

**EDUCACIÓN DE LA CONCIENCIA Y REGULACIÓN
EMOCIONAL EN ALUMNOS DE NB2 DE UN
ESTABLECIMIENTO EDUCACIONAL CONFESIONAL
DE LA CIUDAD DE NUEVA IMPERIAL, CHILE¹**
*Education of Conscience and Emotional Regulation in Nb2
Students From a Faith School in New Imperial, Chile*

Rocío Colli ²

Hiter Bustamante ³

Abstract

The research deals with the education of Awareness and Emotional Regulation in NB2 students of a Faith School in Nueva Imperial.

The methodology used in this research corresponds to the qualitative paradigm and single case design, with ethnographic approach. The planned sample corresponds to four teachers from this level, and students as key participants. Focus group techniques, interviews and observations of classrooms transcribed as ethnographic records were used. The validation was performed by triangulating this information.

The results indicate that teachers attach great importance to the emotional education of their students and recurrent flattering emotional awareness practices are observed. Moreover, in terms of Emotional Regulation, it is concluded that there are flattering practices, but to a greater extent, the unfavorable action to suppress and ignore the students' emotions in the classroom. Consequently, the main obstacles for a proper education on emotional matters related to external and internal environment of teachers are identified.

¹ Tesis para optar al Grado de Magister en Educación con Mención Orientación Educacional y Vocacional, Universidad de La Frontera, Temuc, Chile.

² Magister en Educación Mención Orientación Educacional y Vocacional. Corporación Educacional Bautista. Colegio José Giordano, Nueva Imperial E-mail: rociocolli@gmail.com

³ Profesor Guía de Tesis. Liceo Jorge Alessandri Rodríguez. E-mail: robuja@gmail.com

Key words: *Education awareness - emotional regulation - qualitative paradigm - ethnographic approach.*

Resumen

La investigación realizada aborda la educación de la Conciencia y Regulación Emocional, en alumnos de NB2 de un establecimiento educacional confesional de la ciudad de Nueva Imperial.

La metodología empleada en esta investigación corresponde al paradigma cualitativo y al diseño de caso único, con enfoque etnográfico. La muestra intencionada corresponde a cuatro profesores del nivel, además de alumnos como informantes claves. Se utilizó técnicas de grupos focales, entrevistas y observaciones de aulas transcritas como registros etnográficos. La validación se efectuó triangulando esta información.

Los resultados señalan que los profesores asignan una alta importancia a la educación emocional de sus estudiantes y se observan recurrentes prácticas favorecedoras de la Conciencia Emocional. Por otra parte, en cuanto a Regulación Emocional, se concluye que existen prácticas favorecedoras pero, en mayor medida, la desfavorable acción de reprimir e ignorar las emociones de los estudiantes en el aula. Asimismo, se identifican los principales obstaculizadores para una adecuada educación en materia emocional, relacionadas con el medio externo e interno de los docentes.

Palabras clave: Educación de la conciencia - regulación emocional - paradigma cualitativo - enfoque etnográfico.

Introducción

Es deber de la educación emocional educar en conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes para formar personas competentes emocionalmente. En esta línea, distintos autores conceptualizan el término competencias emocionales, de las cuales para efectos de esta investigación, se seleccionan dos: Conciencia Emocional y Regulación Emocional.

Conciencia Emocional se define como la competencia que implica conocerse a sí mismo, como un proceso constante, reconociendo los propios sentimientos y emociones, para lograr tomar conciencia de este propio estado emocional. Esta

capacidad implica también la necesidad de expresión verbal y no verbal, que son medios claves para la propia conciencia y reconocimiento de las emociones y sentimientos de los demás (Renom, 2012).

Regulación Emocional es la capacidad para manejar las propias emociones de manera adecuada. Tiene relación con regular los propios impulsos, canalizar favorablemente las emociones desagradable sin tener que llegar a una acción negativa, tolerar la frustración y saber esperar las gratificaciones. Todas estas habilidades configuran la competencia, la cual es indispensable para ser una persona que desarrolle todo su talento innato (Renom, 2012).

La importancia de desarrollar competencias emocionales desde la niñez, radica en una serie de beneficios que trae consigo a la persona, como son: proceso de aprendizaje más favorable, disminución de conductas de riesgo y agresividad y, por ende, adultos más exitosos. Por otro lado, la ausencia de esta educación dificulta el desarrollo personal y las relaciones interpersonales, trayendo consigo consecuencias negativas para el bienestar.

Es la escuela, el ambiente propicio para desarrollar la educación emocional. Asimismo, el profesor es quien se configura como el educador emocional por excelencia de sus estudiantes (Céspedes, 2008). Es por ello que la presente investigación se enfoca en el contexto de NB2 de un establecimiento confesional, con los profesores y sus interacciones en aula como principal foco de atención.

De acuerdo a los razonamientos que se ha venido realizando, surge esta investigación, con el propósito de revelar valiosa información respecto al quehacer del profesorado en materia emocional desde temprana edad, de manera tal, que sea un recurso para efectuar cambios favorables en este ámbito y/o reforzar las acciones llevadas en la práctica diaria. Por lo tanto, cabe preguntarse:

¿Cuál es la importancia que atribuyen los docentes a la educación de la conciencia emocional y regulación emocional y de qué manera se incorpora en la práctica pedagógica, en el nivel básico 2 de un establecimiento educacional confesional de la ciudad de Nueva Imperial, Chile?

Objetivo General

Conocer la importancia que atribuyen los docentes a la educación de la Conciencia Emocional y Regulación Emocional y describir su incorporación en las prácticas pedagógicas, en el contexto de nivel básico 2 de un establecimiento educacional confesional de Nueva Imperial, Chile.

Objetivos Específicos

- * Determinar la importancia que los docentes de nivel básico 2 atribuyen a la Educación Emocional de sus estudiantes.
- * Identificar y describir las prácticas pedagógicas, relacionadas con la educación de la Conciencia Emocional y Regulación Emocional en los estudiantes.
- * Detectar los principales obstaculizadores que los docentes identifican en el desarrollo de la Educación Emocional de los alumnos y alumnas.

Metodología

La investigación se enmarca dentro de los parámetros de un estudio de tipo cualitativo, siendo relevante el sentido que otorgan los actores al fenómeno observado, de acuerdo a las propias opiniones y experiencias de quienes participan en él. Según lo señala Strauss y Corbin (2002), puede tratarse de investigaciones sobre la vida de la gente, las experiencias vividas, los comportamientos, emociones y sentimientos, así como el funcionamiento organizacional, los movimientos sociales y los fenómenos culturales.

A su vez, el estudio en el cual se inscribe esta investigación corresponde al tipo descriptivo y el diseño de investigación elegido se enmarca dentro del enfoque de etnografía educacional de caso único que, como señalan Goetz y LeCompte (1988), implica un proceso heurístico, un modo de investigar el comportamiento humano. En este mismo sentido, Bisquerra (1989) lo señala como una descripción del modo de vida de una raza o un individuo. De esta forma, se proporciona información de carácter descriptivo utilizando el propio contexto, por lo cual, es el enfoque apropiado para alcanzar los objetivos de estudio señalados anteriormente.

En relación a los sujetos de investigación, corresponden a un subgrupo de la población docente de un establecimiento educacional confesional de la ciudad de Nueva Imperial, elegidos intencionalmente por su vinculación con el segmento en el cual se lleva a cabo la investigación. Por lo tanto, participan de esta investigación cuatro docentes de nivel básico 2, que corresponden a los profesores jefes de 3° y 4° básico y profesores de asignaturas. Asimismo, para efectos de validación, se triangula los datos con otros informantes claves, que son los estudiantes de los cursos señalados y sus interacciones en el aula, pues constituyen sujetos trascendentales en la producción de información para esta investigación.

En concordancia con los objetivos propuestos y diseño metodológico, la recolección de información se realizó a través de las siguientes técnicas e instrumentos:

- * Grupo focal aplicado a los docentes participantes.
- * Grupo focal aplicado a ocho estudiante representativos de 3° y 4° básico.
- * Observación no participante: 12 observaciones de aula.

Las observaciones fueron registradas mediante videograbaciones y luego transcritas como registros etnográficos. Así también, la información de los grupos focales se registró mediante videograbación y, posteriormente, se transcribió en notas. Finalmente, toda la información recolectada se analizó con el programa ATLAS.ti 6.0

Análisis de resultados

Los resultados se presentan de acuerdo a los objetivos específicos planteados, de manera ordenada y sistemática, y se realiza de acuerdo a la siguiente pauta (Rodríguez, Gil y García, 1999):

- * Reducción y categorización de datos obtenidos. Utilización de software ATLAS.ti 6.0
- * Disposición de datos y transformación, para ser susceptible de análisis.
- * Interpretación de datos, para su posterior discusión y conclusiones.

A continuación, se presentan resúmenes de la reducción y categorización de la información.

Cuadro N°1
Objetivo N° 1, Categoría Valoración de la Educación Emocional por Parte de los Profesores y Subcategorías

Objetivo	Categoría	Subcategorías
Determinar la importancia que los docentes de nivel básico 2 atribuyen a la Educación Emocional de sus estudiantes.	Valoración de la Educación Emocional por parte de los profesores: Importancia que los docentes atribuyen a la educación emocional, ventajas y/o desventajas de su incorporación.	-Valoración positiva, ventajas. -Aspectos negativos, desventajas. -Indiferencia.

De acuerdo a las subcategorías señaladas, la información recogida en el grupo focal con profesores y analizada en ATLAS.ti 6.0 señala:

- * **Valoración positiva, ventajas:** 17 citas textuales manifestadas por todos los profesores y en reiteradas ocasiones, que menciona la importancia que asignan los profesores a la educación emocional. Dentro de ellas, relacionan esta importancia con algunas ventajas para los estudiantes: contribuyen a mejores aprendizajes; les capacita en habilidades para afrontar las frustraciones y el estrés; es imprescindible para un desarrollo integral; forma futuros adultos más felices y profesionales exitosos.
- * **Aspectos negativos, desventajas:** Se mencionan 4 citas textuales, que dicen relación con algunas desventajas de incorporar la educación emocional y que, por tanto, influyen en la importancia que se les otorga en la práctica en el aula. Estos aspectos, señalados por dos profesores, dicen relación con: conocer las emociones de los estudiantes, lo que implica involucrarse emocionalmente con ellos y, por tanto, quedar expuestos a que les afecte; involucrarse con las emociones personales incide en el actuar profesional, cayendo en una condescendencia; al otorgar demasiada importancia a las emociones se tiende a perder la autoridad frente al grupo.
- * **Indiferencia:** Se obtienen 3 citas textuales, señaladas por un docente, en cuanto a no sentir interés por la educación emocional. Estas citas hacen referencia a: reconocer que el tema abordado es de competencia de los docentes, pero que prefiere no involucrarse.

Así también, la información recogida en el grupo focal con alumnos y analizada en ATLAS.ti 6.0 señala:

- * **Valoración positiva:** Se registran 3 citas textuales que tienen relación con la percepción que ellos tienen, en cuanto a que los profesores asignan importancia a la educación emocional. Tres participantes señalan que se dan cuenta que para los profesores es importante, porque siempre les pregunta cómo están; que en la hora de clase la profesora permite conversar de sí mismos. De igual forma, se registran aspectos no verbales, en los cuales la mayoría de los alumnos presentes afirman lo dicho positivamente.
- * **Aspectos negativos, desventajas:** Se detectan 3 citas textuales expresadas por dos alumnos y se refieren a la percepción que los alumnos tienen de las acciones realizadas por sus profesores, que restan importancia a la educación emocional. Sus opiniones dicen relación con la idea de que existe poco interés de los profesores por escucharlos.

En esta misma línea, las observaciones en aula señalan:

- * **Valoración positiva, ventajas:** Se presentan 15 citas textuales, correspondientes a expresiones observadas en clases, que dan cuenta de acciones por parte de los profesores que muestran que en la práctica asignan importancia a la educación emocional. Cabe destacar que estas acciones fueron registradas en todas las observaciones, y dicen relación, principalmente, con el momento devocional al inicio de la jornada. Además, tienen relación con la intención del profesor de crear ambiente grato, clima favorable. Otras expresiones, en tanto, se refieren a conversaciones personales con alumnos.
- * **Aspectos negativos, desventajas:** Se extraen 4 citas que dan cuenta de acciones que restan importancia a la educación emocional. Dichas observaciones, tienen relación con: un clima desfavorable e inadecuada disposición; escasa apertura a abrir espacios de conversación de intereses de los alumnos.

Cuadro N°2
Objetivo N° 2, Categoría Prácticas Relacionadas con Conciencia Emocional
y Subcategorías

Objetivo	Categoría	Subcategorías
Identificar y describir las prácticas pedagógicas, relacionadas con la educación de la Conciencia Emocional y Regulación Emocional en los estudiantes.	Prácticas relacionadas con Conciencia Emocional: Acciones que realizan los docentes, relacionadas con la educación de la conciencia emocional en los estudiantes.	- Prácticas favorecedoras. -Prácticas desfavorecedoras.

La información recogida en el grupo focal con profesores señala:

- * **Prácticas favorecedoras de la Conciencia Emocional:** Se encuentran 16 citas textuales, en donde todos los profesores aportan en variadas oportunidades. Estas prácticas dicen relación con: devocionales diarios; entrevistas personales; apoyo de capellanía; conversaciones personales y de grupo en la sala de clases en situaciones emergentes.
- * **Prácticas desfavorecedoras de la Conciencia Emocional:** Se encontraron 8 citas textuales referidas por los docentes, que hablan de: insuficiente implementación de las clases de orientación; reprimir las expresiones de emociones por parte de los estudiantes; sanciones sin previa ni posterior reflexión; actitudes autoritarias bajo la idea de no perder la autoridad frente a los alumnos.

Asimismo, según el discurso de los alumnos se extrae:

- * **Prácticas favorecedoras de la Conciencia Emocional:** Se encuentran 7 citas textuales. Tienen relación con: conversaciones personales con profesores sobre sus estados emocionales; devocionales diarios y su espacio para la conversación de aspectos personales.
- * **Prácticas desfavorecedoras de la Conciencia Emocional:** Se encuentra una cita expresada por un alumno, pero afirmada por todos los presentes. Tiene relación con suprimir el momento del devocional diario.

De las observaciones de aula, se extrae:

- * **Prácticas favorecedoras de la Conciencia Emocional:** Se encuentran 14 referencias observadas en el aula. Estas acciones tienen relación con: devocionales diarios y conversaciones de situaciones personales, climas de trabajo favorables, actitudes empáticas y afectuosas por parte de los profesores, metacognición.
- * **Prácticas desfavorecedoras de la Conciencia Emocional:** Se registran 6 referencias, que tienen relación con: sanciones sin una previa averiguación por parte del profesor del por qué, o posterior reflexión con el alumno.

Cuadro N°3

Objetivo N° 2, Categoría Prácticas Relacionadas con Regulación Emocional y Subcategorías

Objetivo	Categoría	Subcategorías
Identificar y describir las prácticas pedagógicas, relacionadas con la educación de la Conciencia Emocional y Regulación Emocional en los estudiantes.	Prácticas relacionadas con Regulación Emocional: Acciones que realizan los docentes, relacionadas con la educación de regulación emocional en los estudiantes.	-Prácticas favorecedoras. -Prácticas desfavorecedoras.

De la información registrada en el grupo focal con docentes, se observa:

- * **Prácticas favorecedoras de Regulación Emocional:** Se aprecian 13 citas textuales referidas por todos los docentes. Estas referencias tienen relación con: devocionales diarios como espacio para ayudarles a tratar sus problemas; consejería por parte de ellos y capellán; técnicas de regulación de impulsividad.
- * **Prácticas desfavorecedoras de Regulación Emocional:** En esta subcategoría se encuentran 3 citas textuales referidas por los docentes, que dicen relación con: reprimir las emociones, por razones de orden o tiempo.

Del discurso de los estudiantes, se extrae:

- * **Prácticas favorecedoras de Regulación Emocional:** Se encuentran 7 citas textuales. Estas citas tienen relación con: devocionales diarios en donde cuentan sus problemas; consejería por parte la profesora y/o capellán; técnicas de regulación.
- * **Prácticas desfavorecedoras de Regulación Emocional:** 14 citas textuales referidas por todos los alumnos: actitud de ignorar situaciones problemáticas en la sala por parte de profesores; ausencia o erróneas técnicas de regulación de impulsividad; sanciones o amenazas de castigo, sin una previa ni posterior reflexión.

En las observaciones en aula, se aprecia:

- * **Prácticas favorecedoras de Regulación Emocional:** 5 referencias obtenidas en las observaciones, las cuales tienen relación con: devocionales diarios; técnicas de regulación de impulsividad, control de estrés.
- * **Prácticas desfavorecedoras de Regulación Emocional:** Se observan 10 referencias, las cuales se relacionan con: autoritarismo; actitud de ignorar situaciones problemáticas en la sala, por parte de profesores; erróneas técnicas de regulación de impulsividad, estrés de los alumnos; sanciones o amenazas de castigo, sin una previa ni posterior reflexión.

Cuadro N°4

Objetivo N° 3, Categoría Obstaculizadores para la Educación Emocional y Subcategorías

Objetivo	Categoría	Subcategorías
Detectar los principales obstaculizadores que los docentes identifican en el desarrollo de la Educación Emocional de los alumnos y alumnas.	Obstaculizadores para la Educación Emocional: Situaciones y/o variables, que indican un impedimento para desarrollar la Educación Emocional en el aula.	- Obstaculizadores del medio. - Obstaculizadores personales.

La información recogida en el grupo focal con profesores señala:

- * **Obstaculizadores del medio:** Se encuentran 18 citas textuales, que son referidas por todos los profesores: escaso tiempo disponible para atender las emociones, en beneficio de los contenidos disciplinares; presión por evaluaciones externas, tanto de los profesores como de los alumnos; presión social para no manifestar las emociones; nulo espacio para que el profesorado desarrolle sus propias habilidades emocionales; elevada cantidad de alumnos por curso; dicotomía en cuanto a lo que se declara como PEI y la práctica institucional; no contar con recursos concretos apropiados para la educación emocional.
- * **Obstaculizadores personales:** Se encuentran 12 citas textuales manifestadas por todos los profesores y se relacionan con: escasa o nula educación emocional de sí mismos, que redundaba en una expresión inapropiada de ellas en la sala, así como en el momento de abordar una situación conflictiva con los alumnos; actitudes autoritarias; escasa o nula preparación personal como docente, para el abordaje de las emociones en el aula.

Del discurso de los estudiantes se extrae:

- * **Obstaculizadores del medio:** Se extraen 10 citas textuales, las cuales dicen relación con: escaso tiempo para tratar sus temas personales, conversar; observan presión sobre sus profesoras; alta cantidad de alumnos en la sala, lo que les impide hablar a todos sobre sí mismos.
- * **Obstaculizadores personales:** Se encuentran 5 citas textuales, en la que los alumnos se refieren a: expresiones desfavorables de las emociones de los profesores en la sala y con ellos.

De las observaciones de aula se registran:

- * **Obstaculizadores del medio:** Se encuentran 6 referencias, que dicen relación con: breve tiempo para tratar temas de interés personal, emocional y, también, para afrontar conflictos, en el aula.
- * **Obstaculizadores personales:** Se observan 5 referencias relacionadas con: manejo inapropiado de emociones personales por parte de los profesores;

inapropiado manejo de situaciones disruptivas en la sala.

Discusión e Interpretación de los Resultados

En relación a la categoría “Valoración de la Educación Emocional por parte de los profesores”, los docentes dan cuenta de una favorable importancia otorgada al tema emocional y su educación en el aula. Además, señalan las implicancias positivas que una educación emocional conlleva, como ser, un aporte a la educación integral de la persona, capacita a los alumnos a afrontar de situaciones problemáticas, y aporta a la formación de un adulto exitoso. Aún cuando se identifican en su discurso aspectos negativos de su incorporación, la totalidad de los docentes reconoce que es de vital importancia su incorporación al proceso educativo del estudiante, por los beneficios que aporta al desarrollo personal.

En esta misma línea, los alumnos señalan apreciar ciertas características en sus profesores que dan cuenta de la importancia que los docentes otorgan a sus estados emocionales. Destacan las actitudes de interés y de escucha atenta a sus problemas personales. Los alumnos también mencionan aspectos en desmedro de la educación de sus emociones, que se interpretan como una tendencia a subordinar el área afectiva. Señalan que les gustaría que sus profesores les escucharan más. Sin embargo, este mismo discurso da cuenta que sí existe cierta importancia otorgada por sus docentes pero que, a su juicio, debería ser mayor.

Siguiendo la misma idea, la información extraída de las observaciones de aula complementa lo dicho anteriormente. Se observan recurrentes actitudes de parte de los docentes que dan cuenta de la importancia que asignan a los aspectos emocionales de sus alumnos. Manifiestan claras señales de abrir espacios de conversación dentro y fuera del aula, y crean climas favorables para la expresión de las emociones de los alumnos. Cabe destacar que el aspecto más recurrente fue el momento devocional al principio de la jornada que, por lo observado, es una práctica institucional. Por otro lado, se observó acciones relacionadas con subordinar la educación emocional por otorgarle mayor relevancia a aspectos curriculares, sin embargo, son mayoritarias las señales positivas.

Según las consideraciones anteriores, cabe consignar la importancia de crear clima de apertura al mundo emocional. Las investigaciones señalan que, una escuela que reconoce el mundo emocional, reconoce la particularidad de cada

sujeto y provee espacios para su desarrollo, obtiene mejores resultados académicos y personales (Casassus, 2007).

Bajo esta lógica, es importante que el profesor, quien pasa mayor parte del tiempo con los alumnos, sea intermediario entre el niño y el camino de asentar la base para la conciencia moral, que a la edad del grupo estudiado comienza a formarse. Los estudiantes necesitan de espacios de reflexión constante y, para ello, es el maestro quien debe otorgarle la importancia necesaria (Céspedes, 2008).

Así también, dar importancia al desarrollar habilidades emocionales desde niños, llevará consigo la disminución de conductas de riesgo y amenazas a la salud mental de quienes se forjan como futuros adultos (Bisquerra, 2009).

En la segunda categoría, correspondiente a “Prácticas relacionadas con la Conciencia Emocional”, los profesores señalan una alta práctica de acciones favorecedoras, las cuales incluyen el buen uso para conversación de los devocionales diarios, entrevistas personales que realizan a los estudiantes con el fin de conocer aspectos personales y aconsejarles y conversaciones en situaciones emergentes en la sala de clase, como problemas de disciplina o académicos. Señalan, además, que hay acciones en menor grado que desfavorecen la educación de la Conciencia Emocional como: la no implementación adecuada de la asignatura de Orientación, acciones autoritarias, sanciones, sin reflexión del actuar y, en ocasiones, la tendencia a reprimir las expresiones emocionales por falta de tiempo. Este discurso tiene concordancia con lo observado en el aula, en donde se aprecia en reiteradas ocasiones la implementación de las prácticas favorables que los docentes señalan, y en menor existencia, las prácticas desfavorables.

Por otra parte, se establece correlación con la información entregada por los estudiantes, quienes, en su totalidad, reconocen la práctica del devocional diario como un espacio favorable a la hora de compartir sus estados emocionales, en donde señalan que establecen conversaciones afables con sus profesores. A la vez, señalan como una práctica desfavorable las instancias en las cuales se suprime el devocional diario, lo cual sucede cuando hay otras actividades.

Según las consideraciones anteriores, la práctica de conversaciones libres de juicio, empáticas y donde se provea una guía a los estudiantes para ser conscientes de sus estados emocionales, reconocer las necesidades del otro y valorar las

emociones, contribuyen al desarrollo de esta competencia (Bisquerra, 2012).

En esta misma dirección, es altamente valioso guiar a los estudiantes a practicar el uso de la comunicación verbal y no verbal para expresar sus emociones, de manera de ampliar su vocabulario y poder expresar de mejor manera sus estados emocionales (Renom, 2012). En este sentido, las prácticas señaladas con mayor frecuencia por los actores investigados, dan cuenta que son acciones favorecedoras para la educación de la Conciencia Emocional. Asimismo, las señaladas con menor frecuencia, son oportunidades desaprovechadas que desfavorecen este desarrollo.

En cuanto a las “Prácticas relacionadas con la Regulación Emocional”, los profesores señalan variadas prácticas, en gran medida, favorecedoras del aprendizaje en los estudiantes. Como prácticas o acciones que promueven esta competencia, señalan los espacios de devocionales diarios en la primera jornada de clases, que se utilizan para orientar los estados emocionales con los cuales llegan los alumnos al colegio. Señalan que son tiempos acotados pero valiosos, para modificar positivamente las emociones desagradables. De la misma forma, identifican los tiempos de consejería con el capellán del colegio y, en menor medida, destacan algunas técnicas de regulación de impulsividad. Estas técnicas se ven reflejadas en acciones con los alumnos como: contar hasta 10 en un momento de enojo, respiración, distracción (cambiar de situación para cambiar la emoción). Por otro lado, los docentes identifican una práctica que desfavorece el desarrollo apropiado de esta competencia. Varios profesores señalan que la acción de reprimir las emociones de los estudiantes la ejercen en distintas situaciones, con el fin de mantener un orden en la sala o por el aprovechamiento del escaso tiempo para los contenidos curriculares.

La información señalada por los docentes es contrastada con lo referido por los estudiantes. Existe una similitud de prácticas favorables identificadas, con la diferencia que los alumnos se refieren en mayor medida a las prácticas desfavorecedoras, por lo que se infiere que podrían ser más significativas para ellos. Estas acciones desfavorables para el desarrollo de la Regulación Emocional corresponden a actitudes por parte de los docentes de ignorar circunstancias problemáticas dentro del aula, y que, por tanto, no existe un aprovechamiento de las situaciones emergentes para regular las emociones. Esto se traduce en una errada técnica de regulación de impulsividad. Asimismo, dicen no experimentar reflexiones previas o posteriores a las sanciones que se les aplica.

Esta tendencia se condice con las observaciones de aula. Si bien se extraen referencias en cuanto a las prácticas favorecedoras, que tienen directa relación con lo que declaran los profesores, son las acciones desfavorables las que en mayor medida se observan y tienen correlación con las referidas por los estudiantes.

Por tanto, las prácticas favorecedoras enunciadas con anterioridad son reconocidas en las tres fuentes de información, pero se aprecia con mayor impacto, por el discurso de los alumnos y lo observado en el aula, las de tipo desfavorecedoras.

Al respecto, cabe señalar que en el ámbito de regulación de las emociones, se transita en el constante riesgo de tender a reprimirlas, ignorarlas o suprimirlas dentro del aula. Para no caer en esta tendencia se debe comprender que a menudo las emociones deben ser reguladas. No se pueden pasar por alto, ya que siempre se tendrán consecuencias: en el caso de reprimirlas o ignorarlas, caer en conductas de riesgo, ira, violencia, intolerancia a la frustración, estrés excesivo, entre otras. Y como resultado de ejercer la regulación emocional, se desarrollan mejores relaciones interpersonales y la tendencia a no sufrir las consecuencias negativas antes descritas (Bisquerra, 2000).

Es oportuno señalar que una de las maneras más favorables para promover la Regulación Emocional, es implicar a los estudiantes en una especie de “entrenamiento” (Shapiro, 2008). Practicar con los niños situaciones cotidianas que implique un control de sus emociones: enojo, impulsividad, tristeza, por mencionar algunas, de manera que pueda contar con estos recursos a la hora de enfrentarse a los llamados “asaltos emocionales” (Goleman, 2000). Por ello, caer en la tendencia de ignorar las emociones desfavorables cotidianas no sólo es un riesgo provocador de conductas inadecuadas, sino también implica un desaprovechamiento de una rica oportunidad de aprendizaje.

Por otro lado, la práctica de proveer espacios de diálogo sincero en donde canalizar favorablemente las emociones, es otra de las acciones muy favorecedoras para la regulación (Renom, 2012).

En esta misma línea, es de vital importancia que el profesor intencione ambientes emocionalmente seguros, para el aprendizaje de ésta y otras habilidades emocionales (Céspedes, 2008).

Finalmente, en relación a “Obstaculizadores para la Educación Emocional”, los profesores declaran reconocer elementos personales que interfieren a la hora de desarrollar una adecuada educación de las emociones y también factores del medio que influyen negativamente.

Como obstaculizadores del medio, los docentes señalan una amplia variedad de factores, los cuales transitan entre: escaso tiempo disponible para entablar conversaciones más profundas con los niños; presión por evaluaciones externas tanto de alumnos como de profesores, lo que redundo en subordinar los aspectos emocionales con el fin de brindar mayor atención al currículo; no contar con espacios de desarrollo personal dentro del establecimiento como apoyo y contención en la labor diaria; cantidad elevada de alumnos por curso. lo que impide un acercamiento más profundo con cada uno en particular sin descuidar al resto; no contar con material apropiado a la edad y especializado en el tema para trabajar con los alumnos y. por último, apreciar que el discurso del PEI no se condice en totalidad con la práctica, al no facilitar las condiciones para el desarrollo de otros aspectos que no sean los curriculares.

A esta extensa lista, se suman los obstaculizadores referentes a su persona. Señalan tres aspectos que, de igual forma, son recurrentes entre todos los profesores: escasa y nula educación emocional de sí mismo, aspecto que ven reflejado en sus “asaltos emocionales” en el aula; actitudes autoritarias, por temor a mostrarse débiles y perder el control de la disciplina en las clases o ser favorecedores en las calificaciones. A juicio de la investigadora, esta creencia tiene relación con la herencia positivista que se arrastra desde tiempos antiguos, aspecto que se señala en la fundamentación del problema de investigación. Por último, los profesores reconocen un desconocimiento de cómo trabajar la educación emocional, puesto que, en su formación inicial, no se abordó ni tampoco es tema en los perfeccionamientos que han realizado.

Referente a todo lo dicho por los docentes, los alumnos se pronuncian en aspectos similares. Existe una completa correlación entre el discurso de los profesores y lo que los estudiantes logran apreciar en cuanto a obstaculizadores, del medio y en cada docente. Es preciso señalar, que los alumnos distinguen estos factores en menor medida que los profesores.

Por otro lado, al contrastar la información antes descrita con las observaciones realizadas en el aula, se aprecia que existen evidencias que afirman lo dicho por los informantes.

Al respecto, se sostiene que es un riesgo que la escuela siga manteniendo la idea anti-emocional que por el tiempo ha permanecido. En esta escuela se dificulta el aprendizaje emocional de los individuos no ofreciendo las oportunidades de desarrollo, estandariza a las personas, muestra al profesor como autoritario y al cual todos deben sometimiento. En síntesis, es un lugar en donde la persona y sus expresiones emocionales no es deseada y, por tanto, es un obstaculizador para la formación de la persona (Casassus, 2007).

Como señala Goleman (2000), estas ideas de considerar al ser-emocional como indeseable, o simplemente, inhibiendo su existencia para no ocasionar “problemas en el aula”, sólo ha conseguido formar personas carentes de conciencia y control emocional. Se ha observado continuamente noticias a nivel internacional y también nacional, sobre comportamientos violentos en escuelas: homicidios, riñas, suicidios, entre otros. Por otra parte, existen las consecuencias no tan visibles a primera vista, como depresiones, infelicidad, trastornos psicológicos, relaciones interpersonales deficientes por nombrar algunos. Por ello, una escuela que obstaculice el desarrollo emocional de cada persona es una escuela anti-emocional (Casassus, 2007).

Asimismo, en relación directa con los obstaculizadores que se refieren al profesor en su ámbito personal y profesional, Céspedes (2008) hace un fuerte hincapié en los aspectos que como educador emocional por excelencia debe cumplir. Cabe señalar que ser educador emocional con ese nivel de protagonismo no es una opción, sino una condición inherente a la labor docente.

Por tanto, es deber del profesor hacerse cargo de lo que a él le compete y que tiene relación con: tener un amplio conocimiento de las etapas de desarrollo de sus alumnos y sus implicancias; crear ambientes emocionalmente seguros, propicios para el aprendizaje; tener un sano equilibrio psicológico, salud mental favorable; educarse en estrategias; ejercer la autoridad por afecto y no por dominio; desarrollar la comunicación afectiva y efectiva con sus alumnos y desarrollar una continua reflexión de su labor diaria. Aun cuando el medio sea desfavorable, el profesor con su profunda vocación puede ser agente de cambio desde sí mismo hacia el medio.

Hallazgos

En cuanto al primer objetivo, determinar la importancia que los docentes de nivel básico 2 atribuyen a la Educación Emocional de sus estudiantes, se concluye

que los docentes participantes de la investigación otorgan gran importancia a esta educación. Relacionan esta importancia con ventajas para los estudiantes, como es la contribución a mejorar los aprendizajes, capacitación en habilidades para afrontar las frustraciones y el estrés y a la formación integral de futuros adultos más felices y profesionales exitosos. Aún cuando expresan un mínimo de temor en asumir esta práctica, fundado en creencias erróneas, reconocen su importancia trascendental para el desarrollo de la persona.

En relación al segundo objetivo planteado, que se refiere a identificar y describir las prácticas pedagógicas, relacionadas con la educación de la Conciencia Emocional y Regulación Emocional en los estudiantes, se logra establecer que dentro de las prácticas relacionadas con la Conciencia Emocional se vislumbra una alta práctica de acciones favorecedoras, las cuales incluyen el buen uso para conversación sobre sí mismos en los devocionales diarios, entrevistas personales que se realiza a los estudiantes con el fin de conocer aspectos personales y aconsejarles y conversaciones en situaciones emergentes en la sala de clase, como problemas de disciplina o académicos.

Se logra establecer, además, la presencia en menor grado de prácticas que desfavorecen la educación de la Conciencia Emocional como: la no implementación adecuada de la asignatura de Orientación, acciones autoritarias, sanciones sin reflexión del actuar y, en ocasiones, la tendencia a reprimir las expresiones emocionales por falta de tiempo.

En relación a Regulación Emocional, se determina que existen prácticas favorecedoras para su desarrollo, como es la ejecución de devocionales diarios en la primera jornada de clases, utilizada para orientar y regular los estados emocionales de los alumnos. Se identifica, además, los tiempos de consejería con el capellán del colegio y, en menor medida, se destacan algunas técnicas de regulación de impulsividad.

Por otro lado, se establece que existe una práctica desfavorecedora para el desarrollo de la Regulación Emocional, que es reprimir e ignorar las emociones de los estudiantes, con el fin de mantener un orden en la sala o para el aprovechamiento del escaso tiempo destinado a los contenidos curriculares. Por lo tanto, según la información analizada, se establece que existen prácticas favorecedoras de la Regulación Emocional, pero es más recurrente la acción desfavorecedora descrita anteriormente.

De acuerdo al tercer objetivo específico, que dice relación con detectar los principales obstaculizadores que los docentes identifican en el desarrollo de la Educación Emocional de los alumnos y alumnas, se puede concluir que existen diversos y recurrentes obstaculizadores, relacionados con el medio externo e interno del docente, entre los cuales se destaca mayormente:

- * Escaso tiempo efectivo para atender las emociones de los alumnos.
- * Exigencia externa por otorgar mayor relevancia a aspectos curriculares tendientes a ser evaluadas y calificadas.
- * Número elevado de alumnos por curso y un solo profesional de guía.
- * No contar con apropiada formación personal en el tema emocional.
- * Desconocimiento y nulo perfeccionamiento en materia de educación emocional y su aplicación en el aula. Asimismo, no contar con recursos óptimos para realizar esta labor.

En consecuencia, esta investigación en materia de educación emocional, es un aporte en primera instancia para el segmento de la población investigada, de manera de proveer información valiosa para las mejoras que, en materia emocional, se pueda realizar. Así también, se constituye en un desafío para eventuales investigaciones en esta materia, enfocadas en otros segmentos de la población. En este sentido, dentro de las proyecciones de esta investigación, se considera una favorable iniciativa proponer una investigación-acción que abarque, en primera instancia, todo el primer ciclo de enseñanza básica del establecimiento, sensibilizando a la población e interviniendo a favor de mejoras en el plano emocional.

Por otro lado, los resultados de esta investigación son un aporte a la educación confesional, demostrando que posee importantes recursos para desarrollar una educación emocional organizada y, asimismo, el camino que aún queda por mejorar, de manera de alinearse efectivamente con los principios que sustentan su educación.

REFERENCIAS

- BISQUERRA, R. (1989) *Métodos de investigación educativa*. Barcelona, España. Ceac:
- BISQUERRA, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- BISQUERRA, R. (2009) *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- BISQUERRA, R. (2012) *Orientación, tutoría y educación emocional*. Madrid: Síntesis
- CASASSUS, J. (2007) *La educación del ser emocional*. Santiago, Chile: Cuarto Propio.
- CÉSPEDES, A. (2008) *Educar las emociones educar para la vida*. Santiago, Chile: Ediciones B
- GOLEMAN, D. (2000) *La inteligencia emocional. Por qué es más importante que el cociente intelectual*. Buenos Aires, Argentina: Ediciones B.
- GOETZ, J. Y LECOMPTE, M. (1988) *Etnografía y diseño cualitativo en investigación educativa*. Madrid, España: Morata.
- RENOM, A. (2012). *Educación emocional. Programa para educación primaria (6-12 años)*. España: Wolters Kluwer.
- RODRÍGUEZ, G., GIL, J., GARCÍA, E. (1999). *Metodología de la Investigación Cualitativa*. Málaga: Aljibe.
- SHAPIRO, L. (2008) *La inteligencia emocional de los niños*. Ediciones grupo Zeta. Montevideo, Uruguay.
- STRAUSS, A., CORBIN, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa: técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Colombia: CONTUS-Universidad de Antioquia.