interés de las necesidades del grupo y de la escuela. (p. 6)

Entonces un sistema de actividades bien planteado fortalecerá el proceso de enseñanza aprendizaje, que ayude a que el estudiante se sienta más motivado y mejore su estado emocional. Las tareas que se realicen en el sistema de actividades deben contribuir positivamente al proceso de enseñanza aprendizaje, donde el estudiante podrá adquirir habilidades y destrezas.

Luego de la recolección de datos y de los resultados obtenidos en la observación, encuesta y entrevista aplicados a los estudiantes de tercero de bachillerato de la sesión matutina de la unidad educativa “4 de Noviembre”, se logró diseñar un sistema de actividades con acciones concretas a realizar. Esta propuesta educativa permitirá contrarrestar el estado emocional al grupo de estudio, mediante la utilización de estas herramientas basadas en la práctica a fin de que los estudiantes experimenten e interactúen con los materiales propuestos, también podrán vivenciar experiencias únicas y emocionales, que los motivaran para la asimilación de los aprendizajes significativos. Con base a los resultados obtenidos se hace necesario el estudio de las emociones desde el punto de vista de Robert Plutchik en la rueda de las emociones que consiste en una herramienta psicológica que identifica y verbaliza las emociones que son más complejas. En la Figura 2 se muestra que en la parte central se encuentran las emociones humanas primarias y a sus alrededores están los diversos niveles que matizan estas sensaciones.

Fuente: <https://pymstatic.com/51649/conversions/rueda-emociones-robert-plutchik-wide.jpg>

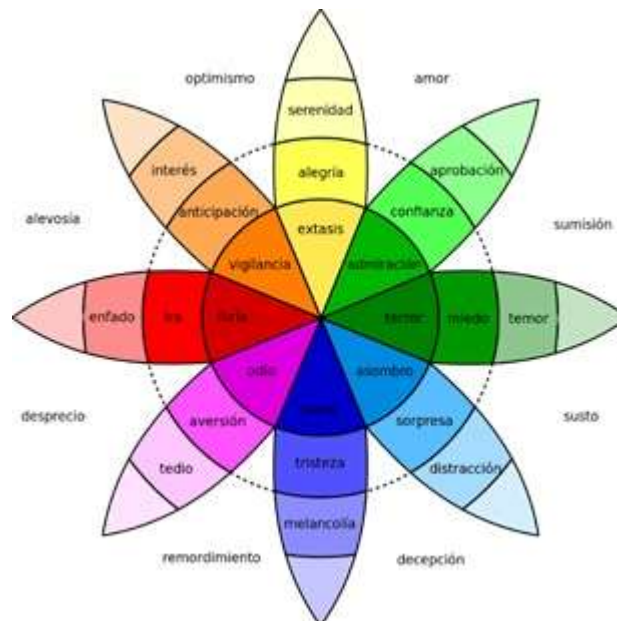


Figura 2. Rueda de las emociones de Robert Plutchik

Basados en los resultados del diagnóstico se procede a elaborar un sistema de actividades que posee una estructura que favorece el orden metodológico y didáctico al incorporar componentes de los procesos educativos.

Cada una de las actividades propuestas tendrá la siguiente estructura: (1) Título de la actividad, (2) Objetivo de la actividad, (3) Contenido a desarrollar, (4) Medios a utilizar, (5) Participación, (6) Evaluación de la actividad y (7) Tiempo de duración (Cevallos & Navarrete, 2021; Pachay, Navarrete & Pico, 2021; Pisco & Navarrete, 2021).

Actividad 1

Título de la actividad: tarjeta de autorreflexión sobre nuestras emociones.

Objetivo de la actividad: Identificar el estado emocional de los estudiantes enfocados en el estudio de la neurociencia aplicada al desarrollo de la personalidad.

Contenido a desarrollar: se propondrá varias tarjetas con diferentes emociones y el estudiante escogerá la tarjeta con la emoción que más se identifique, luego expondrá mediante expresiones faciales el tipo de emoción que seleccionó para que sus compañeros adivinen la tarjeta escogida, con el fin que los estudiantes concienticen su diario vivir, realizando acciones que permitan la madurez del pensar antes de actuar.

Medios a utilizar: tarjetas de emociones.

Participantes: estudiantes de tercero de bachillerato y docente.

Evaluación de la actividad: se efectuará una autoevaluación y coevaluación de manera cualitativa donde se resalte la experiencia adquirida en la actividad en función de los siguientes criterios: percibe las sensaciones corporales asociadas a las experiencias emocionales básicas personales, identificando dichas emociones básicas y nombrándolas para favorecer la conciencia emocional; reconoce estados de ánimos, sensaciones y emociones para crear, expresar y comunicar mensajes corporales.

Tiempo de duración: una sesión de 40 minutos.

Actividad 2

Título de la actividad: grupo de apoyo entre compañeros.

Objetivo de la actividad: incentivar la participación mediante la motivación para que los estudiantes socialicen las secuelas que dejó la pandemia COVID 19.

Contenido a desarrollar: se mostrarán imágenes sobre las dificultades que pasaron las familias por la COVID-19 y se empieza a relatar una experiencia para animar a que los estudiantes participen contando sus vivencias donde detallen las emociones que sintieron antes y durante la pandemia.

Medios a utilizar: imágenes sobre la COVID-19.

Participantes: estudiantes de tercero de bachillerato y docente.

Evaluación de la actividad: se efectuará una autoevaluación y coevaluación de manera cualitativa donde se resalte la experiencia adquirida en la actividad en función de los siguientes criterios: reconoce las emociones propias y las de los demás como medio para desarrollar la capacidad de autodescubrimiento personal; demuestra responsabilidad y respeto por el criterio y opiniones de los demás compañeros.

Tiempo de duración: todo el periodo lectivo, sesiones de 30 minutos semanales.

Actividad 3

Título de la actividad: vínculo familiar.

Objetivo de la actividad: fomentar el vínculo de los integrantes de la familia de los estudiantes, mediante el reconocimiento de las virtudes y defectos para favorecer la convivencia en el hogar.

Contenido a desarrollar: los estudiantes escribirán en una hoja el rol de un integrante de su familia y lo imitarán, también indicarán qué aspectos positivos y negativos le caracteriza, tomando conciencia que cada integrante posee la capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables para la solución de problemas dentro de la familia.

Medios a utilizar: papel y esfero.

Participantes: docente y estudiantes de tercero de bachillerato.

Evaluación de la actividad: se efectuará una autoevaluación y coevaluación de manera cualitativa donde se resalte la experiencia adquirida en la actividad en función del siguiente criterio: actúa en diferentes contextos asumiendo la responsabilidad de la propia conducta y reparando, si fuera necesario, los daños causados en los objetos y en la estima de sus iguales y de los adultos para el desarrollo de su capacidad de autorregulación emocional y las relaciones interpersonales.

Tiempo de duración: todo el periodo lectivo, sesiones de 30 minutos por semana.

Actividad 4

Título de la actividad: estimulación cognitiva.

Objetivo de la actividad: desarrollar destrezas de forma didáctica, ejercitando la mente del estudiante de manera innovadora que fortalezca las capacidades lógicas y abstractas.

Contenido a desarrollar: se dispondrán juegos estratégicos (damas, backgammon, dominó, ajedrez, go, parchís, monopoly, scrabble, reversi y rummikub), en horarios disponibles como recreos o cuando el docente lo amerite, para que los estudiantes realicen desafíos y así desarrollen tácticas de competición.

Medios a utilizar: tableros, cartas y fichas de juegos.

Participantes: estudiantes de tercero de bachillerato.

Evaluación de la actividad: se efectuará una autoevaluación y coevaluación de manera cualitativa donde se resalte la experiencia adquirida en la actividad en función del siguiente criterio: regula la experiencia y la expresión emocional a través de la reflexividad, la tolerancia a la frustración y la superación de dificultades de modo que se desarrolle la autorregulación de la impulsividad emocional.

Tiempo de duración: todo el periodo lectivo, sesiones de 30 minutos semanales.

Actividad 5

Título de la actividad: talleres socioemocionales.

Objetivo de la actividad: desarrollar habilidades para la vida, para el favorecimiento de la interacción de uno con otros de forma positiva, mediante la comunicación asertiva y las relaciones interpersonales.

Contenido a desarrollar: el personal del Departamento de Consejería Estudiantil (DECE) realizará charlas sobre los tipos de emociones con el fin de que los jóvenes conozcan, entiendan y regulen sus emociones, además que sean empáticos con los demás, que establezcan y desarrollen relaciones positivas, sean responsables en el ámbito personal y social, así como definir y ser perseverante para alcanzar metas personales.

Medios a utilizar: material didáctico.

Participantes: personal del DECE y estudiantes de tercero de bachillerato.

Evaluación de la actividad: se efectuará una autoevaluación y coevaluación de manera cualitativa donde se resalte la experiencia adquirida en la actividad en función del siguiente criterio: comprende y analiza las emociones que experimenta, estableciendo una relación entre ellas y los sucesos, y las consecuencias que provoca en sí mismo y en los demás para desarrollar el autoconocimiento emocional.

Tiempo de duración: todo el periodo lectivo, sesiones de una hora cada parcial.

Actividad 6

Título de la actividad: espacios creativos.

Objetivo de la actividad: desarrollar las competencias en los estudiantes mediante el uso de la creatividad para el fortalecimiento de los estados anímicos que permita la participación mediante actividades recreacionales.

Contenido a desarrollar: se indicará a los estudiantes que deben crear una colección de experiencias positivas (recortes, dibujos, fotografías, etc.) con el fin de que reconozcan las emociones en sí mismos y en las demás personas, además se implementará la creación de espacios de entretenimiento (mesas de trabajos, asientos, bancas, carteleras, etc.) para que los jóvenes reproduzcan sus emociones por medio del desarrollo de su creatividad (pintura, dibujo, conversaciones, expresiones, etc.) y así maximizar el aprovechamiento de los estudiantes, la creación de estos espacios será en horarios disponibles como recreos o cuando el docente lo amerite.

Medios a utilizar: papel, esfero, recortes, fotografías, materiales reciclables y propios.

Participantes: estudiantes de tercero de bachillerato y docente.

Evaluación de la actividad: se efectuará una autoevaluación y coevaluación de manera cualitativa donde se resalte la experiencia adquirida en la actividad en función del siguiente criterio: detecta e identifica los obstáculos sociales y emocionales que limitan el potencial creativo con el fin de poner las bases de la autoconfianza en las propias capacidades creativas.

Tiempo de duración: todo el periodo lectivo, sesiones de una hora cada mes.

Actividad 7

Título de la actividad: campaña digital sobre las emociones.

Objetivo de la actividad: reflexionar las vivencias de los adolescentes, mediante las emociones, que permita dar solución a las problemáticas.

Contenido a desarrollar: se creará un blog sobre las emociones en el que los estudiantes puedan comentar sus estados emocionales de forma anónima y así darles soluciones a las dificultades que presenten.

Medios a utilizar: dispositivos tecnológicos.

Participantes: estudiantes de tercero de bachillerato y docente.

Evaluación de la actividad: se efectuará una autoevaluación y coevaluación de manera cualitativa donde se resalte la experiencia adquirida en la actividad en función del siguiente criterio: experimenta nuevas formas

de percibir e interpretar la realidad de modo que se favorezca la sensibilidad a lo que nos rodea, la apertura al cambio y a la innovación.

Tiempo de duración: todo el periodo lectivo, sesiones de una hora cada mes.

Validación del sistema de actividades por criterio de especialistas y coeficiente de concordancia ANOCHI

La validación del sistema de actividades propuestas se realizará mediante el criterio de especialistas (5) a los cuales se le aplicó un cuestionario para emitir su valoración a partir del uso de una escala ordinal del 1 al 5, donde 5 es el mayor nivel de acuerdo y 1 el menor nivel de acuerdo. Esto será tomado en cuenta para la determinación del coeficiente de concordancia de ANOCHI que permite evaluar fiabilidad al determinar la asociación entre jueces al evaluar objetos o variables, los cuales reciben un valor de rango cuantitativo según una escala numérica (Araujo, 2009). Así mismo la escala de interpretación será de: Insuficiente < 0.20; Débil $0.21 < x < 0.40$; Moderado $0.41 < x < 0.60$; Bueno $0.61 < x < 0.80$ y Elevado > 0.80 (Araujo, 2009). (Tabla 3)

Tabla 3. Resultados del cálculo del coeficiente de concordancia ANOCHI.

Especialistas/ Variables	V1	V2	V3	V4	V5	V6	V7	Media
E1	5	5	5	5	5	5	5	5.00
E2	5	4	5	4	5	4	5	4.57
E3	4	3	4	3	4	4	5	3.86
E4	4	4	4	4	4	4	4	4.00
E5	5	5	5	5	5	5	5	5.00
Suma	23	21	23	21	23	22	23	
Media	4.49							
Diferencia de Rangos (DR)	6	10	6	10	6	6	4	6.86
Fracción de Discrepancia (FD)	0.17	0.28	0.17	0.28	0.17	0.17	0.11	0.19
Fracción de Concordancia (FC)	0.83	0.72	0.83	0.72	0.83	0.83	0.89	0.81

Legenda: VALOR DE ANOCHI = 0.81

Observaciones de los especialistas

1. Rectificar el tiempo de aplicación.
2. Sustituir la frase «habilidades adquiridas» por «experiencia adquirida».
3. Es muy difícil autoevaluar y coevaluar sin indicadores.

4. No queda claro cómo la actividad 4 fortalece las emociones.
5. Las actividades cumplen con el objetivo general.
6. Se considera que las actividades planificadas son pertinentes con el objetivo de la investigación.
7. Se sugiere revisar los condicionantes de los estados emocionales aprobados por la neurociencia aplicada al desarrollo de la personalidad.
8. Se deben ubicar algunas actividades para el conocimiento de sí mismo y sobre el autocontrol emocional.

CONCLUSIONES

Las emociones y sentimientos de los adolescentes, en gran parte se deben al ambiente que se dé desde el hogar o en el colegio y se refleja en la actitud, en el comportamiento y en el rendimiento académico.

Es fundamental que los padres de familias estén pendientes en el proceso educativo y social de sus hijos, porque así se tiene una visión del conjunto de emociones y sensaciones del adolescente.

Los referentes teóricos sobre el estado emocional fueron sustentados en base a un estudio previo, que permitió conocer las temáticas necesarias sobre el problema detectado para luego aplicar estrategias didácticas, que permitirá contrarrestar el estado emocional y a su vez mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje.

El diagnóstico realizado mediante los instrumentos aplicados, determinó la realización de un sistema de actividades que ayude a contrarrestar el estado emocional, además de mejorar la calidad de la educación proporcionando a los estudiantes un cambio que es un factor importante y diferenciador en las instituciones.

La validación de los resultados se realizó mediante el método de consulta a especialistas y el cálculo del Coeficiente de Concordancia ANOCHI obtuvo como valor 0,81 que es elevado y por tanto se evidencia la viabilidad y confiabilidad de la propuesta y se establece que la propuesta es apta para su aplicación y sirva de referente en otras instituciones educativas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Araujo, J. A. (2009). *Propuesta metodológica para realizar planeación estratégica creativa*. Tesis de Doctorado. Universidad de la Habana, Cuba.
- Bauce, G. J., Córdova, M. A. & Avila, A. V. (2018). Operacionalización de variables. *Revista del Instituto Nacional de Higiene "Rafael Rangel"*, 49(2), 43. https://revista.vps.co.ve/wp-content/uploads/2020/12/Revista-cientifica_vol_49_2.pdf#page=52
- Benavidez, V. V. & Flores P. R. (2019). La importancia de las emociones para la neurodidáctica. *Revista Wímb Lu*, 14(1), 25-53. <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/wimblu/article/view/35935>
- Blanco, M. A. & Blanco, M. E. (2021). Bienestar emocional y aprendizaje significativo a través de las TIC en tiempos de pandemia. *Ciencia UNEMI*, 14(36), 21-33. <https://ojs.unemi.edu.ec/index.php/cienciaunemi/article/view/1243>
- Buela Corrales, L. (2018). Sistema de ejercicios para el aprendizaje de la Armonía. *Varona*, (60), 6-14. <http://revistas.ucpejv.edu.cu/index.php/rVar/article/view/303>
- Castro Nevarez, V. H. & Vega Intriago, J. O. (2021). La motivación y su relación con el aprendizaje en la asignatura de física de tercero en bachillerato general unificado. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0*, 25(2), 322-348. DOI: [10.46498/reduipb.v25i2.1503](https://doi.org/10.46498/reduipb.v25i2.1503)
- Cevallos Briones, E. T. & Navarrete Pita, Y. (2021). Impacto emocional en niños de 3 a 5 años por aislamiento en su entorno familiar a consecuencia del COVID-19: caso unidad educativa "Los Andes". *Estudios del Desarrollo Social: Cuba y América Latina*, 9(NE), 1-17. <http://www.revflacso.uh.cu/index.php/EDS/article/view/625>
- Comendador González, Y. & Hidalgo Ortega, J. L. (2019). Sistema de actividades para el desarrollo de un estilo de educación familiar cooperativo. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*, marzo. <https://www.eumed.net/rev/caribe/2019/03/educacion-familiar-cooperativo.html>
- Espinoza Freire, E. E. (2019). Las variables y su operacionalización en la investigación educativa. Segunda parte. *Conrado*, 15(69), 171-180. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000400171&lng=es&tlng=pt
- Fernández Poncela, A. M. (2019). Educación: competencias, emociones y humor, perspectivas y estudios. *Educación y humanismo*, 21(37), 51-66. DOI: [10.17081/eduhum.21.37.3365](https://doi.org/10.17081/eduhum.21.37.3365)
- Fernández Poncela, A. M. (2020). 2020: Estudiantes, emociones, salud mental y pandemia. *Revista Andina de Educación*, 4(1), 23-29. <https://revistas.uasb.edu.ec/index.php/ree/article/view/1567>

- García Andrade, A. (2019). Neurociencia de las emociones: la sociedad vista desde el individuo. Una aproximación a la vinculación sociología-neurociencia. *Sociológica*, 34(96), 39-71. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0187-01732019000100039
- Mendoza Yañez, M. M. (2022). Sistema de actividades para el desarrollo de la inteligencia emocional en educandos del nivel preescolar. *Joven Educador*, 40, 4-15. <http://revistas.ucpejv.edu.cu/index.php/rJEdu/article/view/1499>
- Oliveros P., V. B. (2018). La inteligencia emocional desde la perspectiva de Rafael Bisquerra. *Revistas de investigación*, 42(93), 95-109. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=376157736006>
- Ortiz Mancero, M. F. & Núñez Naranjo, A. F. (2021). Inteligencia emocional: evaluación y estrategias en tiempos de pandemia. *Revista Científica Retos de la Ciencia*, 5(11), 57-68. <https://retosdelacienciaec.com/Revistas/index.php/retos/article/view/356>
- Pachay Loor, L. Del R., Navarrete Pita, Y. & Pico Mieles, J. G. (2021). Desarrollo de la educación ambiental en estudiantes de quinto grado de la Escuela de Educación Básica “Eloy Alfaro”. *Estudios del Desarrollo Social: Cuba y América Latina*, 9 (NE-2), 73-90. <http://www.revflacso.uh.cu/index.php/EDS/article/view/629/742>
- Palma Delgado, G. M. & Barcia Briones, M. F. (2020). El estado emocional en el rendimiento académico de los estudiantes en Portoviejo, Ecuador. *Dominio de la Ciencia*, 6(2), 72-100. <https://www.dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/article/view/1207>
- Pisco Román, J. W. & Navarrete Pita, Y. (2021). El fortalecimiento de la lectoescritura: una necesidad en estudiantes de Educación General Básica. *Estudios del Desarrollo Social: Cuba y América Latina*, 9 (NE-2), 18-34. <http://www.revflacso.uh.cu/index.php/EDS/article/view/626/754>
- Prado Verdi, M. M. O. (2018). Agresividad y estado emocional en estudiantes de Instituciones Educativas de Lima Metropolitana. *Revista de Investigación en Psicología*, 21(1), 101. DOI: [10.15381/rinvp.v21i1.15116](https://doi.org/10.15381/rinvp.v21i1.15116)
- Pulido Acosta, F. & Herrera Clavero, F. (2018). Ansiedad y felicidad como estados emocionales contrapuestos en la infancia. *European Journal of Investigation in Health Psychology and Education*, 8(2), 65-77. <https://www.mdpi.com/2254-9625/8/2/65>
- Rodríguez Rensoli, M., García Felipe, W. & Fuentes Rodríguez, C. (2020). Valores éticos y emociones desde el desarrollo de metodologías activas en la formación docente. *Revista Scientific*, 5(15), 229-246. DOI: [10.29394/scientific.issn.2542-2987.2020.5.15.11.229-246](https://doi.org/10.29394/scientific.issn.2542-2987.2020.5.15.11.229-246)

Silva Idrovo, R. R., Pino Morán, F. N. & Guzmán Barquet, E. A. (2018). Implicaciones de la inteligencia emocional en los estilos de liderazgo. *Universidad y Sociedad*, 10(3), 247–254. <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/945>

Suárez Pupo, A., Hurtado Astudillo, J. R., & Bustamante Cruz, R. E. (2021). La educación emocional en las aulas universitarias, un reto a alcanzar. *Opuntia Brava*, 13(2), 391–402. <http://opuntiabrava.ult.edu.cu/index.php/opuntiabrava/article/view/1149>

Valenzuela Santoyo, A. del C. & Portillo Peñuelas, S. A. (2018). La inteligencia emocional en educación primaria y su relación con el rendimiento académico. *Revista Electrónica Educare*, 22(3), 1-15. DOI: [10.15359/ree.22-3.11](https://doi.org/10.15359/ree.22-3.11)

Vega, J. O., Bello Dávila, Z., Medina García, J. & Alfonso León, A. (2019). Un estudio de las competencias emocionales en estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Manabí. *Revista Científica Sinapsis*, 1(14). DOI: [10.37117/s.v1i14.190](https://doi.org/10.37117/s.v1i14.190)

Vélez Ávila, E. B., Vega Intriago, J. O. & Zambrano Acosta, J. M. 2(2022). Formación de las emociones y su incidencia en la inestabilidad motriz en los niños de 4-5 años en la escuela José De Vasconcellos. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0*, 26(Extraordinario), 129-152. DOI: [10.46498/reduipb.v26iextraordinario.1673](https://doi.org/10.46498/reduipb.v26iextraordinario.1673)

Conflictos de intereses

Los autores declaran que no existe conflictos de intereses.

Contribución Autoral

Jéssica Katherine Meza Montes: Investigación e idea inicial, recolección, interpretación y análisis de los datos, redacción del manuscrito y aprobación en su versión final, elaboración de las conclusiones.

Yulexy Navarrete Pita: Interpretación y análisis de los datos, redacción del manuscrito y aprobación en su versión final, elaboración del resumen y traducción al inglés, revisión de las referencias bibliográficas, adecuación a las normas de la revista y envío.

Jimmy Manuel Zambrano Acosta: Interpretación y análisis de los datos, redacción del manuscrito y aprobación en su versión final, elaboración del resumen y traducción al inglés, revisión de las referencias bibliográficas, adecuación a las normas de la revista y envío.

