



UNIVERSIDAD PEDAGOGICA
NACIONAL

Educadora de educadores

Hemolúdico: Talleres para fomentar el autoconocimiento de las habilidades socioemocionales, en un grupo de adolescentes de grado undécimo, desde la practica pedagógica, la recreación y la educación artística.

Geraldine García Cortes

Universidad Pedagógica Nacional

Facultad de Educación física

Licenciatura en Recreación

Proyecto de grado

Bogotá, D.C
Mayo 2025



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA
NACIONAL

Educadora de educadores

Hemolúdico: Talleres para fomentar el autoconocimiento de las habilidades socioemocionales, en un grupo de adolescentes de grado undécimo, desde la práctica pedagógica, la recreación y la educación artística.

Trabajo de grado para optar por el título de Licenciado en Recreación

Autora: Geraldine García Cortes

Asesor:

Jairzinho Francisco Panqueba Cifuentes

Universidad Pedagógica Nacional

Facultad de Educación física

Licenciatura en Recreación

Bogotá, D.C
Mayo 2025

Agradecimientos

Le agradezco al universo por darme la oportunidad de culminar una de las metas más importantes de mi vida y darme paso para construir un nuevo camino después de haber aprendido tanto en este proceso por medio del amor, la práctica y la experiencia.

Agradezco a cada docente que fue parte de mi formación profesional, porque gracias a su entrega y vocación en esta práctica de enseñanza-aprendizaje, me ayudaron a formarme como futura docente y como persona. A mis compañeros de la universidad, que dejaron una huella inmensa en mi vida, por su apoyo incondicional y por hacer de este proceso más ameno.

Le doy las gracias a mi familia, quienes fueron pilar de inspiración y motivación para alcanzar cada sueño que anhelo obtener y doy gracias a mi resiliencia porque si ella no hubiese llegado hasta este punto de mi vida.

Dedicatoria

Le dedico este trabajo a mi abuelo Ricardo García, quien desde el cielo ha sido guía para cada paso de mi vida y en este proceso no fue la excepción, quien desde otro plano me brindo el amor y la suficiente fuerza para superar cada obstáculo que se me presento.

Le dedico este trabajo a todas aquellas personas que influyeron de manera positiva a lo largo de mi carrera, que por ellos es que este camino se hizo más llevadero y pude disfrutar de cada experiencia que marco de manera permanente mi vida.

Y, por último, le dedico este trabajo a la familia que construí, a mi pareja y a mi hijo, quienes fueron mi gran impulso para culminar este proceso y poder continuar con nuevos sueños, metas y anhelos.

Introducción

La presente monografía aborda la problemática de la necesidad de fomentar el autoconocimiento de las habilidades socioemocionales en la población adolescente. Es importante brindar a los jóvenes las herramientas y métodos adecuados para reconocer, comprender y manejar sus sentimientos de manera positiva, lo que ayuda con su crecimiento general y beneficios de la sociedad. La investigación a nivel internacional y comunitario muestra una creciente curiosidad para comprender como las emociones y las interacciones sociales afectan en esta etapa fundamental. En este sentido, estudios como García (2020) en España; Guerrero y ñiguez (2020) en Ecuador; Paternina (2019) y Barrera (2018) en Colombia; y, Romero (2023) y Daza y Soler (2024) en Bogotá, abordan la efectividad de la educación recreativa, artística y la estimulación sensorial como estrategias para el desarrollo socioemocional en diferentes contextos educativos. Como resultado, el objetivo es promover la autoconciencia de las habilidades sociales y emocionales entre un grupo de estudiantes que asisten a una institución educativa de Bogotá.

Todo esto, a través de una intervención de investigación de acción educativa (IAE), que incorpora talleres lúdicos y experienciales en diferentes sesiones, contribuyendo en el fortalecimiento de su desarrollo emocional.

Para lograr la meta anterior, se definen los siguientes objetivos específicos:

1. Promover actividades de recreación artística que generen el autorreconocimiento de las habilidades socioemocionales en los estudiantes por medio de la interacción en diferentes talleres.

2. Implementar la educación artística como posible herramienta para la regulación de las emociones de los estudiantes.

3. Formular estrategias colaborativas de trabajo en el aula a partir de la práctica pedagógica, potenciando la educación artística y la recreación.

Lo anterior se fundamenta en la metodología empleada en este trabajo, basada en un enfoque cualitativo. Este enfoque permite comprender el fenómeno del autoconocimiento de las habilidades socioemocionales a partir de las interpretaciones y significados de los participantes, al tiempo que busca transformar la práctica pedagógica mediante ciclos de acción-reflexión (Hernández-Sampieri et al., 2014; Kemmis y McTaggart, 1988). Por lo que el diseño de la investigación se estructura mediante ciclos iterativos de planificación, participación observante y reflexión colaborativa en el desarrollo de los talleres, enfocados en la pedagogía artística y recreativa. En cuanto a la población, está conformada por 36 adolescentes de grado undécimo de una institución educativa distrital en la localidad de Engativá, Bogotá. Además de mencionar que la recolección de información se realiza mediante registros de campo durante los talleres.

Con relación a los alcances de esta monografía, se enfatiza en la comprensión del proceso de autoconocimiento de las habilidades socioemocionales en el grupo, así como el planteamiento de estrategias pedagógicas que para fortalecer su desarrollo emocional en el contexto educativo.

En relación a las limitaciones del estudio, se resalta el tamaño de la muestra, que se circunscribe a un grupo específico de una institución educativa en Bogotá, lo que podría restringir la generalización de los resultados a otras poblaciones y contextos. Además, la naturaleza cualitativa de la investigación se orienta a la comprensión profunda de las experiencias de los participantes, sin buscar establecer relaciones causales o realizar inferencias estadísticas amplias.

Está previsto que los resultados investigativos proporcionen una comprensión más profunda sobre cómo la adaptación de talleres lúdicos y experienciales, puede influir en el autoconocimiento de las habilidades socioemocionales en adolescentes. De igual forma, se busca distinguir estrategias pedagógicas efectivas que puedan ser replicadas o adaptadas en otros contextos educativos. Y, por último, a partir de todos los elementos mencionados, se formularán recomendaciones pedagógicas y propuestas para futuras investigaciones en el campo de la socioemocionalidad en la adolescencia.

Resumen

El tema principal hace énfasis en fomentar el autoconocimiento de las habilidades socioemocionales en la adolescencia, etapa fundamental del desarrollo humano. Se centra en una intervención de Investigación Acción Educativa (IAE) implementando talleres lúdicos y experienciales que abarcan la educación artística y recreación, con el objetivo principal de fortalecer el desarrollo emocional de estudiantes de grado undécimo en una institución educativa de Bogotá.

Los objetivos específicos se centran en promover el autoconocimiento mediante actividades artísticas y recreativas, usar el arte como herramienta de regulación emocional y crear estrategias colaborativas. Se implementó una metodología cualitativa, con ciclos de planificación, observación participativa y reflexión.

Participaron 36 adolescentes (20 mujeres y 16 hombres) de entre 16 y 18 años. Se recolectaron datos a través de observación participativa en cinco talleres que combinaron experimentación artística, interacción social, juego e integración teórico-práctica, evidenciando una participación activa, mayor interés y autoconocimiento emocional en los estudiantes participes, aludiendo al arte como una herramienta eficaz para expresar y regular emociones, canalizándolas de forma creativa al fomentar la participación y el compromiso.

El análisis de las producciones artísticas mostró una evolución en la comprensión y representación emocional, concluyendo que los talleres lúdico-artísticos son efectivos para fomentar el autoconocimiento socioemocional, por lo que se recomienda su inclusión en la práctica pedagógica y el currículo. Se sugiere investigar la sostenibilidad de estos efectos en el tiempo y su aplicación en otros contextos educativos.

Abstract

The main theme emphasizes the promotion of self-knowledge of socioemotional skills in adolescence, a fundamental stage of human development. It focuses on an Educational Action Research (EAR) intervention implementing playful and experiential workshops that include artistic education and recreation, with the main objective of strengthening the emotional development of eleventh grade students in an educational institution in Bogota.

The specific objectives are focused on promoting self-knowledge through artistic and recreational activities, using art as a tool for emotional regulation and creating collaborative strategies. A qualitative methodology was implemented, with cycles of planning, participatory observation and reflection.

Thirty-six adolescents (20 females and 16 males) between 16 and 18 years of age participated. Data were collected through participatory observation in five workshops that combined artistic experimentation, social interaction, play and theoretical-practical integration, evidencing active participation, greater interest and emotional self-knowledge in the participating students, alluding to art as an effective tool to express and regulate emotions, channeling them in a creative way by encouraging participation and commitment.

The analysis of the artistic productions showed an evolution in emotional understanding and representation, concluding that the playful-artistic workshops are effective in fostering socioemotional self-knowledge, and therefore their inclusion in the pedagogical practice and curriculum is recommended. It is suggested to investigate the sustainability of these effects over time and their application in other educational contexts.

Índice de contenido

AGRADECIMIENTOS	1
DEDICATORIA	2
INTRODUCCIÓN.....	3
RESUMEN /ABSTRACT	6
ÍNDICE DE CONTENIDO.....	8
1. PROBLEMÁTICA	10
1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	10
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	11
1.3. 1.3. OBJETIVOS	12
1.3.1. GENERAL.....	12
1.3.2. ESPECÍFICOS.....	12
1.4. JUSTIFICACIÓN.....	13
2. MARCO REFERENCIAL.....	14
2.1. ANTECEDENTES.....	15
2.2. MARCO TEÓRICO.....	18
3. METODOLOGÍA.....	23
3.1. ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN.....	23
3.2. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	24
3.3. MUESTRA ENFOQUE DE ESTUDIO	26
3.4. TÉCNICA E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN	27
3.5 FASES DEL ESTUDIO.	29
4. RESULTADOS Y ANÁLISIS.....	33
5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	38
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	40
ANEXOS.....	44

Índice de tablas

Tabla 1. Herramientas de educación artística que utilizaron los estudiantes.....	38
Tabla 2. Emociones más representadas por los estudiantes.....	38

Índice de figuras

Figura 1. Ponderación de los participantes	27
Figura 2. Medios de interacción.....	32

1. Problemática

El primer capítulo de la monografía define y contextualiza el problema del estudio sentando las bases de la investigación, centrada en la adolescencia como una etapa de búsqueda de identidad y adaptación social, destacando cómo el desarrollo emocional en esta etapa influye en las relaciones y el desempeño de los adolescentes, poniendo énfasis en el rol de la familia y la escuela en la formación socioemocional. Además, se presentan las preguntas clave que orientan el estudio, las cuales abordan emociones frecuentes, herramientas artísticas y estrategias ludo-pedagógicas, convergiendo en la pregunta central sobre la intervención educativa en el desarrollo socioemocional. Finalmente, se definen los objetivos de la investigación: el objetivo general, que es fomentar el autoconocimiento socioemocional mediante la IAE con talleres, y los objetivos específicos, que incluyen el autorreconocimiento artístico-recreativo, la educación artística para la regulación emocional y las estrategias colaborativas arte-recreación.

1.1. Planteamiento del problema

La adolescencia es una etapa del desarrollo personal, caracterizada por sustantivos cambios corporales y emocionales que, mediados por nuevas experiencias personales, se suceden simultáneamente con la búsqueda de identidad y los procesos de adaptación social (Merino et al., 2021). En esta etapa, las diversas experiencias repercuten sobre el desarrollo emocional a corto y largo plazo, que a su vez condiciona las relaciones interpersonales, la convivencia social y el desempeño individual (Morán y Ortiz, 2020).

Concomitantemente, los entornos de convivencia en el hogar y la escuela cumplen un rol preponderante como instancias de interacción donde se forja la afectividad y los valores que deben garantizar la existencia en armonía individual y colectiva. Merino et al. (2021) menciona que el acompañamiento familiar durante la adolescencia simboliza un soporte fundamental para la construcción del proyecto de vida, el desarrollo socioemocional, la autorregulación y el desempeño

individual en entornos de socialización. Entretanto, la escuela es uno de los lugares donde los adolescentes pasan el mayor tiempo del día, entre experiencias de aprendizaje académico e interacciones colectivas que aportan a forjar habilidades sociales. En tal escenario, las labores docentes comprenden un amplio espectro de responsabilidades que trascienden más allá de lo curricular.

El conocimiento sobre la socioemocionalidad en la etapa de adolescencia representa un desafío significativo en el desarrollo integral de cada persona; la escasez del mismo influye en las dificultades para reconocer, comprender y regular sus habilidades emocionales en diferentes escenarios de interacción social, lo que repercute en las interacciones interpersonales que se presentan en la vida cotidiana (Treviño et al., 2019).

En medio de este proceso, los adolescentes experimentan una amplia variedad de emociones, de las cuales, la mayoría son nuevas e intensas. Por lo anterior, aprender a manejar y comprender sus habilidades socioemocionales tanto de manera asertiva como efectiva es esencial para su bienestar general, además de ayudarles a construir entornos sociales y relaciones saludables.

1.2. Formulación del problema

A partir de lo anterior, resulta pertinente formular los siguientes cuestionamientos clave, los cuales guiarán la intervención hacia los objetivos propuestos para esta práctica, teniendo en cuenta que el estudio se estructura en torno a ellos:

El primero, ¿Qué tipo de emociones experimentan con mayor frecuencia los adolescentes? Tal como lo indica, es con el fin de identificar la preponderancia emocional del grupo y así mismo adaptar los talleres a sus necesidades específicas.

Del mismo modo para trabajar con la población, se pregunta sobre ¿Cuáles herramientas de educación artística actuarían en pro de la expresión de las emociones de los adolescentes? Esto

brinda un soporte para encaminar en la planeación de cada sesión un enfoque pedagógico recreativo, con la finalidad de llevar a cabo la metodología iterativa esperada.

Por lo anterior, se buscan ¿Qué estrategias ludo-pedagógicas contribuirían al reconocimiento y manejo de las emociones de los estudiantes? Centrándose en el diseño de actividades lúdicas que faciliten el aprendizaje socioemocional, aprovechando el poder del juego para el desarrollo de habilidades.

A partir de las tres preguntas anteriores, se formula la pregunta central de este estudio: ¿Cómo intervenir desde el ámbito educativo en el desarrollo y manejo socioemocional de los estudiantes en su etapa de adolescencia? Esta pregunta tiene como objetivo orientar y articular los hallazgos derivados de los interrogantes previos, con el fin de fundamentar el diseño de una intervención educativa que favorezca el desarrollo y manejo socioemocional de los estudiantes adolescentes, promoviendo su bienestar integral. En este sentido, Treviño et al. (2019) afirman que las habilidades socioemocionales influyen de manera positiva en la vida de las personas, siendo una herramienta positiva para el actuar y la toma de decisiones en diferentes ambientes sociales, permitiendo notoriamente regular las emociones siendo así más flexibles con el autoconocimiento, la autorregulación y la conciencia social.

1.3. Objetivos

1.3.1. General

Fomentar el autoconocimiento de las habilidades socioemocionales en un grupo de adolescentes que estudian en una institución educativa de Bogotá, a través de una intervención de investigación de acción educativa (IAE) incorporando talleres lúdicos y experienciales en diferentes sesiones, fortaleciendo su desarrollo emocional.

1.3.2. Específicos

1. Promover actividades de recreación artística que generen el autorreconocimiento de las habilidades socioemocionales en los estudiantes por medio de la interacción en diferentes talleres.
2. Implementar la educación artística como posible herramienta para la regulación de las emociones de los estudiantes.
3. Formular estrategias colaborativas de trabajo en el aula a partir de la práctica pedagógica, potenciando la educación artística y la recreación.

1.4. Justificación

En la actualidad, la problemática de la falta de conocimiento y manejo de las emociones en los adolescentes se ha convertido en un tema de gran impacto y preocupación, tanto en el ámbito educativo como en el social. Esta situación refleja el aumento de casos en problemas de salud mental que, según cifras del Ministerio de Salud, en Colombia el 44,7% de los niños y niñas muestran indicios de afectaciones en su salud mental. La cifra incluye a jóvenes de 17 a 24 años, adolescentes de 12 a 16 años y población infantil de 6 a 11 años, Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef, 2024).

Estudios al respecto han identificado, entre otros factores causantes, la ausencia de acciones educativas, dificultades en los entornos familiares, problemáticas de tipo socioeconómico y el influjo de las redes sociales. Según Bolaños (2020), los adolescentes en su vida cotidiana transitan por diversas emociones en distintos espacios de socialización y por ello, es necesario tener intervenciones pedagógicas que brinden esa contextualización en su desarrollo personal, dándole

provecho al rol educativo, creando un espacio netamente de aprendizaje mutuo, donde se logre un desempeño en el que los estudiantes aprendan a aplicarlos en los otros ámbitos de su diario vivir.

Dicho esto, resulta crucial considerar que los adolescentes invierten una parte significativa de su tiempo diario en los escenarios escolares ya que estas instituciones no solo funcionan como centros de aprendizaje académico, sino también como espacios primordiales de interacción social y desarrollo personal. Es precisamente en este contexto donde se establecen vínculos, se experimentan dinámicas grupales y se forjan habilidades sociales fundamentales para la vida adulta. Considerando esta realidad, la presente monografía se justifica en la oportunidad que brinda la práctica pedagógica para intervenir de manera proactiva en el desarrollo socioemocional de los estudiantes.

Desde una perspectiva pedagógica informada y creativa, los escenarios escolares, tanto dentro del horario curricular como en los espacios extracurriculares, ofrecen un ambiente para la implementación de diversas estrategias centradas en la recreación. La recreación, entendida en su amplio espectro como actividades lúdicas, artísticas y experienciales que posee un potencial significativo para facilitar la exploración emocional, el autoconocimiento y el desarrollo de habilidades sociales de manera amena y participativa. Gozar de estos espacios permite trascender las metodologías de la educación tradicional y ofrece a los adolescentes experiencias significativas que conecten con sus intereses y motivaciones personales.

2. Marco referencial

A continuación, se presentarán los antecedentes evocados para este estudio, de los cuales se encuentran a nivel nacional, internacional y local. Además, hace énfasis en los 4 pilares de este documento los cuales hacen alusión a la socioemocionalidad, la estimulación sensorial, la educación artística y la lúdica.

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes Internacionales

En España el trabajo titulado “La educación emocional a través del juego dramático y la percepción sensorial: una propuesta didáctica” (García, 2020), tuvo por objeto fomentar el conocimiento de las emociones mediante la implementación de actividades lúdicas relacionadas con la expresión dramática. Bajo una metodología cualitativa con enfoque aplicado, las actividades vincularon 20 estudiantes con edades entre 4 y 5 años, a través de sesiones de expresión corporal y estimulación motriz con registro en diario de campo. A consecuencia de la emergencia sanitaria COVID-19 de 2020, el estudio originalmente planteado para su desarrollo en contexto escolar, fue transformado para su adaptación al formato virtual. A pesar de ello, los resultados obtenidos fueron la realización de las actividades, la observación directa y, por ende, sistemática hacia el niño y sus quehaceres configuraba un instrumento de evaluación indispensable. Este estudio concluye que, educar en la Inteligencia Emocional es un aspecto clave que debe empezar a trabajarse desde la primera infancia, ya que en el comienzo de la escolaridad los niños retienen de forma más sencilla los conocimientos que se pretenden incorporar en el proceso de enseñanza-aprendizaje del individuo.

En Ecuador, el trabajo titulado “Estrategias lúdicas en el desarrollo de la vinculación emocional y social del niño de 3 a 4 años” (Moreno, 2020) tuvo por objeto reconocer la relevancia de la lúdica como instancia formativa para el desarrollo socio-emocional de los niños. Bajo un enfoque metodológico mixto, el estudio vinculó 81 personas entre directivos, representantes legales, docentes y estudiantes. El instrumento priorizado para registrar la información fue el diario de campo y encuestas a partir de la aplicación de guías con diversas herramientas y estrategias lúdicas en el aula de clase. Los resultados obtenidos fueron de información importante con el fin de elaborar bases más sólidas en la propuesta de taller de acompañamiento a cuidadores, puesto que son ellos

quienes contribuyen en el desarrollo emocional y social. El estudio concluye que los docentes tenían poco conocimiento de las estrategias lúdicas y, por tanto, no se implementan en el aula, además del desconocimiento en el ámbito de la recreación, falta de espacios adecuados para desarrollar actividades y poco material disponible para las planeaciones.

2.1.2. Antecedentes Nacionales

En el estudio titulado “Las Artes Plásticas como estrategia didáctica, artística y creativa dentro de la escuela para la expresión de la violencia en niños de 3° y 4° de primaria de la Institución Educativa Llanos de Cuivá” (Paternina, 2019), el objetivo se centró en implementar las artes plásticas como herramienta para la formación emocional en un entorno escolar aquejado por episodios de violencia. Bajo una metodología cualitativa con enfoque en acción participativa, donde incorporo una muestra de 50 estudiantes. A partir del desarrollo de talleres en artes plásticas, la información fue recabada mediante instrumentos etnográficos. Como resultado, el estudio permite identificar la relevancia de las artes plásticas en los procesos de estimulación sensorial, liberación de tensiones, desarrollo psicomotriz y de expresividad emocional. El estudio concluye que, la pedagogía de las artes plásticas ofrece posibilidades para la educación emocional, a través de ejercicios artísticos donde sus participantes pueden hacer catarsis de acontecimientos negativos, comprender sus emociones; y mejorar significativamente su desempeño social.

En el estudio titulado “La influencia de la estimulación sensorial como herramienta del desarrollo integral en los niños y niñas del grado párvulos A, del liceo campestre arcoíris del municipio de Tauramena Casanare” (Barrera, 2018), el objetivo se centró en brindar una herramienta universal donde se evidencia la importancia de la estimulación sensorial que influye como desarrollo integral para los alumnos. Bajo un enfoque metodológico mixto, el estudio vinculó 20 personas entre niños, representantes legales y docentes. El instrumento priorizado para recolectar información fue la encuesta por medio de un test con el fin de dar paso a diversas actividades que

estimularan los 5 sentidos. Como resultado se determinó que el estudio logró fortalecer diversos ámbitos en el proceso de crecimiento de los participantes, donde demostraron un ascenso en su entorno social y relaciones interpersonales con las emociones y desarrollo cognitivo. El estudio concluye que, se evidenció un gran avance en los niños, en el cual aprovecharon al máximo su capacidad de aprender por medio de los estímulos sensoriales y se apropiaron del espacio que brindó este proyecto, además de demostrar sus habilidades y destrezas que lograron poner en práctica y perfeccionarla.

2.1.3. Antecedentes Locales

El estudio titulado “Habilidades socioemocionales en los ambientes de aprendizaje que presentan los estudiantes del grado segundo de una institución educativa de la localidad de Bosa” (Romero, 2023), tuvo por objeto dar a conocer el valor significativo sobre las habilidades socioemocionales en el salón de clases y observar cómo se ejecutan estas mismas en el diario vivir de los estudiantes y docentes. Bajo una metodología cualitativa con un enfoque hermenéutico interpretativo. Se incorporó 24 estudiantes de grado segundo y 4 docentes de las áreas de biblioteca, educación física, danzas y artes. A partir de la implementación de doce actividades con los estudiantes, el instrumento priorizado fue el diario de campo donde se elaboró en una cartilla que servía como guía para cada una de las sesiones. Como resultado se evidenció que algunas destrezas del ámbito socioemocional de los estudiantes están fortalecidas, por lo tanto, es evidente el conocimiento sobre las emociones. El estudio concluye que, se considera pertinente fortalecer diversos comportamientos al momento de expresar las emociones, dando a conocer herramientas base para el manejo de estas mismas y las puedan aplicar en diversos escenarios de entorno social.

El estudio titulado “Percepción de las emociones relacionadas con la convivencia en adolescentes en un colegio de Bogotá” (Daza y Soler, 2024), tuvo por objeto comprender la relación que perciben los adolescentes de grado octavo de la institución educativa Liceo de la Universidad

Católica de Colombia en Bogotá entre las emociones y la convivencia escolar. Bajo una metodología cualitativa con enfoque epistemológico de narrativas con una perspectiva fenomenológica. Se utilizaron dos instrumentos de recolección de información: un taller de reconocimiento de emociones y un taller de narrativas, aplicados a 24 estudiantes. Como resultados, se reunieron un total de 45 narrativas entre todos los estudiantes, siendo 24 de convivencia pacífica y 21 de convivencia no pacífica las cuales fueron transcritas en formato digital manteniendo su redacción y confidencialidad, con el objetivo de facilitar el análisis. Se concluye que, en la convivencia pacífica, las emociones se manifiestan colectivamente y transforman a los participantes, promoviendo un ambiente armonioso y cohesivo.

2.2. Marco Teórico

Los cuatro conceptos centrales de este estudio fueron seleccionados a partir de una revisión teórica relacionada con el tema principal. Estos conceptos son: la “socioemocionalidad”, entendida como el proceso de autorregulación y reconocimiento de las emociones; la “lúdica”, abordada como estrategia para fomentar la participación autónoma a través del juego; la “educación artística”, considerada una herramienta potencial para el desarrollo emocional; y la “estimulación sensorial”, vinculada al aprendizaje experiencial. De este modo, se propone una articulación activa entre pedagogía y recreación como experiencia formativa orientada al logro del objetivo principal del presente estudio.

2.2.1. Socioemocionalidad:

La Socioemocionalidad abarca una amplia gama de aspectos relacionados con las emociones, las habilidades sociales y el desarrollo personal del ser humano. Se centra en comprender y manejar las emociones propias de cada sujeto, además de tener la capacidad de identificar y regular las

emociones y así mismo, entendiendo las causas y consecuencias de las mismas. Pérez y Filella (2019), conciben que la competencia social y emocional es un concepto amplio que incluye un conjunto de procesos cognitivos, socioafectivos y emocionales que sustentan comportamientos evaluados como hábiles o adecuados, que tienen en cuenta las demandas y limitaciones de diferentes contextos.

De esta manera haciendo indispensable el establecer y mantener relaciones saludables, resaltando la forma de comunicarse de manera efectiva, empatizando con los demás, aplicando la resolución de conflictos, evaluando los riesgos y tomando a consideración las decisiones éticas, al mismo tiempo que se va adaptando a los cambios y desafíos repentinos que se puedan presentar, asegurándose de superar cada adversidad.

Según Bar-On (2006), ser emocional y socialmente inteligente significa gestionar con eficacia el cambio personal, social y ambiental de forma realista y flexible. Implica afrontar las situaciones inmediatas, resolver problemas, tomar decisiones y mostrar optimismo, actitud positiva y automotivación.

La socioemocionalidad tiene como objetivo el desarrollo y la práctica de las competencias emocionales en el marco de las interacciones sociales e individuales. Ubicando un propósito central es la identificación de las propias emociones, así como la comprensión de las emociones ajenas, además de buscar fomentar el autocontrol asertivo frente a las experiencias emocionales, con el fin de favorecer relaciones interpersonales y sociales saludables. En el sentido de lo expuesto, Bericat (2000) afirma que “la naturaleza de las emociones está condicionada a la naturaleza social” (p. 150).

Pérez y Filella (2019) plantean que la comprensión emocional es tener la disposición de reconocer, denominar y comprender las transiciones entre las emociones, teniendo la capacidad de aliviar las negativas y fortalecer las positivas, sin exagerar ni contener las emociones. Por tanto, se

entiende la relevancia del desarrollo socioemocional para lograr crear relaciones sociales en pro de un ambiente sano intrapersonal e interpersonal.

2.2.2. Lúdica

González et al. (2021) expresan que:

La lúdica considerada como una experiencia cultural es una dimensión transversal que atraviesa toda la vida. No solo su enfoque se trata de prácticas, actividades, o disciplinas, sino de un proceso inherente al desarrollo humano en todas sus las dimensiones psíquicas, sociales, culturales y biológicas. Desde esta perspectiva, la lúdica está relacionada con el diario vivir, particularmente con la búsqueda del sentido de la vida y la creatividad humana. (p. 30)

La lúdica se evidencia como una magnitud que impregna todo el proceso de vida del ser humano. Esta perspectiva destaca la naturaleza inherente de la lúdica en desarrollo humano, transformándose en un elemento fundamental para la búsqueda del sentido del buen vivir en el día cotidiano, alcanzando la satisfacción y placer propio en el tiempo de ocio de las personas.

En contexto, se presenta como una necesidad básica del ser humano, en relación a la expresión y comunicación de emociones primarias como la alegría, el desagrado, la tristeza, la rabia y el miedo. Esta necesidad se transforma en una amplia gama de formas y satisfactores que van más allá del juego tradicional, integrando diferentes actividades que generan placer, diversión y esparcimiento. Del mismo modo, la lúdica es el deseo humano de sentir, expresar, comunicar y generar no sólo emociones primarias (reír, gritar, llorar, divertirse), sino también emociones con fines de entretenimiento, diversión y relajación. Si se acepta esta definición, se entiende que las actividades de ocio tienen una infinidad de formas, medios y fines de satisfacción, y los juegos son sólo uno de ellos.

Tomando esto en consideración, la lúdica se relaciona con un conjunto de actividades que combinan el placer, el goce, la creatividad y el conocimiento, transformando lo cotidiano en una experiencia gratificante a nivel físico, espiritual y mental. Favoreciendo el desarrollo de diversas aptitudes en las personas, incluyendo también habilidades cognitivas, motrices y sociales.

Igualmente, la lúdica promueve la construcción de relaciones positivas y significativas, así como el cultivo del sentido del humor, elemento fundamental para el bienestar emocional y la resiliencia.

Las actividades lúdicas son aspectos del desarrollo humano que promueven el desarrollo psicosocial, la adquisición de conocimientos y el desarrollo de la personalidad, es decir, incluyen una variedad de actividades que combinan diversión, placer, actividad creativa y conocimiento. Por lo tanto, Yule, F et al. (2016) manifiestan que:

El placer es una forma de vivir la vida cotidiana: sentir alegría, apreciar lo que sucede y reconocerlo como una forma de satisfacción física, mental y espiritual. Las actividades de ocio favorecen el desarrollo de las habilidades, la comunicación y el estado de ánimo de las personas. (p. 26)

2.2.3. Estimulación sensorial.

El propósito de la estimulación sensorial es evocar y mejorar la respuesta de una persona al entorno, principalmente objetos y personas, esto ocurre a través de vías sensoriales que envían información y promueven la activación de diversas áreas relevantes del cerebro, Vinculando todas las vías sensoriales, ya sea de forma individual o en combinación, como lo son: la auditiva, visual, olfativa, gustativa, somatosensorial (incluida la vibración) y vestibular. Anotando que se utilizan distintos tipos de estímulos en distintos formatos para cada nivel sensorial, siempre desde el más básico hasta el más complejo. González y Carvajal (2009) destacan que “La estimulación sensorial tiene como objetivo principal hacer surgir o incrementar la respuesta de un individuo ante el entorno, principalmente hacia los objetos y personas”. Esta estimulación se lleva a cabo a través de

las diferentes vías sensoriales (auditiva, visual, olfativa, gustativa, somatosensorial y vestibular) que envían información a las áreas cerebrales implicadas, favoreciendo así su activación y desarrollo.

Agudelo, L et al. (2017) sostienen que la vida de las personas en relación con el mundo que lo rodea comienza a través de los sentidos. Así, las sensaciones que se perciben a través de los cinco sentidos forman la base para la construcción de propias ideas y el desarrollo de la mente. Por tanto, la estimulación sensorial es fundamental ya que ayuda a interpretar las impresiones sensoriales, aclarar la percepción del ser humano y allanar el camino para el aprendizaje. Dejando la estimulación sensorial beneficios amplios en el desarrollo de las personas y abarcando diversas áreas: Desarrollo Cognitivo, desarrollo Motor desarrollo Social y Emocional.

2.2.4. Educación Artística

Actualmente, la educación artística es necesaria para el desarrollo integral de toda persona, ya que permite la adquisición de habilidades de aprendizaje y estimula el conocimiento a través del desarrollo sensorial, emocional e intelectual. Considerando ello, se cree que las artes plásticas en la educación deberían incluirse en el currículo de la escuela secundaria. Paredes y Tirado (2022) manifiestan la relevancia del aprendizaje de diferentes expresiones de las disciplinas artísticas y creativas para mejorar el desempeño educativo y contribuir al desarrollo de esta habilidad, estimulando cada área fundamental utilizada en el currículo establecido.

Castro (2004) dice que el valor que aporta la educación artística a la educación de niños y jóvenes es invaluable por el efecto estimulante de la creatividad y su capacidad para integrar el ámbito emocional, físico e intelectual. Entre las artes visuales, la escultura, la pintura, el modelado, la talla, la apreciación del arte, etc. De esta manera, se consideran como ventanas a través de las cuales los estudiantes pueden ver su yo interior en un trabajo intrapersonal de la misma manera que pueden apreciar el mundo exterior, proporcionando enriquecimiento intelectual, emocional y fortaleciendo la autoestima, por lo que son integrales en el desarrollo de la personalidad.

Continuando la idea, a través de esta herramienta, las personas pueden explorar sus sentimientos, comprender sus emociones y desarrollar mecanismos para afrontar situaciones difíciles, promoviendo el desarrollo de habilidades sociales como la comunicación, la colaboración y la empatía. Al participar en actividades artísticas grupales, las personas aprenden a trabajar juntas, compartir ideas y apreciar las perspectivas de los demás, siendo un potencial pedagógico artístico como práctica recreativa, convirtiéndose en una forma más amena e interactiva de llevar a cabo diversas sesiones en distintos campos.

3. Metodología

3.1. Enfoque de investigación

Este trabajo se enmarca metodológicamente dentro del enfoque cualitativo en investigación formativa, de conformidad con los siguientes referentes teóricos. Según Hernández-Sampieri, Fernández-Collado y Baptista-Lucio (2014), los estudios cualitativos se desarrollan con el propósito de comprender un fenómeno desde las interpretaciones y los significados que sus participantes experimentan en torno de su propia realidad. Entretanto, de acuerdo con Restrepo (1999), la investigación formativa está orientada al mejoramiento de la práctica pedagógica y al aprendizaje como construcción de conocimiento, a través de ejercicios de indagación sobre las prácticas docentes y su contrastación teórica. Según Walker (1992), la investigación formativa está vinculada con la investigación-acción porque, además de representar instancias de reflexión y aprendizaje para sus participantes, propende por la aplicación de hallazgos durante su desarrollo.

El trabajo es de enfoque cualitativo, ya que su propósito es identificar las formas de auto representación individual sobre habilidades socioemocionales, y sus significados colectivos, en un

grupo de adolescentes que cursan el grado undécimo de educación media en un colegio de la ciudad de Bogotá. Es un estudio con prioridad sobre la comprensión de la socioemocionalidad desde las experiencias individuales y subjetivas del grupo de estudiantes, que a su vez integra un enfoque holístico respecto de los entornos familiares y socioculturales. La indagación implica obtener respuestas únicas de cada participante, de conformidad con los factores sociales que influyen en su desarrollo personal.

La elección de una metodología cualitativa se justifica por cuanto facilita una comprensión detallada y matizada de los significados y las interpretaciones atribuidas por cada estudiante a sus vivencias en contexto escolar. Para ello, el estudio abarcó ejercicios de pedagogía artística y recreativa realizados por la autora con el mencionado grupo, en el marco de su Práctica Pedagógica e Investigativa como docente en formación dentro del Programa de Licenciatura en Recreación de la UPN. Por tanto, da cuenta sobre un proceso en investigación formativa que permite, en palabras de Restrepo (1999., p.12), “la deconstrucción-reconstrucción” de la práctica pedagógica; en tal sentido, demanda un diseño basado en la Investigación-Acción-Educativa -IAE-.

3.2. Diseño de investigación

El estudio adopta un diseño metodológico desde la Investigación Acción Educativa -IAE- que, de conformidad con la propuesta de Kemmis y McTaggart (1988), trasciende la simple descripción de fenómenos educativos en busca de transformar activamente la práctica pedagógica mediante procesos cíclicos de acción-reflexión. Los diseños en IAE son intrínsecamente participativos y colaborativos, de allí que todos sus actores se asumen como coinvestigadores que trabajan en la identificación de problemas relevantes, el diseño y desarrollo de soluciones innovadoras, y la rigurosa evaluación sobre las intervenciones en el respectivo contexto (Elliott, 1993).

La IAE se corresponde ontológicamente con el paradigma sociocrítico, cuyas premisas son la emancipación y el cambio social desde la convergencia entre praxis reflexiva y participación activa de los sujetos en la construcción de su propia realidad (Carr y Kemmis, 1988). En síntesis, la IAE permite abordar en forma situada y holística un fenómeno de estudio, directa o indirectamente vinculado con la educación, pero también comprender y transformar la práctica pedagógica desde la investigación formativa.

El diseño en IAE del presente estudio está configurado por ciclos iterativos de planificación, participación observante y reflexión colaborativa, que aplican para el desarrollo de talleres o ejercicios de pedagogía artística y recreativa. De acuerdo con Bonilla y Rodríguez (2000), la planeación del proceso equivale a la bitácora de exploración que debe seguirse para conocer la realidad que se estudia. En este estudio, la planificación inicial se aborda desde insumos teóricos que, en la práctica, permiten contextualizar las preguntas de investigación a través de los ejercicios pedagógicos. Tales ejercicios o talleres incorporan actividades de estimulación sensorial, seleccionadas en procura de generar experiencias significativas y promover el aprendizaje a partir de la observación y el análisis de reacciones individuales.

La primera planificación comprende un respectivo taller de inmersión, cuya finalidad es promover el auto reconocimiento de las habilidades socioemocionales, mediante actividades de estimulación sensorial, expresión artística y lúdica. Sucedáneamente, en cada ejercicio pedagógico se recopilan datos cualitativos a través de la participación observante que, junto con las reflexiones colaborativas, constituyen ciclos de ajuste e incorporación de mejoras en correspondencia con las respuestas, reacciones y observaciones de sus participantes. Tales procedimientos, además de garantizar el análisis exploratorio de resultados para el estudio, permiten que la población vinculada tome conciencia sobre su mundo emocional como instancia de creación e investigación personal.

3.3. Muestra enfoque de estudio

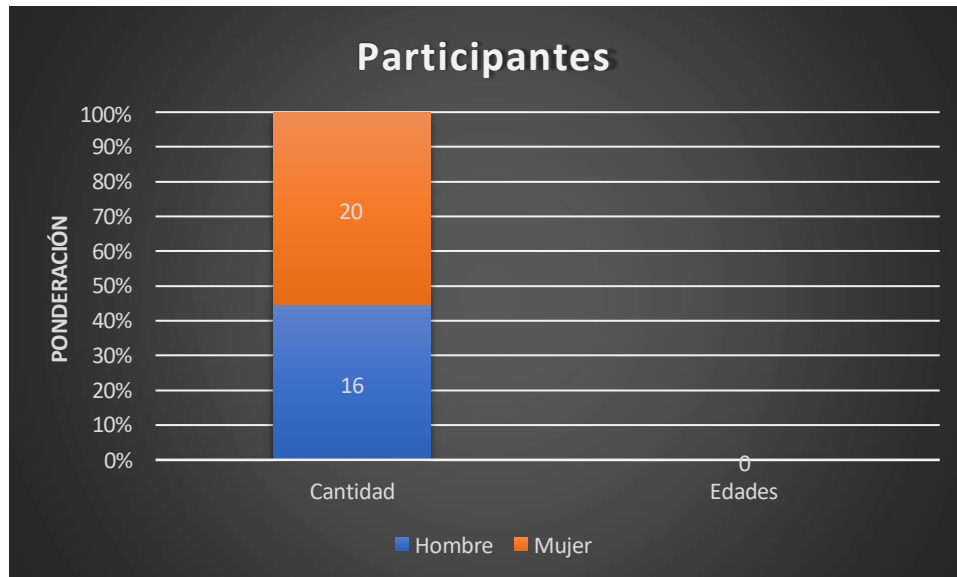
El estudio tuvo desarrollo en el Colegio Instituto Técnico Distrital República de Guatemala IED, establecimiento educativo oficial de la ciudad de Bogotá, Colombia, ubicado al noroccidente de la urbe en la Localidad Engativá. Durante el primer semestre de 2024, la autora desarrolló en el colegio su Práctica Pedagógica e Investigativa como docente en formación, labor que le permitió interactuar con diversos grupos de estudiantes e iniciar gestiones ante las instancias directivas y el consejo académico de la institución. En paralelo, de conformidad con el enfoque del estudio, fue procedente establecer los siguientes cuatro criterios que aplicaron para la selección de participantes: i) Nivel de escolaridad; ii) Rango etario; iii) Diversidad de género; iv) Consentimiento informado.

Los dos grupos que cursaban grado undécimo en 2024 presentaban características pertinentes para su vinculación al estudio, en correspondencia con los tres primeros criterios de selección. En primer lugar, interactuaban con mayor frecuencia en las actividades de práctica que realizaba la autora. En segundo lugar, la mayoría de estudiantes se encontraba dentro del rango etario priorizado, es decir, la etapa de adolescencia. En tercer lugar, además de su diversidad etaria, los grupos presentaban la posibilidad de incorporar participantes tanto de género masculino como femenino. Respecto del cuarto criterio aplicado para la vinculación de participantes, el consejo académico del colegio avaló el estudio a principios del segundo semestre de 2024. Surtido tal aval fue procedente la gestión de consentimientos con posibles participantes, previa información sobre el proyecto que fue realizada a través de encuentros entre autora y estudiantes, tanto en forma individual como grupal.

En consecuencia, la población participante está conformada por 36 adolescentes que cursan el grado undécimo de educación media, último año de su formación escolar. La composición de la muestra incluye 20 mujeres y 16 hombres, cuyas edades oscilan entre los 16 y 18 años, período crucial en su desarrollo personal y académico. Esta diversidad etaria y de género ofrece

oportunidades para identificar y comprender, desde múltiples perspectivas, las formas de auto representación vinculadas con habilidades socioemocionales. (Ver figura 1)

Figura 1. Ponderación de los participantes.



3.4. Técnica e instrumentos de recolección

Según Bonilla y Rodríguez (2000), la investigación cualitativa comprende un proceso inductivo e interactivo sobre los márgenes de la formulación del problema, la metodología y recolección de datos, entre otros aspectos que puedan conducir a los análisis y su validez sobre evidencias, como también a una mejor comprensión del tema y su retroalimentación. De conformidad con el diseño del presente estudio, los ejercicios pedagógicos o talleres son asumidos en calidad de instrumentos para recabar información con las personas que participan, es decir, la investigadora y el grupo de estudiantes. En tal escenario, la participación observante se constituye como técnica de etnografía educativa que, durante los ciclos iterativos, garantiza la elaboración conjunta de datos y el desarrollo in situ de acciones educativas. Aunado a lo anterior, el estudio

demandó la aplicación de un instrumento cualitativo tipo entrevista semiestructurada con dos participantes de género masculino y femenino respectivamente (**Ver Anexo 1**)

Un taller tipo comprende cinco componentes, a saber: i) Reconocimiento práctico desde la experimentación, la creación y la expresión artística; ii) Participativo, que fomenta la interacción social, el diálogo y los intercambios de significados, promoviendo la construcción colectiva de saberes; iii) Lúdico, que incorpora acciones de juego colaborativo en procura de motivar la re creación de aprendizajes; iv) Integrador, el cual articula teoría y práctica, conocimientos previos y nuevos aprendizajes; v) Sistémico, en virtud de robustecer los ciclos iterativos del diseño planteado, a través de la planificación y evaluación sistemática de resultados parciales.

Ahora bien, el taller también se asume en este estudio como estrategia pedagógica para el aprendizaje activo con sus participantes, por cuanto garantiza la construcción colaborativa de conocimientos a partir de la experiencia y la reflexión. Al vincular los contenidos teóricos con la práctica, el taller favorece un aprendizaje situado en concomitancia con el desarrollo de habilidades cognitivas y socioemocionales. Consecuentemente, es un espacio de investigación donde se puede generar conocimiento sobre los procesos de enseñanza y aprendizaje, pero también una herramienta con proyección transformadora de las prácticas educativas tanto para docentes en formación, como para los grupos de estudiantes.

En consonancia, la participación observante como técnica etnográfica educativa funge una doble función dentro del diseño basado en IAE. De un lado, para el grupo de adolescentes ofrece oportunidades de auto reconocimiento para este ciclo vital asociado a drásticos cambios socioemocionales, pero también a la definición de sus expectativas. De otro lado, en perspectiva ampliada de la formación investigativa, la reflexión colaborativa proporciona interacciones en contexto pedagógico que favorecen la aplicación de saberes con proyección hacia el desarrollo en habilidades investigativas. En el marco del ciclo de reflexión colaborativa con foco sobre la

planificación, ejecución y evaluación de talleres, las entrevistas semiestructuradas aportan elementos de análisis profundo sobre la metodología del estudio en contexto, como también acerca de las propias prácticas en la voz de sus participantes.

3.5 Fases del estudio.

El desarrollo propiamente dicho del estudio abarca cuatro fases. La primera, de contextualización y reconocimiento de la comunidad educativa. La segunda, de presentación y gestión con las instancias directivas del colegio. La tercera, de intervención pedagógica a través de talleres en pedagogía artística y recreativa. La cuarta, comprende los procesos de identificación y análisis de resultados en el marco de los ciclos iterativos. A continuación, se describe cada una en forma breve.

Primera fase. Contextualización y reconocimiento: Con el propósito de contextualizar el estudio se llevó a cabo una exploración del entorno institucional, en paralelo con la revisión teórica. La contextualización tuvo lugar en el marco de un evento piloto sobre juegos populares barriales en ámbito educativo, cuyo proceso de planeación, desarrollo y evaluación fue priorizado sobre dos grupos que cursaban grado undécimo. Para tales efectos fue seleccionado un juego de la calle conocido como "carritos esferados", cuya planeación abarcó una breve charla informativa sobre la importancia de los juegos populares barriales en la cultura y sobre las medidas de seguridad necesarias para prevenir accidentes. De esta manera fue posible elaborar conjuntamente un croquis para la realización de una carrera de carritos esferados, con un recorrido matizado por la incorporación de obstáculos que ponían a prueba las habilidades de sus participantes. Para incentivar la participación se estableció un sistema de premiación que reconocía a los dos primeros lugares de la competencia.

Con una participación del 70% sobre el total de estudiantes que se inscribieron, el desarrollo del evento permitió la identificación de actividades que generan mayor interés entre la población adolescente, pero también la interacción con posibles participantes para el estudio. Los resultados obtenidos a partir de una evaluación conjunta donde participaron docentes, practicantes de la UPN y estudiantes, fungieron como insumo para la planificación del estudio y la pertinencia del tema abordado, como también de las sesiones de talleres a realizar.

Segunda fase. Presentación del estudio al consejo académico: La actividad tuvo como propósito informar de manera ágil, tanto la temática central del estudio como sus objetivos, en procura de obtener la aprobación institucional para realizar las actividades. Para este encuentro fue desarrollado un insumo metodológico experiencial, cuyos elementos centrales dan cuenta sobre la contextualización del estudio, su problemática, objetivos y resultados esperados (Ver Anexo 2.)

Durante el encuentro se desarrollaron actividades de estimulación sensorial como la mediación con el objetivo de garantizar un momento de relajación y armonización. La experiencia multisensorial que involucró estímulos musicales, ejercicios de respiración y suaves masajes en las manos. Se invitó a los miembros del consejo académico a cerrar los ojos y concentrarse en sus diversas sensaciones corporales, creando un espacio de introspección y reflexión. Al finalizar la actividad de relajación, cada participante encontró en su lugar una tarjeta con un mensaje positivo y un pequeño dulce de chocolate como gesto de agradecimiento, pero también a manera de exaltación sobre el enfoque del estudio presentado.

Surtido lo anterior tuvo lugar la descripción del estudio, sus estrategias pedagógicas, resultados esperados y posibles contribuciones para el colegio. Se enfatizó en la importancia de estas actividades para el desarrollo integral de la comunidad estudiantil, como también su relevancia en el marco del Proyecto Educativo Institucional. La respuesta del consejo académico fue positiva; los partícipes mostraron gran interés en el proyecto y valoraron su originalidad como práctica

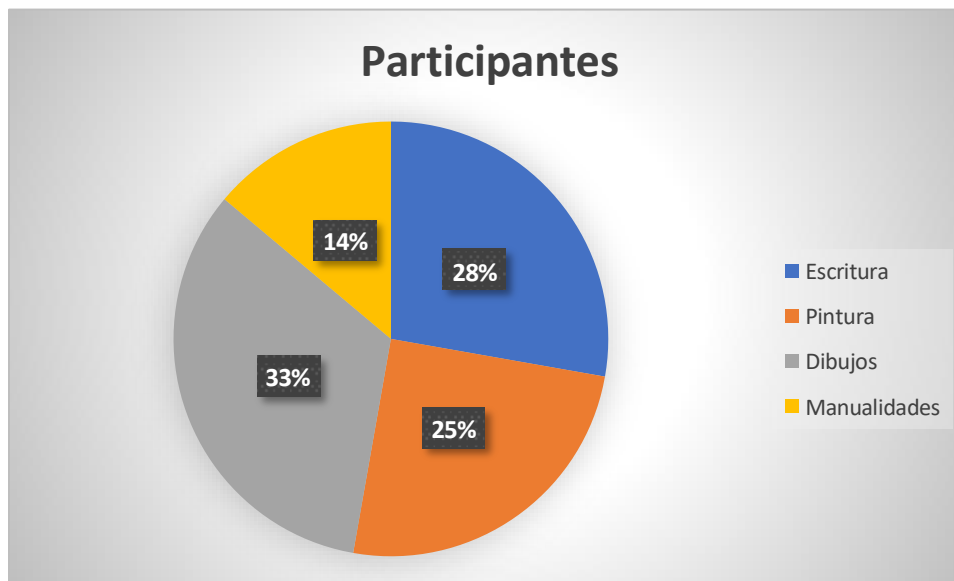
pedagógica y su pertinencia para el grupo estudiantil priorizado. Los comentarios destacaron la efectividad de la actividad vivencial para transmitir los objetivos del proyecto y su potencial beneficio para la comunidad educativa.

Tercera fase. Implementación de los talleres: Previa revisión teórica y de antecedentes sobre la temática del estudio, se creó una secuencia de cinco talleres enfocados en el desarrollo de las habilidades socioemocionales. Cada taller fue planificado para abordar de manera progresiva y significativa los distintos aspectos de la socioemocionalidad, a través de la mediación con estímulos sensoriales incorporados en ejercicios de pedagogía artística y recreativa. En concomitancia, fue preciso desarrollar una evaluación diagnóstica con el objetivo de identificar los conocimientos previos de cada estudiante sobre socioemocionalidad y otros aspectos relativos a sus propias emociones. Esta actividad fue el punto de partida para contextualizar las actividades y contenidos de los talleres a las necesidades específicas del grupo.

A lo largo de los talleres, se utilizaron diversas técnicas de estimulación sensorial, como la música, el tacto y la visualización, para facilitar la conexión emocional de los estudiantes con los ejercicios propuestos. Los contenidos tuvieron prioridad sobre la pedagogía artística y recreativa, mediante actividades de pintura, música y el dibujo. La estructura genérica de los talleres presenta los siguientes cuatro componentes: i) Objetivos específicos y medibles para cada sesión; ii) Selección de actividades con enfoque experiencial y creativo que incorporan dinámicas grupales, ejercicios de expresión artística, juegos de roles y reflexiones individuales, que permitieran a sus participantes la exploración propia de emociones y habilidades sociales, como también fortalecer su autoestima; iii) Materiales y recursos específicos según énfasis del taller, disponibilidad y adecuación a las necesidades del grupo; iv) Creación de un ambiente seguro y acogedor que permitiera expresar a cada participante sus opiniones desde la confianza propia frente al grupo y el respeto mutuo.

Cuarta fase. Identificación de resultados y análisis: Los talleres vinculan ejercicios de interacción pedagógica y reflexión colaborativa que, de conformidad con el diseño iterativo del estudio, permiten incorporar variantes en cada ciclo a partir de las convergencias grupales y las diferencias individuales. Dentro de tales instancias, cada participante aporta insumos a manera de evaluación sobre la pertinencia de cada actividad, a partir de los objetivos planteados, sus afinidades con la temática del estudio y las acciones de pedagogía artística y recreativa. Los talleres proporcionan insumos para analizar el desarrollo mismo de las acciones dentro de los ciclos de reflexión colaborativa, a partir de la literatura, la escritura y las representaciones visuales en dibujos y fotografías. Concomitantemente, dichos ciclos trascienden hacia la identificación de resultados dentro del marco general del estudio, en cuya instancia es posible establecer ejercicios de triangulación con referentes teóricos y metodológicos. (Ver figura 2)

Figura 2. Medios de interacción



4. Resultados y análisis

La intervención pedagógica desarrollada se estructuró en torno a tres objetivos específicos. En función de estos, se presentan y analizan a continuación los resultados obtenidos, evidenciando el grado de alcance de cada propósito planteado a continuación:

4.1 En primer lugar, se encuentra el promover actividades de recreación artística que generen el autorreconocimiento de las habilidades socioemocionales en los estudiantes por medio de la interacción en diferentes talleres. En este objetivo, y evidenciando la participación activa de los estudiantes en cada una de las sesiones propuestas, se logró captar la atención de los participantes, lo cual se demuestra en el incremento progresivo del porcentaje de asistencia en cada taller. Esta participación favoreció el autorreconocimiento sobre la importancia de sus habilidades socioemocionales, en un ambiente donde interactuaban entre ellos y se daban el tiempo para comprender las diferentes dimensiones relevantes que se planteaban, abordando aspectos sociales y personales. Cada uno se cuestionaba acerca de diferentes acontecimientos de la vida personal y lo relacionaba con su contexto cotidiano, estableciendo vínculos entre situaciones del pasado, presente y futuro. (Ver anexo 3)



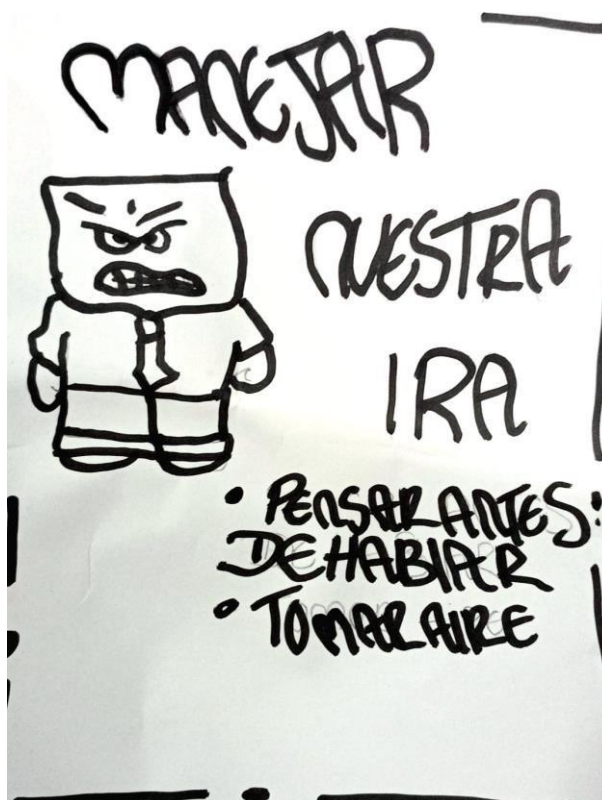
Fotografía 1. Tomada por: Geraldine García.

4.2 En segundo lugar se muestra implementar la educación artística como posible herramienta para la regulación de las emociones de los estudiantes. Como resultado, las actividades propuestas se centraron en pintar, dibujar, moldear, escribir, entre otras expresiones vinculadas a la educación artística; a partir de ellas, los estudiantes demostraron su interés, manifestando su agrado al momento de desarrollar cada taller, destacando su dedicación y concentración durante las sesiones. A través de observaciones directas realizadas durante los talleres y del análisis de las producciones artísticas de los estudiantes, se evidenció un mayor autorreconocimiento en la canalización de sus emociones a través del arte. Por ejemplo, estudiantes que inicialmente mostraban poco interés por los talleres, a medida que avanzaban las actividades, se integraban de manera voluntaria, motivados por el ambiente que percibían como agradable.

Ilustrando, en una entrevista realizadas al finalizar los talleres, un estudiante manifestó sentirse más capaz de reconocer sus propias emociones y las de sus compañeros, comentando que las actividades artísticas les proporcionaron un espacio seguro para explorar y expresar sentimientos que, en otros contextos, les resultaban difíciles de manejar.



Fotografía 2. Tomada por: Geraldine Garcia.



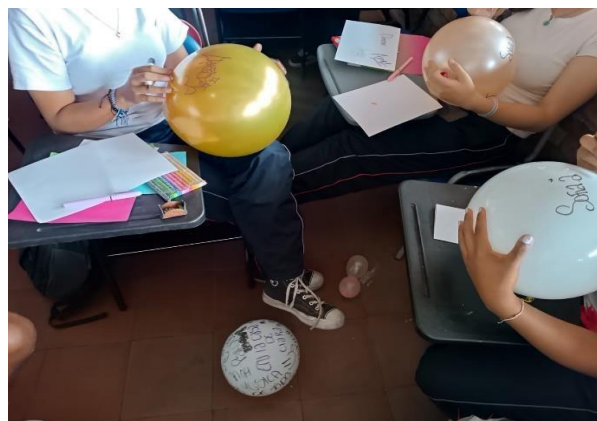
Fotografía 3. Tomada por Geraldine Garcia.

- 4.2 En tercer lugar, se formulan diferentes estrategias colaborativas de trabajo en el aula a partir de la práctica pedagógica, potenciando la educación artística y la recreación.

Objetivo que da paso a diseñar talleres en los cuales se prioriza la implementación de la recreación, asegurando que cada uno de ellos respondiera a los intereses y preferencias de los participantes. El fomento del trabajo colaborativo dentro del grupo permitió que, según la observación participante realizada en el aula, las estrategias colaborativas, enriquecidas con la educación artística y la recreación, promovieran un ambiente de mayor participación y compromiso por parte de los estudiantes. Se evidenció una distribución más equitativa de roles y un aumento en la responsabilidad afectiva individual dentro de los equipos.



Fotografía 4. Tomada por: Geraldine Garcia.



Fotografía 5. Tomada por: Geraldine Garcia.



Fotografía 6. Tomada por: Geraldine Garcia.

En el análisis de la entrega de los trabajos creados por los estudiantes se evidenciaron patrones interesantes. Principalmente, algunas ilustraciones mostraron representaciones de emociones intensas, las cuales se demostraron a través de la escritura, los dibujos, la pintura y el modelado. A medida que avanzaban los talleres, evolucionaron hacia representaciones mayor elaboradas y simbólicas de las emociones, sugiriendo un proceso de comprensión más profunda.

Lo anterior compone una metodología pedagógica eficaz para fomentar la participación, el aprendizaje significativo y el desarrollo de habilidades sociales en los estudiantes. Asimismo, la integración del arte y el juego en el trabajo en equipo no solo aumenta la motivación y el disfrute, sino que también procura herramientas poderosas para la comunicación, la creatividad y la construcción conjunta de conocimiento. En este sentido, según Treviño et al. (2019), las habilidades socioemocionales influyen de manera positiva en la vida de las personas, siendo una herramienta positiva para el actuar y la toma de decisiones en diferentes ambientes sociales. Estas habilidades permiten, de manera notable, regular las emociones, favoreciendo así una mayor flexibilidad en el autoconocimiento, la autorregulación y la conciencia social.

Tabla 1. Herramientas de educación artística que utilizaron los estudiantes.

Etiquetas de fila	Suma de Participantes
Dibujos	12
Escritura	10
Manualidades	5
Pintura	9
Total general	36

Tabla 2. Emociones más representadas por los estudiantes.

Emociones mas representadas por los estudiantes	
Alegria	40%
Tristeza	20%
Furia	15%
Temor	15%
Desagrado	10%

5. Conclusiones y recomendaciones

La adaptación de la educación artística ofrece un camino comprometedor para fortalecer el autorreconocimiento socioemocional en los estudiantes. En este sentido, las experiencias creativas por medio del arte brindan un medio no verbal y expresivo para reconocer y procesar las emociones, lo que aporta significativamente a un mayor bienestar emocional y social dentro del entorno educativo.

Este estudio proporcionó fundamentos mediante las dinámicas propuestas, lo que permitió que los estudiantes logaran identificar herramientas con las cuales pudieron reconocerse y relacionarse, facilitando así el manejo y reconocimiento de sus propias habilidades socioemocionales. De igual modo, se potenció el desarrollo emocional de cada uno de ellos a través de la pedagogía, la recreación y la educación artística, aportando en pro de su desarrollo integral en la etapa de la adolescencia y promoviendo el bienestar de los participantes.

La metodología IAE empleada permitió una adaptación continua de las estrategias y actividades implementadas, respondiendo de manera permisiva a las dinámicas del grupo de adolescentes. Los talleres lúdicos y experienciales manifestaron ser un medio efectivo para crear un ambiente seguro y participativo, donde los estudiantes pudieron explorar sus emociones e identificar tanto sus fortalezas como las cosas a mejorar en habilidades clave, tales como la autoconciencia, la autorregulación, la motivación, la empatía y las habilidades sociales. Además, la lúdica de los talleres facilitó la participación y el aprendizaje significativo, permitiéndoles abordar temas sensibles de manera más abierta y constructiva.

Se recomienda en futuros ejercicios de práctica pedagógica con adolescentes dentro de los espacios formativos de la licenciatura en recreación, que se priorice el desarrollo de actividades recreativas donde el juego y las artes ocupen un lugar significativo, favoreciendo los espacios de encuentro y rescatando el enfoque iterativo. También, se sugiere la pertinencia de integrar este tipo de intervenciones en el contexto educativo como estrategia para favorecer el bienestar emocional y social de los estudiantes, contribuyendo a su desarrollo integral y a la creación de un ambiente escolar más empático y resiliente. Por último, futuros estudios podrían explorar la sostenibilidad de estos cambios a largo y mediano plazo, así como analizar el impacto de intervenciones similares en diferentes contextos educativos y con grupos de adolescentes con características y edades diversas.

Referencias

- Agudelo Gómez, L., Pulgarín Posada, L. A., & Tabares Gil, C. (2017). La estimulación sensorial en el desarrollo cognitivo de la primera infancia / Sensory stimulation in cognitive development of early childhood. *Revista Fuentes*, 19(1), 73–83.
<https://revistascientificas.us.es/index.php/fuentes/article/view/3011>
- Barrera, A. (2018). *La influencia de la estimulación sensorial como herramienta del desarrollo integral en los niños y niñas del grado Párvulos A, del Liceo Campestre arcoíris del municipio de Tauramena Casanare* (Tesis de pregrado). Universidad Santo Tomás.
 Recuperado de
<https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/15711/TESIS%20ADRIANA%20BARRERA%20C,%20202019>
- Bar-On, R. (2006). El Modelo de Bar-On de inteligencia emocional-social. *Psicothema*, 18(1), 13-25.
- Bericat Alastuey, E. (2000). La sociología de la emoción y la emoción en la sociología. *Papers (Universitat Autònoma de Barcelona)*, (62), 0145-176.
- Bolaños, E. A. (2020). Socio-emotional education. From regulatory approach, to personal and social growth. *ALAS*, 388–408. <https://www.redalyc.org/journal/5886/588663787023/html/>
- Bonilla, E., & Rodríguez, P. (2000). Métodos cuantitativos y cualitativos. En E. Bonilla & P. Rodríguez (Eds.), *Más allá del dilema de los métodos. La investigación en ciencias sociales*. Universidad de los Andes: Grupo Editorial Norma.
- Castro-Bonilla, J. (2004). La enseñanza de las artes plásticas en la Universidad de Costa Rica. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*, 4(2), 0.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44740206>

- Carr, W., & Kemmis, S. (1988). *Teoría Crítica de la Enseñanza: La investigación-acción en la formación del profesorado*. Ediciones Martínez Roca.
- Daza Leguizamón, L. J., & Soler Loaiza, T. M. (2024). *Percepción de las emociones relacionadas con la convivencia en adolescentes en un colegio de Bogotá*.
- Elliott, J. (1993). *El cambio educativo desde la investigación-acción*. Ediciones Morata.
- García, A. (2020). *La educación emocional a través del juego dramático y la percepción sensorial: una propuesta didáctica*. <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/41193>
- González Domínguez, N. Y., Carnero Sánchez, M., & Navarrete Pita, Y. (2021). Lúdica y situación social del desarrollo. Una nueva mirada a la educación superior. *Revista Universidad y Sociedad*, 13(3), 29-37. Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202021000300029
- González-Carvajal, M. C. (2009). Estimulación neurosensorial en alumnos especialmente afectados. *Psicología Educativa. Revista de los Psicólogos de la Educación*, 15(1), 21-25. <https://www.redalyc.org/pdf/6137/613765489004.pdf>
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista-Lucio, P. (2014). Selección de la muestra. *Metodología de la Investigación*, 6(1), 170-191.
- Kemmis, S., & McTaggart, R. (Eds.). (1998). *The action research planner*. Deakin University Press.
- Romero Rodríguez, L. A. (2023). *Habilidades socioemocionales en los ambientes de aprendizaje que presentan los estudiantes del grado segundo de una institución educativa de la localidad de Bosa* (Tesis de maestría).
- Restrepo, M. C. (1999). *Producción de textos educativos*. Cooperativa Editorial Magisterio.
- Merino Orozco, A., Berbegal Vázquez, A., Arraiz Pérez, A., & Sabirón Sierra, F. (2021). Motivación en la adolescencia y el acompañamiento para la autodeterminación: una revisión

sistematizada. *Orientación Y Sociedad*, 21(1), e031. Recuperado de

<https://revistas.unlp.edu.ar/OrientacionYSociedad/article/view/10335>

Moreno Pincay, M. (2020). *ESTRATEGIAS LÚDICAS EN EL DESARROLLO DE LA VINCULACIÓN EMOCIONAL Y SOCIAL DEL NIÑO DE 3 A 4 AÑOS. GUÍA DIDÁCTICA DE ESTRATEGIAS LÚDICAS PARA DOCENTES* (Tesis de pregrado). Universidad de Guayaquil. <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/48975>

Morán Cuastumal, L. V., & Ortiz-Cerón, D. S. (2020). Relación entre Manejo de emociones-sentimientos y Relaciones interpersonales en adolescentes escolarizados de una institución educativa del municipio de Pasto. *Revista Criterios*, 27(2), 45-69.

<https://doi.org/10.31948/rev.criterios/27.2-art2>

Paternina Farco, E. (2019). *Las Artes Plásticas como estrategia didáctica, artística y creativa dentro de la escuela para la expresión de la violencia en niños de 3° y 4° de primaria de la Institución Educativa Llanos de Cuivá* (Tesis de pregrado). Universidad de Antioquia.

<http://hdl.handle.net/10495/22501>

Paredes-Martínez, R., & TiradoLozada, D. (2022). Artes plásticas en la educación para el desarrollo de la creatividad. *593 Digital Publisher CEIT*, 7(1), 75-93.

https://www.593dp.com/index.php/593_Digital_Publisher/article/view/780

Pérez, N., & Filella, G. (2019). Educación emocional para el desarrollo de competencias emocionales en niños y adolescentes. *Praxis & Saber*, 10(24), 23–44.

<https://doi.org/10.19053/22160159.v10.n25.2019.8941>

Treviño Villarreal, D. C., González Medina, M. A., & Montemayor Campos, K. M. (2019).

Habilidades socioemocionales y su relación con el logro educativo en alumnos de Educación Media Superior. *Revista de psicología y ciencias del comportamiento de la Unidad*

Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales, 10(1), 32-48.

<https://doi.org/10.29059/rpcc.20190602-79>

Unicef.org. (s. f.). *De salud mental sí hablamos: Unicef Colombia propone abrir una conversación sobre salud mental y bienestar psicosocial de niñas, niños, adolescentes y sus familias.*

Recuperado el 24 de marzo de 2025, de <https://www.unicef.org/colombia/comunicados-prensa/de-salud-mental-s%C3%AD-hablamos-unicef-colombia-propone-abrir-una-conversaci%C3%B3n-sobre>

Walker, D. F. (1992). Methodological issues in educational research. En P. W. Jackson (Ed.), *Handbook of research on curriculum: A project of the American Educational Research Association*. Macmillan.

Yule, F. E. M., Cometa, L. D. P., & Mestizo, E. E. (2016). *La lúdica como estrategia pedagógica para reforzar las operaciones de la suma, resta, multiplicación y división en estudiantes del grado sexto de la i.e. técnica Eduardo Santos Toribio*. reponame:Repositorio Institucional FULL. Recuperado de <https://repository.libertadores.edu.co/handle/11371/891>

Anexos

Anexo 1.

Entrevista 1.

-Entrevistadora: Bien, a continuación, se va a hacer una evaluación por parte de una de las estudiantes que fue partícipe de los talleres de la ejecución de tesis. No voy a preguntar nombre por resguardar su identidad, pero sí curso y el colegio.

-Entrevistada: la institución es el Instituto Técnico República de Guatemala, grado 11-2.

-Entrevistadora: Listo, muchas gracias. Ahora a continuación se va a hacer una serie de preguntas en donde se hace la parte de evaluación sobre los talleres en los cuales ella participó. Después de la participación en los talleres, ¿lograste entender el concepto de la socioemocionalidad?

-Entrevistada: Sí señora, ni siquiera sabía realmente ese concepto, pero en los talleres que sumersé hizo y las actividades y todo lo que hiciste, es como el reconocimiento de nuestras emociones y que hay que saberlas controlar, porque a veces tenemos, digamos, por decir la ira y no sabemos controlar, pero hay tips para mejorar toda la regulación.

-Entrevistadora: Según tu preferencia, ¿cuál fue el taller que más te gustó?

-Entrevistada: Pues la verdad me pareció todos, todos son importantes y valiosos, las actividades también fueron súper chéveres, fueron creativas y entendí mucho el valor que tenemos cada una de las personas y pues que hay que saber controlar nuestras emociones.

-Entrevistadora: Ahora, tercero, ¿los talleres te ayudaron a identificar un poco mejor tus emociones?

-Entrevistada: Sí, y pues de hecho en los talleres podemos evidenciar expresar la creatividad de nosotros, digamos, las tristezas, las felicidades, todo lo que tenemos dentro de nuestro corazón y pues que lo representamos en el arte, en la regulación artística y las manualidades.

-Entrevistadora: Listo, por último, ¿los talleres te ayudaron a reconocer actividades que te podrían ayudar a regular tus emociones?

-Entrevistada: Sí, claro, como te dije, uno expresa muchas cosas en el material que nos traes y pues ahí aprendemos muchas cosas y a reconocernos también a nosotros.

-Entrevistadora: Listo, muchas gracias.

Entrevista 2.

-Entrevistadora: Me regalas curso y en qué institución estudias.

-Entrevistado: Curso 11.2. Institución República de Guatemala.

-Entrevistadora: La primera pregunta. Después de la participación en los talleres, ¿lograste entender el concepto de la socioemocionalidad?

-Entrevistado: Sí, más claro. Antes ni siquiera sabía que eso existía, la verdad.

-Entrevistadora: Segunda, según tu preferencia, ¿cuál fue el taller que más te gustó?

-Entrevistado: Creo que el que hicimos hoy, el botiquín emocional.

-Entrevistadora: Tercero, ¿los talleres te ayudaron a identificar un poco mejor tus emociones?

-Entrevistado: Sí. a identificar emociones como la felicidad, tristeza y así.

-Entrevistadora: Y, por último, ¿los talleres te ayudaron a reconocer actividades que te podrían ayudar a regular tus emociones?

-Entrevistado: Sí. Como el dibujo que fue el corazón que hice y también el zapito en origami.

-Entrevistadora: Muchas gracias por tu tiempo.

Anexo 2.

Proyecto de grado: Hemolúdico: Talleres para fomentar el autoconocimiento de las habilidades socioemocionales, en un grupo de adolescentes de grado undécimo, desde la practica pedagógica, la recreación y la educación artística.

Elaborado por: Geraldine García Cortes.

Tutor: Jairziño Panqueba.

Introducción:

El presente proyecto va dirigido a los adolescentes de una institución educativa, que actualmente cursen grado undécimo 11°. De los cuales serán partícipes de una investigación cualitativa con la ejecución de 5 sesiones en donde se desarrollarán diversos talleres que contribuyan al ámbito socioemocional grupal y personal, por medio de la educación artística y los estímulos sensoriales.

Objetivo General

Fomentar el autoconocimiento de las habilidades socioemocionales en un grupo de adolescentes que estudian en una institución educativa de Bogotá, a través de una intervención de investigación de acción educativa (IAE) incorporando talleres lúdicos y experienciales en diferentes sesiones, fortaleciendo su desarrollo emocional.

Objetivos Específicos

1. Promover actividades de recreación artística que generen el autorreconocimiento de las habilidades socioemocionales en los estudiantes por medio de la interacción en diferentes talleres.
2. Implementar la educación artística como posible herramienta para la regulación de las emociones de los estudiantes.
3. Formular estrategias colaborativas de trabajo en el aula a partir de la práctica pedagógica, potenciando la educación artística y la recreación.

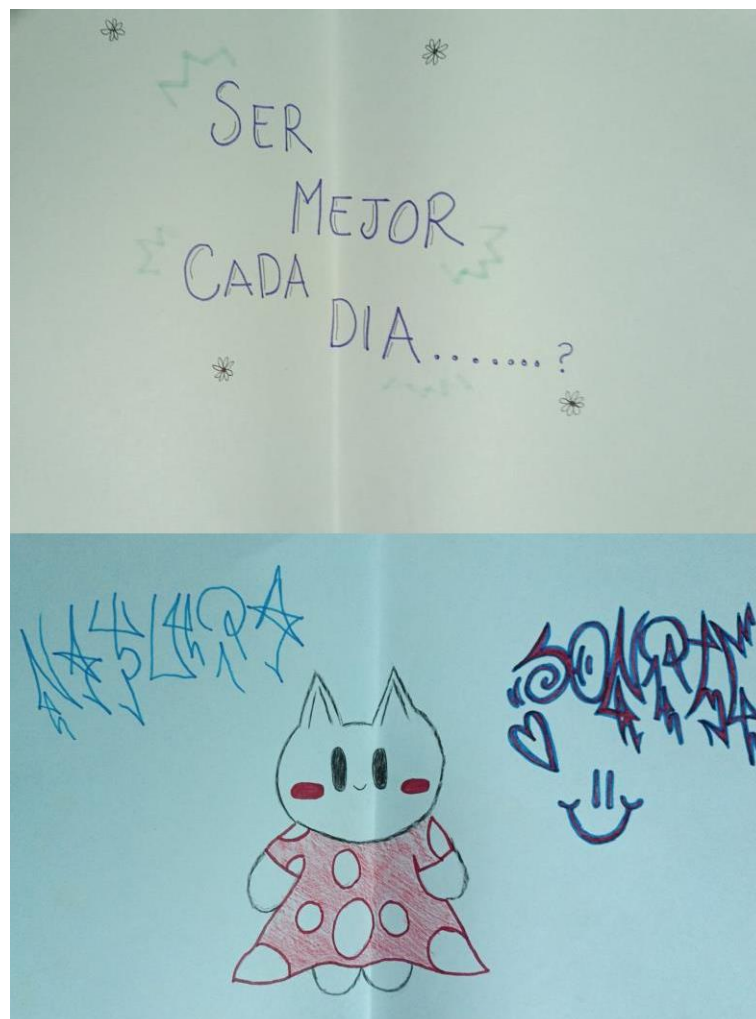
Duración:

Se estima realizar 5 sesiones, en las cuales se considera pertinente un tiempo de 2 horas en cada sesión.

Población:

Va dirigido a los estudiantes de grado 11° de los cuales se espera trabajar con un grupo de 36 participantes.

Anexo 3.





ETA ES EL DESARROLLO DE UNA PERSONA EN SU EDUCACIÓN E OPORTUNIDADES VIVIR HACIENDO LA RECOLECCIÓN E ENTENDIMIENTO DE SUS EMOCIONES.

ETA SON UNA PERSONA CON CARACTER FUERTE A LA HORA DE DECIDIRME PERO ME VESIBLE, ME ADECUA CASI TODO, LA OESTE SOLE ADECUARME DE MI FORMA MANERA DE ACTUAR A LA HORA DE CAMBIAR E SER BUENA PERSONA. SON MUY MODICA TODO LO QUE PASA, PABA ASO. ADECUA LO REPRESENTA MODANDO, POR QUEZ NI IDEA, ES LA MANERA MAS FACIL DE ENTENDER.

ETA CONTABILIDAD

ETA CARNE DE CERDO

ETA FUE EN CARTAGENA NUESTRA PRIMERA VEZ PABA MI FAMILIA, LO TENIA COMO 9 O 10 AÑOS E FUMOS AL MAR, ESTABAMOS CON MI PAPA (PAPA) QUE EN UNOS FUMOS UNOS, Y FUE LO QUE ESTABAMOS HOY EN DIA, ESE DIA FUMOS A COMER Y DISFRUTAMOS EN FAMILIA.

ETA: SO ESCUCHO DE TODO, TODO CUANDO MUSICAL ME GUSTA.

ETA - ALERGIAS

- ESTAR CON MI CIRCULO SOCIAL
- COMER

- TRISTEZA

- EL DESARROLLO DE MI CIRCULO SOCIAL (AMIGOS, FAMILIA, ETC)
- QUE NO PUEDA HACER LAS COSAS.

- ENOJO

- QUE CUANDO SEAN ENDO QUE ME PROTESTA LO HAYAN DE APOSTAR
- QUE LO ME HAGAN ENDO

ETA:

ME GUSTA:

- COMER
- JUGAR JUEGOS
- VER PELICULAS
- COMER

NO ME GUSTA:

- HACER EJERCICIO
- HACER ASEO
- NO HACER NADA

1 No sé que es la salud emocional

2 No soy Lukas Craxis y soy muchas cosas para describirlo brevemente

3 Ed física

4 Pizza

5 No podría elegir en día, todos o muchos han sido buenos

6 Rap conciencia

7 Cosas que me dan:

Alegría: Escuchar música

Salir con amigos

Tristeza: No tener batería en el cello
No tener música

Enojo: Que se me descargue el celular
las injusticias

Desagrado: Una canción mala en mi playlist
Que solo me busquen por cigarrillos

Miedo: Quedarme pobre
pensar demasiado

8 Jugar fútbol; Escuchar música y pañochar

9 No me gusta escribir ni leer tanto sino es interesante, no me gusta madrugar y no me gusta ir a la iglesia