

26

**DIAGNÓSTICO**

**DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS  
HACIA LA TUTORÍA**

# DIAGNÓSTICO

## DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS HACIA LA TUTORÍA

### DIAGNOSIS OF SOCIO-EMOTIONAL SKILLS IN UNIVERSITY STUDENTS TOWARDS TUTORING

Karla Gabriela Aguilar Islas<sup>1</sup>

E-mail: [gabyislaspetrovizky@gmail.com](mailto:gabyislaspetrovizky@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8379-2725>

Javier Moreno Tapia<sup>1</sup>

E-mail: [javier\\_moreno@uaeh.edu.mx](mailto:javier_moreno@uaeh.edu.mx)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4029-5440>

Alma Delia Torquemada González<sup>1</sup>

E-mail: [almatorquemada@gmail.com](mailto:almatorquemada@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2569-1787>

<sup>1</sup> Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. México.

#### Cita sugerida (APA, sexta edición)

Aguilar Islas, K. G., Moreno Tapia, J., & Torquemada González, A. D. (2019). Diagnóstico de habilidades socioemocionales en universitarios hacia la tutoría. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 2(2), 214-221. Recuperado de <http://remca.umet.edu.ec/index.php/REMCA>

#### RESUMEN

Este reporte describe el trabajo de investigación que ha tenido como propósito caracterizar las competencias socioemocionales que predominan en un grupo de universitarios de la carrera en Ciencias de la Educación, donde una de las principales aspiraciones es ser docente. Para ellos se construyó una escala Competencias Socioemocionales, que permitió indagar sobre la práctica docente y su relación con las habilidades socioemocionales que identifiquen. Los instrumentos fueron aplicados a una población seleccionada de manera no probabilística por conveniencia a profesores en formación. En ambas escalas, se evidencian que los participantes tienen competencias socioemocionales desarrolladas; sin embargo, falta profundizar más en el aspecto reflexivo y la capacidad de análisis para propiciar más herramientas personales a la hora de la práctica educativa.

**Palabras clave:** Docencia, competencias socioemocionales, profesores en formación.

#### ABSTRACT

This report describes the research work that has had the purpose of characterizing the socio-emotional competencies that predominate in a group of university students of the Education Sciences career, where one of the main aspirations is to be a teacher. For them, a Socio-Emotional Skills scale was constructed, which allowed us to inquire about the teaching practice and its relationship with the socio-emotional skills they identify. The instruments were applied to a population selected in a non-probabilistic way for convenience to teachers in training. In both scales, it is evident that the participants have developed socio-emotional competencies; However, there is a need to go deeper into the reflexive aspect and the analysis capacity to promote more personal tools when it comes to educational practice.

**Keywords:** Teaching, socio-emotional skills, teachers in training.

## INTRODUCCIÓN

La educación superior exige nuevos roles de todos los actores que la involucran asimismo plantea nuevos retos que el sistema escolar debe solventar, destacando el desarrollo de competencias y habilidades transferibles para propiciar el aprendizaje constante y favorecer a las funciones dirigidas en sostener y guiar el aprendizaje del alumno dentro de un contexto globalizado y consiente. Involucrando las habilidades, motivos y valores que se expresan en un desarrollo profesional del alumnado y a su vez del profesorado.

También parte de las funciones actuales de los docentes es ser un acompañante educativo que diagnostica, supervisa, evalúa y retroalimenta el desempeño de los estudiantes de forma grupal o individual, para lograr un aprendizaje profundo, complejo y crítico.

Para afrontar estos retos, la educación debe verse dirigida a promover capacidades y competencias más allá de los estándares académicos, pues éstos deben cambiar en dirección de formar a personas que gestionen sus propios aprendizajes, sean autónomos con herramientas que les ayuden a lo largo de la vida (Díaz Barriga & Hernández, 2010).

De acuerdo con el Modelo Educativo de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo (2015), la revisión y actualización del modelo ha sido establecida a través del Plan de Desarrollo Institucional (PDI) y dentro de un marco mundial. Teniendo como objetivos institucionales a corto plazo destacar la participación del docente, el cual busca consolidar los cuerpos académicos y propiciar el desarrollo personal académico mediante un programa de profesionalización que incluya todo el cuerpo académico y personal de apoyo para mejorar los programas educativos percibiendo a la institución como un espacio multidimensional.

Ya instaurado el marco conceptual de trabajo de la UAEH y las propuestas de mejora respecto a su Modelo Educativo y de acuerdo con el Programa de formación en competencias pedagógicas para la práctica docente parte de los resultados esperados es que los docentes puedan *saber ser* (reflexionar sobre su compromiso docente y reconocer la importancia y responsabilidad al seleccionar diferentes estrategias propuestas por el modelo educativo) (México. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, 2018)

Esta investigación tiene como objetivo conocer e indagar más en el desarrollo personal del futuro docente. Ya que es importante recordar que en el proceso de educación presencial se trabajan con muchas variables indispensables para potenciar el aprendizaje, entre ellas las competencias emocionales, ya que se ha demostrado que estas interfieren no solo en el desempeño docente, sino en la percepción que se tiene de su propia práctica. Poniendo

en manifiesto la estrecha vinculación entre felicidad subjetiva, sentido del humor y personalidad.

En efecto, la sociedad exige una formación permanente a lo largo de la vida, no solo en instancias económicas y estructurales, sino también como modo de autorrealización personal y profesional del profesorado (Pérez, 2005). Partiendo de identificar las competencias socioemocionales y en qué punto convergen con el ser multidisciplinario que enseña y acompaña a los alumnos.

Pero para abordar las competencias socioemocionales es necesario tener una definición de lo que implica una educación socioemocional, ya que la entendemos como el proceso educativo, permanente y continuo, que tiene como objetivo el desarrollo de competencias socioemocionales y de la inteligencia socioemocional para promover el desarrollo integral de los/as estudiantes con el fin de favorecer su bienestar personal y social, fungiendo como una prevención primaria inespecífica.

Se considera que la educación socioemocional es un proceso que implica un conjunto de fases para lograr el desarrollo continuo y dinámico de las competencias socioemocionales.

Dentro del proceso se evidencia que las competencias socioemocionales están presentes en todo escenario educativo ya que conlleva experiencias de formación estratégicamente diseñadas que repercuten en el aprendizaje, así como en la enseñanza de dichas competencias que debe llevarse a cabo con frecuencia y de forma permanente ya que depende de la práctica, el entrenamiento y su perfeccionamiento y, no tanto de la instrucción verbal.

Las competencias socioemocionales sirven como parte de la prevención para disminuir distintas situaciones de riesgo como la violencia, depresión, estrés, entre otras situaciones, minimizando así, la vulnerabilidad de la persona a situaciones disfuncionales (Bisquerra Alzina, 2005).

De acuerdo con un estudio realizado por Cuadra, Veloso, Rubi, Reyes & Vilca (2010), donde el propósito fue realizar una intervención en docentes cuya la problemática abordada fue el impacto de los docentes en su percepción respecto a la satisfacción laboral que existe, trabajándola mediante un programa de intervención basado en la Psicología Positiva demostrando que el programa de intervención aumentó los niveles de satisfacción de vida de los profesores, generando una actitud más positiva y asertiva hacia la vida y por ende hacia el campo laboral.

A partir de lo anterior se ha demostrado que la eficacia que el trabajo emocional y psicológico entre los docentes y los alumnos podría tener con base en experiencias que mejoran no solo el clima del aula sino también mejora su rendimiento académico (Escartín Solanelles, Ceja Barba, Sora Miana, Ferrer & Celdrán Castro, 2011) y su percepción de su práctica, ya que el estado emocional

que experimentaba el profesorado ante una situación de enseñanza determinada constituyen una fuente de información sobre la propia eficacia docente, aumentando sus expectativas y sintiéndose motivados para la enseñanza (Marchesi Ullastres & Díaz Fouz, 2008) incidiendo en su propia satisfacción, promoviendo el bienestar de las nuevas generaciones.

En concordancia con lo revisado, esta investigación tuvo como propósito caracterizar las competencias socioemocionales que predominan en los docentes en formación a través de instrumentos cuantitativos y cualitativos que indagaron sobre las experiencias simuladas y en práctica profesional como docentes han tenido y su impacto en la práctica educativa para el desarrollo de un plan de intervención.

Es por eso que consideramos esencial retomar las habilidades socioemocionales, ya que están consideradas por el propio modelo educativo de la UAEH, como en la percepción misma del docente en formación. Este diagnóstico temprano puede llevarnos a implementar un programa de tutoría, aún dentro de su formación, centrado en fortalecer las competencias socioemocionales y con ello contribuir a un mejor desempeño docente.

## DESARROLLO

El estudio de las competencias socioemocionales tiene un amplio breviarío en su construcción. Brevemente se entiende a competencia como la capacidad de utilizar adecuadamente el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar diversas actividades con un grado de calidad y eficacia (Bisquerra Alzina, 2005). Sin embargo, las competencias socioemocionales tienen un origen más detallado, ya que provienen de estudios de la inteligencia emocional.

A partir del análisis del concepto de competencias socioemocionales se puede señalar que tienen una connotación intrínseca, que va desde la identificación de características que nos hacen únicos ante los demás, entender la concepción de nuestras propias emociones hacia la aplicación de habilidades sociales que desencadenan una serie de procesos cognitivos y perceptivos.

Es un constructo amplio que tiene diversos procesos y desencadenan diferentes resultados. Se puede entender a la competencia emocional como el conjunto de conocimientos, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales.

Desde la normatividad internacional de la educación superior, las competencias tienen un carácter técnico-profesional. Sin embargo, hay competencias que aún no están solventadas o son obviadas ante su desarrollo, y hablamos de las competencias que están inmersas en nuestro día a día, en nuestra casa, trabajo y escuela. Las competencias que buscan un desarrollo socio-personal.

Estas clases de competencias buscan integrar aquellas características inminentes de los seres humanos, que irrumpen en cualquier interacción entre persona y persona. Para así, poder determinar aquellas características que nos hacen únicos y destacados en cualquier área.

Para uso de esta investigación se considera el modelo socioformativo por dos razones: la primera es que parte desde la percepción internacional, ya que de acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (1998), menciona en su declaración mundial sobre la educación superior que la educación a lo largo de la vida se basa en cuatro pilares: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser. Adentrándonos al último pilar, aprender a ser. También, porque de acuerdo con la visión de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico como se citó en Fragoso (2015), identifica el conjunto de competencias necesarias para que tanto niños como adultos lleven vidas responsables y exitosas en una sociedad moderna y capaz de interactuar con grupos socialmente heterogéneos, mostrando elementos dentro de su concepción de la teoría sobre competencias emocionales.

De acuerdo con Pérez-Escoda, Velar & Ruiz-Bueno (2014), este modelo se enfoca en cinco bloques que buscan explicar el proceso por el cual pasan las competencias socioemocionales. El primer bloque busca reconocer las emociones propias, a esta capacidad se le llama **conciencia emocional**.

El segundo bloque es llamado **regulación emocional**, y es la capacidad para utilizar y modificar las emociones de forma adecuada y adaptativa, tener buenas estrategias para autogenerar emociones positivas aún en situaciones contrarias.

La autonomía emocional es el tercer bloque, quien busca sentir, pensar y tomar decisiones por uno mismo, incluye la autogestión emocional: autoestima, actitud positiva ante la vida, responsabilidad, capacidad de analizar críticamente las normas sociales, buscar ayuda, etcétera. Las competencias sociales son aquellas que usamos para tener una buena relación con los demás, incluye habilidades sociales básicas, comunicación efectiva, respeto y actitudes pro sociales.

Y por último las competencias para la vida y el bienestar que incluyen la capacidad de apropiarse comportamientos propios y responsables ante la solución de problemas personales, familiares, profesionales y sociales.

Para el caso de las competencias socioemocionales el término tiene sus propias dimensiones y está diferenciado de la Inteligencia Emocional. Según Saarni, citada por Fragoso (2015), las competencias emocionales son el conjunto articulado de capacidades y habilidades que necesitamos como individuos para desenvolvernos en un ambiente cambiante y surgir como una persona diferente,

mejor adaptada, eficiente y con mayor confianza en sí mismo.

El punto central de estas competencias son las emociones, y esta teoría se relaciona con la demostración de autoeficacia al expresar emociones en las diferentes situaciones sociales, pero para que haya autoeficacia se requiere del conocimiento propio de las emociones y la capacidad que existe para regularlas (Saarni, citado en Bisquerra & Pérez, 2007).

En sus trabajos de 1997 y 2000 Saarni (como se citó en Bisquerra & Pérez, 2007), presenta el siguiente listado de habilidades de la competencia emocional:

1. Conciencia del propio estado emocional.
2. Habilidad para discernir las habilidades de los demás.
3. Habilidad para utilizar el vocabulario emocional y términos expresivos habitualmente disponible en una cultura.
4. Capacidad para implicarse empáticamente en las experiencias emocionales de los demás.
5. Habilidad para comprender que el estado emocional interno no necesita corresponder con la expresión externa sino en uno mismo.
6. Habilidad para afrontar emociones negativas mediante la utilización de estrategias de autocontrol.
7. Conciencia de que la estructura y naturaleza de las relaciones implican un grado de sinceridad expresiva, reciprocidad e intimidad.
8. Capacidad de autoeficacia emocional.

Destacando que para hablar de las competencias emocionales en un individuo es necesario adentrarnos a este proceso de reconocimiento y profundización para llegar, paso a paso a una verdadera autoeficacia emocional.

En el caso de las esferas enfocadas a la docencia Competencias socioemocionales en la docencia, como sabemos, en el campo de la enseñanza existen muchas variables que están inmersas en el desarrollo de aprendizajes significativos en los estudiantes.

Según Cejudo, Lopez-Delgado, Rubio & Latorre (2015), destacan que las interacciones entre profesores y alumnos se encuentran impregnadas por la afectividad, reflejando los componentes afectivos que influyen en la motivación y creación de un buen ambiente para el aprendizaje en el aula.

## MATERIALES Y MÉTODOS

Se llevo a cabo un estudio descriptivo con un diseño transversal porque tuvo como objetivo identificar las competencias socioemocionales que tienen un grupo de docentes en formación y la forma en cómo ellas intervienen en su desempeño en las prácticas profesionales que realizan. Señalando que las competencias emocionales se entienden como las herramientas que permiten a las

personas entender y regular sus emociones, sentir y mostrar empatía por los demás, establecer y desarrollar relaciones positivas, tomar decisiones responsables, y definir y alcanzar metas personales.

La salud mental positiva (SMP) es nombrada de esta manera para destacar que se refiere a los aspectos positivos y saludables de la salud mental y no de la ausencia de enfermedad.

## Instrumentos de medición

En cuanto a los instrumentos utilizados, se construyó la escala Competencias Socioemocionales en el Aula que permitió conocer las creencias que surgen a partir de la práctica docente y su relación con las habilidades socioemocionales que identifiquen. Así mismo este enfoque de construcción es retomado de Pena Garrido & Repetto Talavera (2008), quien menciona que en la educación es necesario buscar instrumentos que permitan una valoración en 360°, esto quiere decir que analicen las visiones contrastantes, la del propio sujeto.

Objetivo de la entrevista: Identificar el estado actual de las emociones durante las prácticas profesionales como docente.

Las dimensiones e indicadores considerados son:

Sabiduría y conocimiento: que Incluye la creatividad, curiosidad, mentalidad abierta, amor por el conocimiento y perspectiva, cuyas preguntas guía consideradas fueron:

- Cuando enseño pienso en formas nuevas de hacer las cosas.
- Me intereso por experiencias nuevas con mis alumnos.
- Busco el desarrollo de nuevas destrezas en mi ámbito laboral.
- Proporciono sabios consejos para mis alumnos.

Coraje: que considera la valentía, perseverancia, vitalidad y autenticidad, cuya pregunta guía considerada fue:

- Considero que mi práctica docente es Innovadora.

Humanidad: que considera la Amabilidad, inteligencia social y amor, cuyas preguntas guía consideradas fueron:

- Ayudo a mis alumnos fuera del ámbito académico.
- Valoro las relaciones que tengo con ellos.
- Soy consciente de los motivos y sentimientos de mis alumnos.

Justicia: que considera la capacidad de trabajar en equidad y liderazgo, cuyas preguntas guía consideradas fueron:

- Trato a mis alumnos de la misma manera.
- Soy capaz de generar actividades en grupo y trabajar en equipo.

Contención: que se puede conocer igual con el nombre de *templanza*. Incluye la autorregulación, prudencia y modestia, cuya pregunta guía considerada fue:

- Regulo lo que siento y lo que hago cuando estoy impartiendo una clase independientemente de la situación que viva.

Trascendencia: que considera la Apreciación de la belleza y la excelencia, gratitud, esperanza, humor, cuyas preguntas guía consideradas fueron:

- Cada vez que enseño me siento agradecido.
- Espero lo mejor cada día que enseño.
- Disfruto por medio de la risa y la broma con mis alumnos.
- Disfruto la convivencia con mis alumnos de diversas formas.

Fluir: que considera la Concentración y dedicación, cuya pregunta guía considerada fue:

- Cuando enseño, el tiempo pasa volando, me concentro tanto que no percibo el tiempo.

Y como instrumento complementario se retomo la escala de Salud Mental Positiva para Adultos en Población Mexicana (Barrera & Flores, 2015), que consta de 143 reactivos en formato tipo Likert, donde se solicita al participante que lea una serie de frases referentes a algunos aspectos que una persona puede sentir, pensar o vivir diariamente.

Las dimensiones principales de esta escala son:

- Bienestar Cognitivo Emocional.
- Dominio del entorno.
- Habilidades sociales.
- Empatía y sensibilidad social.
- Bienestar físico.
- Autorreflexión.
- Malestar Psicológico.

## Participantes

El instrumento fue aplicado a una población seleccionada de manera no probabilística por conveniencia a profesores en formación. Aplicado a 54 Mujeres y 13 Hombres. Con una edad media de 19.71 Y un rango que oscila de 17 a 24 años de edad.

## Procedimiento

### Fase 1. Elaboración del Instrumento

De acuerdo con el modelo socioformativo de las competencias socioemocionales, el instrumento fue diseñado para conocer las creencias que surgen a partir de tu desempeño en el aula y su relación con las habilidades socioemocionales.

En un primer momento, el diseño del instrumento es basado en el efecto de ampliamiento (Fredrickson, 2001) que nos detalla que es necesario tener una vista real de las situaciones que vivimos, para producir un efecto de construcción para llegar al punto dónde nosotros seamos capaces de deshacer. En otras palabras, se trata de que mientras se enfrentamos una experiencia estresante, piense en el efecto de una emoción positiva.

Aplicación de la escala Competencias Socioemocionales en el Aula que pretende conocer algunas características percibidas como competencias emocionales y por medio de la discusión conocer hasta qué grado estas intervienen en su desempeño en el aula.

En la parte inicial del instrumento se les pide a los participantes que elijan un número que represente tu desempeño cómo estudiante. Tomando en cuenta el tiempo que dedica para cada actividad y la energía que invierte en cada enunciado. Al terminar los enunciados se debe justificar la respuesta más alta y la más baja por medio de un ejemplo o vivencia en el salón de clases.

Una vez contestado, se debe identificar los 5 enunciados más altos y los 5 más bajos para después utilizar los más altos y buscar la forma en cómo podrían ayudar los enunciados con mayor puntuación para equilibrar a las que están con menor puntuación.

Y por último cerramos con la descripción de una experiencia negativa que haya vivido en torno a tu proceso de aprendizaje, después tratar de describir que emociones se sentían en ese momento. Ya teniendo vivenciado el momento, se les pide que imaginen algo que los haga felices, y responden a la pregunta:

¿Crees que puedas encontrar más recuerdos positivos y aplicarlos mientras pasas por una situación estresante como la que describiste anteriormente?

Como se puede observar, nosotros buscamos identificar las competencias socioemocionales por medio del discurso y el autoanálisis que los participantes realizaban.

Evidenciando no solo una aplicación diagnóstica de las competencias socioemocionales, sino un proceso reflexivo y creativo para la resolución de la escala.

### Fase 2. Análisis de datos

Para el proceso de análisis de datos se recolectaron los datos de ambas escalas, a través de análisis estadísticos descriptivos.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Se realizó un cálculo de la media, mediana y moda de los cuales:

El factor Sabiduría y Conocimiento salieron con un promedio en los estudiantes de 7.88. Lo que implica que los estudiantes muestran un interés por aprender, adquirir y usar el conocimiento, esto abre la oportunidad para que

ellos tengan una visión de la vida abierta y sean capaces de pensar sobre las cosas, examinar significados y matices. Una condición necesaria para que desarrollen la asertividad y den frente a los problemas que surgieran en el aula de manera sana.

El factor Coraje tuvo un promedio en los estudiantes de 7.60. Implicando características que hagan ejercicio sobre la voluntad y la perseverancia para cumplir metas independientemente de las dificultades que se presenten. Estas habilidades son necesarias para afrontar la vida con entusiasmo y energía, con convicción y vocación en su práctica educativa.

El factor Humanidad tuvo un promedio de 7.37, e implica que son capaces de cuidar, ofrecer amistad y cariño a los demás, abriendo las puertas hacia una práctica académica y educativa sana y cercana.

El factor Justicia mostró un valor en los estudiantes de 7.46, implicando características que conllevan una vida en comunidad saludable, capaces de influir de forma positiva en los demás.

El factor de Trascendencia tuvo un promedio de respuesta de 8.04, la más alta de toda, implica dar un significado más profundo y con sentido a aquello que realizan, buscando esperar lo mejor para el futuro, ser capaces de apreciar el presente y agradecer el pasado.

Mientras que para el reactivo de Contención su valor es de 7.88, implican una protección contra los excesos, de pensamientos, conductas y autocontrol.

Así como la herramienta Fluir quien tiene un valor de 6.46

Es importante señalar que la calificación más alta es Trascendencia seguida de contención.

Finalmente, el  $\alpha$  de Cronbach fue de 0.894 lo cual refleja un puntaje alto, aunque es importante hacer análisis puntual de los ítems y sus correlaciones particulares para poder asegurar un valor superior a .90 y contar con una fiabilidad del instrumento significativa.

En cuanto a los resultados Escala de Salud Mental Positiva: La duración de esta escala es de aproximadamente 20 minutos, y tuvo como resultado de fiabilidad una Alpha de Cronbach fue igual a .962 lo que significa una alta fiabilidad de los resultados que se presentan.

La escala indica la Salud Mental Positiva, término que destaca aspectos positivos y saludables del sujeto (Barrera & Flores, 2015). Implica tener una buena salud física y la ausencia de algún trastorno mental.

En la siguiente lista se muestran los resultados obtenidos en los participantes, analizados por medio de la mediana y dando una calificación global por cada factor que compone la escala:

- Bienestar Cognitivo Emocional: 4

- Dominio del entorno: 4
- Habilidades sociales: 4
- Empatía y sensibilidad social: 4
- Bienestar físico: 3.5
- Autorreflexión: 3
- Malestar Psicológico: 2

Para la dimensión Malestar psicológico, los participantes han demostrado tener un bajo nivel de malestar, esto implica que los componentes cognitivos, emociones y sociales negativos no afectan o distorsionan en gran medida su percepción con el ambiente los demás.

Sin embargo, el resultado para el factor autoreflexión demostró que las habilidades cognitivas, de análisis, autococonocimiento y reflexión respecto a los propios sentimientos, acciones y necesidades es un área de oportunidad, ya que estos participantes no perciben estas competencias.

Al igual que en el factor Bienestar físico, los participantes sostienen que no sienten una satisfacción por el propio estado de salud, independientemente del estado físico, ya que no producen un equilibrio entre lo que piensan y sienten respecto a su salud física.

Para la Empatía y sensibilidad social, los participantes demostraron habilidades y competencias cognitivas y emotivas de imaginar cómo se sienten las personas, capaces de generar compasión, comprensión, cooperación y prudencia tanto en los actos como en los pensamientos.

En el factor de habilidades sociales, los participantes obtuvieron una puntuación alta, denotando la capacidad de adaptación y apoyo social positivo. Son capaces de integrarse a un grupo y dar afecto.

Dentro de la estructura del factor Dominio del entorno se encuentran habilidades psicológicas de autonomía, autoconfianza y resiliencia, dando una capacidad óptima para el manejo del estrés y enfrentar los problemas de una manera más saludable, persistir para conseguir metas en la vida.

Y por último en el factor de Bienestar cognitivo conductual se puede determinar que los participantes tienen la habilidad de percibir y procesar una realidad libre de vicios, estable y equilibrada. Denotando una capacidad para generar estados de ánimo agradables.

## CONCLUSIONES

La escala elaborada permite profundizar con las experiencias que se viven dentro del aula y por otro lado la aplicación de otra escala para cotejar los resultados y el cual se sugiere revisar en el futuro.

En ambas escalas, se evidencian que los participantes tienen competencias socioemocionales desarrolladas, como la capacidad de generar emociones y pensamientos positivos para producir bienestar, sin embargo, falta

profundizar más en el aspecto reflexivo y la capacidad de análisis para propiciar más herramientas personales a la hora de la práctica educativa.

Otro aspecto importante es que el comparativo de las escalas percibieron que los participantes no cuentan con una percepción del todo buena en su bienestar físico, mostrando un área de oportunidad para desarrollar más trabajos con docentes.

Con los indicadores se construyó un instrumento que en un primer momento fuese válido, sin embargo, se sugiere continuar desarrollando en futuras investigaciones y aplicaciones

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Barrera, M. L., & Flores, M. M. (2015). Construcción de una Escala de Salud Mental Positiva para Adultos en Población Mexicana. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 22-33. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/4596/459645431003.pdf>

Bisquerra, R. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 95-114. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/274/27411927006.pdf>

Bisquerra, R., & Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61-82. Recuperado de <http://www.ub.edu/grop/wp-content/uploads/2014/03/Las-competencias-emocionales.pdf>

Cejudo, J., Lopez-Delgado, M. L., Rubio, M. J., & Latorre, J. M. (2015). La formación en educación emocional de los docentes: una visión de los futuros maestros. *REOP*, 26(3), 45-62. Recuperado de <https://www2.uned.es/reop/pdfs/2015/26-3%20-%20Cejudo.pdf>

Cuadra, A., Veloso, C., Moya, Y., Reyes, L., & Vilca, J. (2010). Efecto de un programa de Psicología Positiva e Inteligencia Emocional sobre la satisfacción laboral y vital. *Revista Salud & Sociedad*, 1(2), 101-112. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/4397/439742463004.pdf>

Díaz Barriga, F., & Hernández, G. (2010). *Estrategias Docentes para un Aprendizaje Significativo. Una interpretación constructivista*. México: McGraw-Hill.

Escartín, J., Ceja, L., Sora, B., Ferrer, V., & Celdrán, M. (2011). El efecto moderador del género en la relación entre el flow y el desempeño académico. III Congreso Internacional de Nuevas Tendencias en la Formación Permanente del Profesorado Barcelona: Universidad de Barcelona.

Fragoso, R. (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto? *Universia*, 6(16), 110-125. Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/ries/v6n16/v6n16a6.pdf>

Fredrickson, B. L. (2001). The role of Positive Emotions in Positive Psychology. *National Institute of Health*, 56(3), 218-216. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3122271/>

Marchesi, A., & Díaz, T. (2008). *Las emociones y los valores del profesorado*. Madrid: Fundación Santa María.

México. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. (2015). *Modelo Educativo*. Pachuca de Soto: UAEH.

México. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. (2018). Dirección de Superación Académica. *Obtención de programa de formación en competencias pedagógicas para la práctica docente*. Pachuca de Soto: UAEH.

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (1998). *Declaración mundial sobre la educación superior en el siglo XXI: Visión y Acción & Marco de acción prioritaria para el cambio y el desarrollo de la educación superior*. Paris: UNESCO.

Pérez, M. J. (2005). La formación permanente del profesorado ante los nuevos retos del sistema educativo universitario. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 8(1), 1-4. Recuperado de [https://www.aufop.com/aufop/uploaded\\_files/articulos/1228490525.pdf](https://www.aufop.com/aufop/uploaded_files/articulos/1228490525.pdf)

Pérez-Escoda, N., Velar, K., & Ruiz-Bueno, A. (2014). Competencias emocionales y depresión en cuidadores familiares de personas mayores dependientes. *Ansiedad y Estrés*, 20(2-3), 181-191. Recuperado de <http://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-130755>