

# Estrategia educativa para el desarrollo de la educación emocional en la educación superior

## Educational strategy for the development of emotional education in higher education

Lisbet Catalina Vazquez-Quintana

✉ [lisbetvq@unica.cu](mailto:lisbetvq@unica.cu)

 <https://orcid.org/0000-0002-5506-6977>


Diana Rosa Díaz-Garriz

✉ [dianardg@unica.cu](mailto:dianardg@unica.cu)

 <https://orcid.org/0000-0002-2859-9460>

Néstor González-Pérez

✉ [nestorgp@unica.cu](mailto:nestorgp@unica.cu)

 <https://orcid.org/0000-0002-5046-663X>

Universidad de Ciego de Ávila Máximo Gómez Báez, Cuba.

### Resumen

La investigación propone una estrategia educativa para el desarrollo de la educación emocional en la educación superior, parte del diagnóstico del nivel de preparación de los estudiantes sobre la educación emocional en la carrera Licenciatura en Educación Pedagogía-Psicología. En el proceso investigativo se emplearon como métodos del nivel teórico: el analítico-sintético y el inductivo-deductivo, que aportaron fundamentos teóricos sobre la educación emocional para la elaboración de los instrumentos, y del nivel empírico se utilizó el análisis documental, la observación a clases, la encuesta a estudiantes y docentes para obtener información, precisar regularidades y oportunidades. La propuesta de talleres permitirá que los estudiantes controlen los impulsos negativos y puedan enfrentar situaciones de estrés. El trabajo es resultado del proyecto de investigación territorial “Desarrollo Emocional enfocado en la educación de las juventudes: género, violencia y racialidad” del departamento Pedagogía y Psicología de la universidad de Ciego de Ávila Máximo Gómez Báez.

**Palabras clave:** educación emocional, estrategia educativa

## Abstract

This research proposes an educational strategy for the development of emotional education in higher education, based on an assessment of students' preparation level in emotional education in the Bachelor of Education in Pedagogy-Psychology program. Theoretical methods used in the research process were: analytical-synthetic and inductive-deductive, which provided theoretical foundations for emotional education for the development of the instruments. At the empirical level, documentary analysis, classroom observation, and student and faculty surveys were used to gather information and identify regularities and opportunities. The workshop proposal will enable students to control negative impulses and cope with stressful situations. This work is the result of the territorial research project "Emotional Development Focused on Youth Education: Gender, Violence, and Raciality" of the Department of Pedagogy and Psychology at the University of Ciego de Avila Maximo Gomez Baez.

**Keywords:** emotional education, educational strategy

## Introducción

La educación emocional es un contenido que se debe potenciar desde la educación infantil, en este periodo se desarrollan las capacidades físico-motoras, lingüísticas, cognitivas, sociales, afectivas y se comienza a tener conciencia de las emociones; su regulación es esencial por su nivel de significación para las personas. Los efectos positivos en el aprendizaje, la salud, las relaciones interpersonales, la prevención de la violencia, la prosocialidad y el bienestar han sido demostrados desde las ciencias sociales, pedagógicas y psicológicas (Pérez y Filella, 2019).

Según Bisquerra (2003) la educación emocional se refiere a: "el proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social" (p.23).

Se asume este criterio teniendo en cuenta que si se pretende que la educación emocional sea un contenido permanente en el tiempo se debe mejorar la calidad humana tanto a nivel personal como en su convivencia social. Debe intencionarse desde el nacimiento, durante la educación

infantil, primaria, secundaria y superior; así como a lo largo de la vida adulta, adoptando un enfoque de ciclo vital que se prolongue durante toda la vida (Bisquerra, 2003).

Los criterios expuestos son válidos porque abarcan todas las etapas del desarrollo psicológico con las que interactúan los profesionales de la educación en el ámbito escolar, siendo esencial la figura del profesor, el que debe convertirse en un educador emocional, que contribuya a que los estudiantes puedan regular de forma adecuada las emociones (Bisquerra y Chao, 2021). Sin embargo, en el proceso de enseñanza-aprendizaje, específicamente en la educación superior, continúa prevaleciendo el enfoque que prioriza el desarrollo de capacidades intelectuales, sin prestar la necesaria atención a la potenciación y educación de recursos emocionales que posibiliten el completo bienestar psicosocial.

En la educación superior los estudiantes se encuentran en la etapa de la juventud caracterizada por una situación del desarrollo específica que determina transformaciones importantes en los sistemas de actividad y comunicación; así como cambios significativos en las características psicológicas de la edad. El comportamiento juvenil está matizado por su proyección futura y la actividad de estudio se convierte en actividad de formación profesional, relacionada convenientemente con la vida laboral.

Los procesos cognoscitivos se orientan hacia aquello que es importante en la preparación para el futuro y adquieren una connotación afectiva y personal que permite un aprendizaje personalizado que hacen surgir nuevas necesidades y motivaciones profesionales. Sin embargo, en ocasiones debido a las exigencias y realidad del contexto cubano actual, se manifiestan deficiencias en la regulación de las emociones que provocan en los jóvenes desmotivación, frustración, insensibilización, que pueden llegar incluso a la violencia verbal y psicológica. Por tanto, se requiere de recursos educativos que puedan contribuir al desarrollo de habilidades y capacidades que faciliten el bienestar emocional; en este sentido el papel del colectivo pedagógico puede contribuir a la regulación consecuentemente de las emociones.

Desde esta óptica se plantea como objetivo proponer una estrategia educativa para el desarrollo de la educación emocional en la educación superior. En la investigación participaron 48 estudiantes de la carrera Licenciatura en Educación Pedagogía-Psicología de la Universidad de Ciego de Ávila Máximo Gómez Báez, que constituyen la población seleccionada.

El sistema de instrumentos elaborados para el diagnóstico fue asumido de resultados precedentes y adaptado a la investigación; está comprendido de la manera siguiente: guía de análisis de documentos (Vazquez, 2019); guía de observación a clases (Martínez, 2023); cuestionario a estudiantes sobre: violencia (Martínez, 2023), cuestionario de autoconocimiento, autocontrol y automotivación (Prado, 2018), cuestionario sobre racialidad (Rodríguez, 2020). La investigación se sustenta metodológicamente en la perspectiva general dialéctico materialista con un enfoque mixto cuantitativo y cualitativo. Es una investigación explicativa y aplicada.

## Desarrollo

### *Materiales y métodos*

En la elaboración del resultado que se presenta se emplearon métodos del nivel teórico como el analítico-sintético y el inductivo-deductivo: en la determinación de los fundamentos teóricos sobre la educación emocional; la elaboración de los instrumentos; en la interpretación analítica de los datos aportados por los instrumentos aplicados para la generalización de tendencias y oportunidades; en el análisis de la concepción de educación emocional y determinar las características que la distinguen para relacionar la información procedente de la teoría con la que proviene de la práctica pedagógica.

Del nivel empírico se utilizó el análisis documental, la observación a clases y la encuesta a estudiantes y docentes: en la revisión del Plan de Estudio “E” del modelo profesional en la Licenciatura en Educación Pedagogía-Psicología (MES, 2016), los programas de disciplinas y de asignaturas; para obtener información sobre las valoraciones de la educación emocional, indagar sobre el estado del desarrollo de la educación emocional, precisar regularidades y oportunidades para la atención a la temática referida.

Desde los referentes teóricos que se asumen se define como variable dependiente: nivel de preparación de los estudiantes sobre la educación emocional. Reconocido por la capacidad que demuestran los estudiantes de la educación superior en la identificación y comprensión de las emociones propias y ajenas para relacionarse a través de una comunicación efectiva y empática en la resolución de conflictos de manera constructiva que permita regular las emociones y gestionar el estrés de manera efectiva en los planos interpersonal y profesional (Vazquez et al., 2025). Se declaran como indicadores con la finalidad de ganar en objetividad:

conocimiento de la teoría relacionada con la educación emocional; manifestaciones asumidas en el proceso de enseñanza-aprendizaje; disposición para autotransformarse.

**Tabla 1**

*Escala valorativa*

| Indicadores  | Niveles de desarrollo  |  |  |
|--|--|--|--|
|  | Adecuado   | Poco adecuado  | No adecuado  |
| Conocimiento de la teoría relacionada con la educación emocional | Demuestran conocimiento de la teoría relacionada con la educación emocional  | Cuando manifiestan dificultades en el conocimiento de la teoría relacionada con la educación emocional   | Cuando no conocen la teoría relacionada con la educación emocional   |
| Manifestaciones asumidas en el proceso de enseñanza-aprendizaje  | Manifiestan habilidades para el autoconocimiento, el autocontrol, la automotivación, la empatía y el manejo de relaciones sociales | Manifiestan dificultades en las habilidades para el autoconocimiento, el autocontrol, la automotivación, la empatía y el manejo de relaciones sociales | No demuestran habilidades para el autoconocimiento, el autocontrol, la automotivación, la empatía y el manejo de relaciones sociales |
| Disposición para autotransformarse                               | Demuestran disposición para la autotransformación  | Demuestran limitada disposición para la autotransformación   | No demuestran disposición para la autotransformación   |

El sistema de instrumentos elaborados para el diagnóstico incluye la guía de análisis de documentos, guía de observación a clases, cuestionario a estudiantes sobre violencia, cuestionario de autoconocimiento, autocontrol y automotivación, cuestionario sobre racialidad.

Los instrumentos fueron validados en investigaciones anteriores y se aplicaron a la población seleccionada.

### *Resultados y discusión*

El término estrategia empleado en los campos de la Pedagogía y la investigación pedagógica puede entenderse como un sistema dinámico y flexible de actividades y comunicación, que se ejecuta de manera gradual y escalonada; en la misma se pone el énfasis no solo en los resultados, sino también en el desarrollo del proceso, lo cual permite mantener la sistematicidad en la realización y control de las acciones que se ejecutan, como enfoque básico de todos los participantes (Valle, 2012).

El diseño de una estrategia debe realizarse como un proceso donde exista interrelación entre todos sus componentes dirigidos a la consecución con éxito del objetivo planificado, con las características siguientes:

- Concepción con enfoque sistémico en el que predominan las relaciones de coordinación, aunque no dejan de estar presentes las relaciones de subordinación y dependencia.
- Una estructuración a partir de fases o etapas relacionadas con las acciones de orientación, ejecución y control; independientemente de la disímil nomenclatura que se utiliza para su denominación.
- El hecho de responder a una contradicción entre el estado actual y el deseado de un objeto concreto, ubicado en el espacio y en el tiempo, que se resuelve mediante la utilización programada de determinados recursos y medios.
- Un carácter dialéctico, que le viene dado por la búsqueda del cambio cualitativo que se producirá en el objeto (estado real al estado deseado), por las constantes adecuaciones y readecuaciones que puede sufrir su accionar y por la articulación entre los objetivos (metas perseguidas) y la metodología (vías instrumentadas para alcanzarlas), entre otras.
- La adopción de una tipología específica que viene condicionada por el elemento que se constituye en objeto de transformación. Esta última categoría resulta esencial a los efectos de seleccionar cuál variante utilizar dentro de la taxonomía existente.

- Su irrepetibilidad, teniendo en cuenta que las estrategias son casuísticas y válidas en su totalidad, solo en un momento y contexto específico, por ello su universo de aplicación es más reducido que el de otros resultados científicos. Ello no contradice el hecho de que una o varias de sus acciones puedan repetirse en otro contexto.
- Su carácter de aporte eminentemente práctico debido a sus persistentes grados de tangibilidad y utilidad. Ello no niega la existencia de aportes teóricos dentro de su conformación. (Rodríguez, 2007 citado por Tirado y Conde, 2015, p.20)

Se coincide con los autores referenciados atendiendo a los propósitos que se desean para el desarrollo del resultado científico y en el caso específico se emplea un tipo de estrategia reconocida en la literatura científica como estrategia educativa, la que se define como: “el conjunto de acciones secuenciales e interrelacionadas que partiendo de un estado inicial permiten dirigir la formación del hombre hacia determinados objetivos en un plano social general” (Valle, 2012, p.27).

La estrategia educativa dentro de la investigación científica constituye un resultado de significación práctica, sustentado básicamente en un grupo de talleres para el desarrollo emocional que van a constituir la forma organizativa preponderante para darle consecución a los objetivos trazados al permitir la integración de los criterios y vivencias de los miembros del grupo, a partir de debates y reflexiones (Vargas, 2020; Gutiérrez, 2021; MES, 2022). La propuesta manifiesta un enfoque sistémico al considerar la estrecha relación dialéctica entre cada componente, tomando en consideración la unidad indisoluble entre el objetivo como categoría rectora de la actividad propuesta y el contenido.

Objetivo general de la estrategia educativa: Potenciar el desarrollo de la educación emocional para el alcance del bienestar psicosocial, a partir de talleres que propicien el trabajo en grupo, para el grupo y con la ayuda del grupo.

Contenidos de la estrategia educativa:

1. Reconocimiento y expresión de emociones: aprender a identificar y nombrar las emociones propias y a expresarlas de manera adecuada.
2. Regulación emocional: desarrollar estrategias para gestionar y controlar las emociones,

como la respiración profunda, la relajación o el pensamiento positivo.

3. Empatía: fomentar la capacidad de ponerse en el lugar del otro y comprender sus emociones y perspectivas.

4. Autoconocimiento: conocerse a uno mismo, identificar fortalezas y debilidades emocionales, y trabajar en el desarrollo personal.

5. Habilidades sociales: aprender a relacionarse de manera positiva con los demás, comunicarse de forma efectiva y resolver conflictos de manera constructiva.

6. Toma de decisiones emocionales: aprender a tomar decisiones teniendo en cuenta las propias emociones y las de los demás, así como las consecuencias de las mismas.

Responsables de la implementación de la estrategia educativa: investigadores y colaboradores del proyecto de investigación territorial “Desarrollo Emocional enfocado en la educación de las juventudes: género, violencia y racialidad”, del departamento Pedagogía y Psicología de la Universidad de Ciego de Ávila Máximo Gómez Báez.

Condiciones para la aplicación de la estrategia educativa: entre los recursos técnicos se utilizan técnicas de presentación, caldeamiento, entrevistas, dinámicas grupales y de cierre. Las técnicas se utilizan teniendo en cuenta los objetivos de cada sesión de la estrategia.

Recursos materiales: papel, lápices, lapiceros, crayones, colores, pizarra, plumones, cartulinas, TV y material audiovisual.

Ambiente físico: la estrategia se debe desarrollar en un lugar amplio, donde existan las condiciones para funcionar en grupo de manera adecuada; siempre que el local reúna los requisitos necesarios de ventilación, iluminación, y que sea agradable de manera general.

La estrategia educativa que se propone está conformada por tres etapas:

#### Etapas I. Organización y planificación del trabajo

Se realizan acciones de organización y planificación del trabajo que llevan consigo proponer talleres y charlas educativas, entre otras actividades que faciliten la dinámica del trabajo, a partir de los contextos y particularidades de estos.

- Planeación e instrumentación de la estrategia educativa



La estrategia educativa y su carácter sistémico se aprecia entre sus componentes principales: diagnóstico, objetivo y acciones de cada etapa preparatoria, implementación y evaluación estratégica. Dentro del principio de jerarquía el sistema superior de integración lo constituye el objetivo con su carácter rector, revelando el resultado del diagnóstico y pronosticando el resultado a alcanzar.

Se entiende como estructura de sistema el modo de organización e interacción entre los componentes y donde algunos adquieren una mayor jerarquía y otros se subordinan; permite que a partir del diagnóstico se determine el objetivo y que la proyección estratégica responda a este, existiendo una interdependencia entre las etapas. La preparación de las condiciones previas permite la correcta implementación y la evaluación, condiciona las metas para la próxima etapa, donde este se desarrolla a partir del diagnóstico como proceso continuo e integral.

## **Etapas II. Desarrollo de los talleres**

En esta etapa se desarrollan los talleres planificados desde la etapa anterior, estos tienen un carácter interactivo y vivencial. Son flexibles, permitiendo ser modificables en el transcurso de su implementación; de manera que propicien la motivación, el diálogo, la comunicación asertiva y el respeto de los derechos entre los miembros del grupo. En ellos se debe evitar la revictimización; por lo que sus procedimientos no estarán encaminados a culpar ni juzgar a ningún participante.

Cada sesión de trabajo se estructura en tres momentos fundamentales: el inicio o caldeamiento, el planteamiento temático y reflexión grupal y el cierre. El inicio tiene como objetivo crear un ambiente favorable, motivar y animar al grupo para la tarea que se realizará a continuación; este caldeamiento puede ser específico o inespecífico.

En el planteamiento temático y reflexión grupal se planteará el tema mediante técnicas de contenido temático o reflexión, las que permitirán que los participantes expresen sus criterios, actitudes, emociones, sentimientos, experiencias y reflexiones al respecto; la pretensión nunca sería la aceptación acrítica de los planteamientos del facilitador. El cierre es el momento que permitirá la evaluación de la sesión de trabajo, lo que propiciará una retroalimentación

sistemática para ir evaluando el crecimiento individual y grupal como un proceso.

Las técnicas participativas que se proponen fueron ajustadas de acuerdo a los objetivos de cada taller, tiempo de la sesión, número de participantes, particularidades de los grupos y características de la personalidad de los facilitadores.

- Descripción de los talleres

#### Taller 1. Reconocimiento emocional

Objetivo: Debatir sobre las habilidades para la identificación de emociones.

Materiales: papel y bolígrafos; materiales de arte como crayones, lápices de colores, y papel para dibujar; hojas de trabajo con listas de emociones para identificar y analizar; cartulinas o pizarras para actividades grupales.

Desarrollo: el taller se llevará a cabo en un espacio cómodo y seguro donde los participantes se sientan libres de expresarse emocionalmente, se estructura en varias actividades prácticas y reflexivas iniciando con la reflexión en la importancia del reconocimiento emocional para la salud mental y las relaciones interpersonales. Se utilizarán situaciones ficticias o basadas en experiencias reales donde los estudiantes deben identificar las emociones involucradas, tanto en ellos mismos como en los demás. Por ejemplo, representar escenas cotidianas donde surgen emociones como felicidad, tristeza, enojo o miedo. Ellos dibujan o utilizarán otras formas de expresión artística para representar diferentes emociones, lo que facilitará la comprensión visual y creativa de cómo se manifiestan las emociones en el cuerpo y la expresión facial. Se enfatizará la importancia de la empatía y la comprensión hacia las emociones propias y ajenas.

#### Taller 2. Regulación emocional

Objetivo: Analizar los recursos prácticos para regular las emociones y gestionar el estrés.

Materiales: alfombras o cojines para las prácticas de respiración y relajación; hojas de trabajo con ejercicios de auto-observación y estrategias de afrontamiento; espacio tranquilo y cómodo para las prácticas de mindfulness y relajación; música suave o sonidos naturales para crear un ambiente relajante.

Desarrollo: se estructura en actividades diseñadas para fomentar la autorregulación emocional, se inicia con la facilitación guiada por el instructor para dirigir las prácticas de respiración, relajación muscular progresiva y mindfulness. Se analizará la importancia de la regulación emocional en el bienestar personal y la gestión del estrés y se demuestra cómo desarrollar la respiración profunda para ayudar a los estudiantes a reducir la ansiedad y promover la calma. Al final se intercambiará sobre la propuesta de técnicas específicas para afrontar situaciones estresantes y regular las emociones de manera efectiva.

### Taller 3. Empatía

Objetivo: Debatir sobre el desarrollo de la empatía mediante la comprensión de las emociones de los demás.

Materiales: papel y bolígrafos para anotaciones y ejercicios escritos; espacio adecuado para discusiones grupales y actividades de role-playing; hojas de trabajo con preguntas guía para las discusiones grupales; cartulinas o pizarras para visualizar ideas y conclusiones.

Desarrollo: se estructura en actividades diseñadas para fomentar la conexión emocional y la comprensión interpersonal, iniciando con el debate de la importancia de la empatía en las relaciones interpersonales y el desarrollo personal. Los estudiantes compartirán experiencias personales donde han experimentado emociones fuertes. Esto ayudará a sensibilizar sobre la diversidad de experiencias emocionales y cómo estas afectan a las personas de manera diferente. Posteriormente se organizarán debates guiados sobre cómo se sienten las personas en diferentes situaciones emocionales para reflexionar sobre las respuestas emocionales y las diferencias individuales en la gestión de emociones. Se utilizarán los juegos de roles para interpretar los escenarios emocionales para comprender mejor las perspectivas y reacciones emocionales de los demás, a través de la integración de momentos para la reflexión individual y grupal sobre el impacto de la empatía en la vida diaria y las relaciones interpersonales.

### Taller 4. Autoconocimiento

Objetivo: Intercambiar sobre el autoconocimiento y la inteligencia emocional de los participantes a través de actividades reflexivas.

Materiales: cuadernos o hojas de papel para escribir los diarios emocionales; listas de control

con ejemplos de fortalezas y debilidades emocionales para guiar a los participantes; espacio adecuado para las discusiones en grupo, con sillas dispuestas en círculo para facilitar la interacción.

Desarrollo: se estructura en actividades diseñadas para explorar y comprender las emociones, fortalezas y debilidades personales, se comenzará con la importancia del autoconocimiento en el desarrollo personal y las relaciones interpersonales, a partir de la práctica de escribir diarios emocionales para identificar y reflexionar sobre las emociones experimentadas a lo largo del día. Los estudiantes crearan listas individuales de fortalezas y debilidades emocionales para reconocer y valorar aspectos positivos y áreas de mejora. En las sesiones grupales se compartirá en las experiencias personales y aprendizajes derivados de las actividades realizadas.

#### Taller 5. Habilidades Sociales

Objetivo: Debatar sobre las habilidades de comunicación, resolución de conflictos y trabajo en equipo a través de role-playing enfocado en situaciones emocionales.

Materiales: tarjetas con escenarios de role-playing que involucren situaciones emocionales y desafiantes; espacio adecuado para las prácticas de role-playing, con sillas dispuestas en círculo para facilitar la interacción; hojas para que los participantes anoten observaciones y reflexiones después de cada ejercicio.

Desarrollo: se estructura en actividades diseñadas para fomentar el desarrollo de habilidades sociales que iniciarán con el intercambio de la importancia de las habilidades sociales en las relaciones interpersonales y profesionales. Se presentarán prácticas guiadas de situaciones emocionales donde los estudiantes asumen roles específicos para practicar la comunicación efectiva, la empatía y la resolución de conflictos. Identificarán las fortalezas y áreas de mejora en las habilidades sociales de los participantes, de manera que permitan desarrollar ejercicios colaborativos para fomentar la cooperación, la toma de decisiones conjunta y la gestión de conflictos dentro de un grupo. Al final se discutirá sobre cómo aplicar las habilidades sociales aprendidas en situaciones reales, tanto en el ámbito personal como profesional.

#### Taller 6. Toma de decisiones emocionales

Objetivo: Intercambiar sobre la toma de decisiones considerando tanto sus propias emociones

como las de los demás.

Materiales: casos prácticos para el análisis; tarjetas con roles para el role-playing; tablero o pizarra para anotar ideas durante el debate ético; hojas de papel y bolígrafos para la elaboración del plan de acción.

Desarrollo: se estructura en actividades diseñadas para fomentar la inteligencia emocional y la empatía, a partir del intercambio en la importancia de tomar decisiones emocionales equilibradas y empáticas en diferentes situaciones. Se presentarán estudio de casos prácticos que requieren tomar decisiones emocionales, analizando las emociones involucradas y las posibles consecuencias. Los estudiantes deben considerar sus propias emociones, las de los demás y las posibles repercusiones. Se discutirá en el grupo sobre dilemas éticos relacionados con la toma de decisiones emocionales, fomentando la reflexión crítica y el análisis de diferentes perspectivas. Culminará con la propuesta de un plan de acción personal para mejorar la capacidad de tomar decisiones emocionales de manera equilibrada y empática en el futuro.

### Etapa III. Impacto de los talleres

Se ofrece una evaluación del impacto de los talleres realizados en la estrategia educativa, se recopilan y analizan las evidencias, tomando como referencia los indicadores propuestos. La evaluación de estructura, proceso y resultado estará presente desde inicio de la propuesta de la estrategia educativa hasta el final de la misma. La evaluación del proceso se realizará en forma sistemática para conocer el desempeño real y actual de la estrategia, a través del cumplimiento de las acciones propuestas para cada objetivo y los indicadores que se establezcan en cada etapa.

## Conclusiones

Educar las emociones desde el proceso de enseñanza-aprendizaje permite a los estudiantes desarrollar habilidades, mejorar las relaciones interpersonales y adquirir valores para la vida, insertándose de manera adecuada en la sociedad.

La estrategia educativa diseñada contribuirá a potenciar el desarrollo de la educación emocional para el alcance del bienestar psicosocial, reduciendo el riesgo de trastornos como la ansiedad, la depresión o el estrés crónico.

Los talleres diseñados permitirán el trabajo en grupo para desarrollar habilidades como la autoconciencia, la autorregulación, la empatía y las habilidades sociales, que son fundamentales para el bienestar psicosocial.

## Referencias bibliográficas

- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7-43. <http://revistas.um.es/rie/article/viewFile/99071/94661>
- Bisquerra, R. y Chao, C. (2021). La Educación Emocional: de la teoría a la práctica. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar*, 1(1), 7-8. <http://ri.iberomx/handle/iberomx/6041>
- Gutiérrez, A. (2021). *Estrategia educativa para el mejoramiento de la funcionalidad psicológica en el adulto mayor* [Tesis doctoral, Universidad de Matanzas].
- Martínez, A. L. (2023). *La orientación psicopedagógica para el afrontamiento y prevención de la violencia* [Tesis de maestría, Universidad de Ciego de Ávila Máximo Gómez Báez].
- Ministerio de Educación Superior (MES). (2016). *Modelo de la Licenciatura en Educación Pedagogía-Psicología*. La Habana, Cuba.
- Ministerio de Educación Superior (MES). (2022). *Reglamento del Trabajo Docente y Metodológico de la Educación Superior*. (Resolución ministerial 47/2022). La Habana, Cuba.
- Pérez, N. y 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>
- Prado, E. (2018). *La educación de la inteligencia emocional de los docentes de la escuela especial "Lázaro Benito Tabío"* [Tesis de pregrado, Universidad de Ciego de Ávila Máximo Gómez Báez].
- Rodríguez, I. M. (2020). *Subjetividad y reproducción de dinámicas de igualdad desigualdad en las relaciones raciales en el grupo socio-ocupacional intelectuales*. *Estudio de casos*

[Tesis de pregrado, Universidad Central Marta Abreu de las Villas].

Tirado, R. y Conde, S. (2016). Análisis estructural de la gestión de la convivencia escolar en centros de buenas prácticas de Andalucía (España). *Educación XX1*, 19(2), 153-178.

Valle, A. (2012). *La investigación Pedagógica. Otra mirada*. Editorial Pueblo y Educación.

Vargas, G. (2020). Estrategias educativas y tecnología digital en el proceso enseñanza-aprendizaje. *Cuaderno hospital de clínicas*, 61(1).

Vazquez, L. C. (2019). *Desarrollo de la autonomía grupal en la Licenciatura en Educación Pedagogía-Psicología* [Tesis doctoral, Universidad de Ciego de Ávila Máximo Gómez Báez].

Vazquez, L. C., González, N., Díaz, D. R., Pérez, A., Rodríguez, D., Rodríguez Molina, K., Jorge, M. y Prado, L. C. (2025). *Informe científico técnico de resultado de proyecto de Investigación Territorial: Desarrollo Emocional enfocado en la educación de las juventudes: género, violencia y racialidad*. (material digital). Universidad de Ciego de Ávila Máximo Gómez Báez.