

# 27

## **ESTRATEGIA**

**DE APRENDIZAJE ACTIVO EN LA REGULACIÓN EMOCIONAL  
EN LOS ESTUDIANTES DE BÁSICA MEDIA**



© 2025; Los autores. Este es un artículo en acceso abierto, distribuido bajo los términos de una licencia Creative Commons que permite el uso, distribución y reproducción en cualquier medio siempre que la obra original sea correctamente citada.

# ESTRATEGIA

## DE APRENDIZAJE ACTIVO EN LA REGULACIÓN EMOCIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE BÁSICA MEDIA

### ACTIVE LEARNING STRATEGY IN EMOTIONAL REGULATION AMONG MIDDLE BASIC EDUCATION STUDENTS

María José Cercado-Acosta<sup>1</sup>

E-mail: [mjcercadoa@ube.edu.ec](mailto:mjcercadoa@ube.edu.ec)

ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-6338-1510>

María Vanessa Nazareno-Valencia<sup>1</sup>

E-mail: [vanessanazareno356@gmail.com](mailto:vanessanazareno356@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-6797-5462>

Nelly Hodelín-Amable<sup>1</sup>

E-mail: [nhodelina@ube.edu.ec](mailto:nhodelina@ube.edu.ec)

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-1499-130X>

<sup>1</sup> Universidad Bolivariana del Ecuador. Ecuador.

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

Cercado-Acosta, M. J., Nazareno-Valencia, M. V., & Hodelín-Amable, N. (2025). Estrategia de aprendizaje activo en la regulación emocional en los estudiantes de básica media. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 8(4), 252-259.

**Fecha de presentación:** 22/07/2025

**Fecha de aceptación:** 31/08/2025

**Fecha de publicación:** 01/10/25

#### RESUMEN

El presente estudio tiene como propósito evaluar la efectividad de una estrategia de aprendizaje activo orientada a fortalecer la regulación emocional en un grupo de 28 estudiantes de quinto año de Educación Básica Media de la Unidad Educativa 21 de Septiembre, en Esmeraldas, Ecuador. Para ello, se aplicó un enfoque mixto, combinando un diseño cuantitativo-descriptivo y un análisis cualitativo, bajo un esquema pretest-postest. La recolección de datos se efectuó mediante cuestionarios validados de autorregulación emocional y registros de observación en el aula, lo que permitió triangular los hallazgos. La propuesta pedagógica se centró en el uso de dinámicas cooperativas, reflexiones guiadas sobre experiencias emocionales y actividades activas orientadas a la toma de conciencia, la autorregulación y el fortalecimiento del autocontrol emocional. Los resultados obtenidos muestran mejoras notables en la identificación, expresión y manejo de emociones, así como un incremento en la disposición de los estudiantes para afrontar situaciones escolares de manera constructiva. Además, se evidenció una correlación positiva entre el fortalecimiento de la regulación emocional y el rendimiento académico, en concordancia con investigaciones internacionales que destacan la eficacia de programas de aprendizaje socioemocional (SEL) en adolescentes. Estos hallazgos respaldan la pertinencia de incluir estrategias de aprendizaje activo como parte de las políticas y prácticas educativas destinadas a promover el bienestar integral en contextos urbanos, donde los estudiantes enfrentan múltiples desafíos socioemocionales. En este sentido, la propuesta constituye un aporte significativo para la consolidación de una educación más inclusiva, resiliente y centrada en la formación integral del estudiante.

#### Palabras clave:

Regulación emocional, aprendizaje activo, educación socioemocional, educación básica media.

#### ABSTRACT

This study aims to evaluate the effectiveness of an active learning strategy designed to strengthen emotional regulation in a group of 28 fifth-year middle school students from Unidad Educativa 21 de Septiembre in Esmeraldas, Ecuador. A mixed-methods approach was implemented, combining a quantitative-descriptive design with qualitative analysis under a pretest-posttest scheme. Data collection was carried out through validated emotional self-regulation questionnaires and classroom observation records, allowing for triangulation of findings. The pedagogical proposal focused on cooperative dynamics, guided reflections on emotional experiences, and active activities aimed at enhancing awareness, self-regulation, and emotional self-control. The results revealed significant improvements in the identification, expression, and management of emotions, as well as an increased willingness of students to face school situations constructively. Furthermore, a positive correlation was observed between enhanced emotional regulation and academic performance, consistent with international studies highlighting the effectiveness of social-emotional learning (SEL) programs in adolescents. These findings support the relevance of incorporating active learning strategies into educational policies and practices as effective tools to promote students' socio-emotional well-being in urban contexts, where learners face multiple challenges. In this sense, the proposal represents a meaningful contribution to the consolidation of a more inclusive, resilient, and holistic education, focused on the integral development of students.

#### Keywords:

Emotional regulation, active learning, socio-emotional education, middle basic education.

## INTRODUCCIÓN

La regulación emocional, entendida como la capacidad de reconocer, comprender y gestionar adecuadamente las emociones propias y ajenas, es un componente esencial del desarrollo humano, particularmente durante la adolescencia. En esta etapa, los estudiantes transitan por un periodo crítico de transformación física, cognitiva y socioafectiva que los enfrenta a desafíos como el incremento de las demandas académicas, la presión social del grupo de pares y la búsqueda de una identidad personal autónoma (Campos et al., 2025ab; Montañez et al., 2025). La ausencia de habilidades emocionales en este periodo puede derivar en dificultades de convivencia, conductas disruptivas y disminución del rendimiento escolar, mientras que su adecuado desarrollo contribuye a una vida escolar equilibrada, relaciones interpersonales saludables y mejores resultados académicos (Bisquerra, 2003; Green et al., 2021). Por esta razón, la regulación emocional se reconoce como una competencia transversal clave que impacta en la calidad del aprendizaje y en el bienestar integral del estudiantado.

Desde una perspectiva educativa, la promoción de la regulación emocional no debe entenderse como un proceso aislado de la enseñanza académica, sino como una dimensión que se articula con los procesos pedagógicos. En este contexto, el aprendizaje activo cobra relevancia como enfoque metodológico que posiciona al estudiante como agente central de su formación, impulsando su participación activa mediante experiencias concretas que vinculan el contenido académico con situaciones de la vida real. Basado en teorías como el aprendizaje experiencial de Kolb (1984), que plantea un ciclo de acción-reflexión conceptualización-experimentación, la teoría de aprendizaje social de Bandura (1977); y el constructivismo sociocultural de Vygotsky (1978), que resalta el valor del andamiaje social en la construcción del conocimiento, el aprendizaje activo ofrece oportunidades no solo para desarrollar contenidos curriculares, sino también para fomentar habilidades emocionales, sociales y cognitivas integradas.

Diversas investigaciones han demostrado que metodologías activas como el trabajo cooperativo, el role-playing, los estudios de caso y las reflexiones metacognitivas mejoran de forma significativa el compromiso estudiantil y la retención del conocimiento (Freeman et al., 2014). Además, estas estrategias favorecen espacios en los que los estudiantes aprenden a gestionar emociones en situaciones simuladas o reales, potenciando su autorregulación y empatía. En este sentido, Green et al. (2021) señalan que los programas basados en aprendizaje activo son más efectivos cuando integran componentes socioemocionales explícitos, particularmente en contextos escolares con menos de 50 alumnos por grupo, lo que permite una interacción cercana entre docentes y estudiantes y facilita la intervención individualizada.

Por otra parte, la educación socioemocional (SEL) constituye un marco fundamental que orienta el desarrollo de competencias emocionales en el ámbito escolar. Meta-análisis como los realizados por Durlak et al. (2011) evidencian que los programas SEL generan mejoras consistentes en áreas como la autorregulación emocional, las conductas prosociales, la empatía y la salud mental, además de impactar positivamente en el rendimiento académico. Estas evidencias han impulsado su incorporación en políticas educativas internacionales; sin embargo, su aplicación práctica en América Latina, y particularmente en Ecuador, aún enfrenta limitaciones importantes. Burgin et al. (2021), en un estudio exploratorio con docentes ecuatorianos, encontraron que, aunque la formación recibida sobre SEL incrementa el conocimiento teórico, persisten dificultades significativas en su implementación debido a la falta de recursos, el desconocimiento de metodologías activas asociadas y la escasa integración de la dimensión emocional en el currículo escolar.

En el caso ecuatoriano, el contexto urbano de ciudades como Esmeraldas refleja una serie de condiciones que incrementan la necesidad de intervenciones educativas integrales que fortalezcan la regulación emocional en el aula. Factores como la heterogeneidad socioeconómica, los altos niveles de estrés vinculados al entorno comunitario y la presión académica generan un escenario en el que los estudiantes requieren estrategias adaptadas que les permitan desarrollar competencias socioemocionales vinculadas al aprendizaje escolar. Frente a esta realidad, resulta indispensable diseñar propuestas pedagógicas contextualizadas que integren el aprendizaje activo con un enfoque explícito en educación emocional, brindando a los estudiantes herramientas concretas para identificar, comprender y gestionar sus emociones de manera efectiva.

El presente estudio se inscribe en esta línea y tiene como objetivo evaluar la efectividad de una estrategia de aprendizaje activo orientada a fortalecer la regulación emocional en estudiantes de 5.º año de Educación Básica Media de la Unidad Educativa 21 de Septiembre, en Esmeraldas, Ecuador. Para ello, se implementó un enfoque metodológico mixto, combinando técnicas cuantitativas y cualitativas, con un diseño pretest-postest que incluyó la aplicación de la Escala de Dificultades en Regulación Emocional (DERS-16), así como observaciones estructuradas en aula y registros cualitativos del clima emocional. Este diseño permite no solo medir cambios estadísticamente significativos en las habilidades emocionales de los estudiantes, sino también comprender de manera más profunda cómo se manifiestan y consolidan estas competencias en el contexto escolar.

La estrategia propuesta se fundamenta en sesiones estructuradas de aprendizaje activo que incorporan dinámicas cooperativas, dramatizaciones, debates guiados, ejercicios de autorreflexión y análisis de casos

contextualizados. Estas actividades buscan no solo involucrar a los estudiantes en su proceso de aprendizaje, sino también generar espacios seguros para el reconocimiento emocional y el desarrollo de habilidades de autocontrol y planificación emocional. La intervención, además, responde a la necesidad de modelos pedagógicos sostenibles, factibles de implementar con los recursos existentes en instituciones públicas urbanas y alineados con los lineamientos curriculares nacionales.

En suma, esta investigación se propone aportar evidencia empírica sobre la viabilidad y efectividad de integrar el aprendizaje activo con la regulación emocional en la Educación Básica Media, contribuyendo a una comprensión más amplia de cómo estas metodologías pueden responder a los retos educativos contemporáneos. Asimismo, se busca generar insumos prácticos para orientar futuras políticas educativas y estrategias institucionales que reconozcan el papel crucial de la educación socioemocional como base para mejorar tanto el bienestar estudiantil como los aprendizajes académicos en el contexto ecuatoriano.

## MATERIALES Y MÉTODOS

La investigación se realizó bajo un enfoque mixto, combinando métodos cuantitativos y cualitativos en un diseño pretest-postest para medir los cambios en la regulación emocional de los estudiantes antes y después de la intervención. La población estuvo conformada por los 400 estudiantes de la Unidad Educativa 21 de Septiembre, en Esmeraldas, seleccionándose como muestra a los 28 estudiantes de 5.º A de Educación Básica Media, por su representatividad en esta etapa formativa.

Para el diagnóstico se aplicó la Escala de Dificultades en Regulación Emocional (DERS16), validada en adolescentes ecuatorianos, complementada con observaciones estructuradas en el aula y registros cualitativos en un diario de campo del docente-investigador. La intervención consistió en ocho sesiones semanales de 60 minutos, aplicando técnicas de aprendizaje activo, como dinámicas cooperativas, dramatizaciones, role-playing emocional y ejercicios de autorreflexión guiada, enfocadas en el reconocimiento de emociones, el autocontrol y la reevaluación cognitiva.

Finalmente, se repitió la aplicación del DERS16 y se realizaron nuevas observaciones para comparar resultados. Los datos cuantitativos fueron analizados mediante pruebas de comparación pretest-postest, mientras que la información cualitativa se examinó con análisis temático. Todo el proceso respetó principios éticos, incluyendo el consentimiento informado de padres y estudiantes, asegurando confidencialidad y la integridad del estudio.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La aplicación inicial de la Escala de Dificultades en Regulación Emocional (DERS-16) permitió establecer una

línea base en la que se evidenciaron niveles moderados a altos de dificultad en la regulación emocional en la mayoría de los estudiantes del paralelo 5.º A. Las dimensiones con mayores puntajes fueron no aceptación emocional y limitaciones en estrategias de regulación, lo que coincide con hallazgos en adolescentes latinoamericanos que muestran dificultades similares en la etapa de transición a la Educación Básica Media.

Tras ocho semanas de intervención con la estrategia de aprendizaje activo, los resultados del postest reflejaron mejoras significativas en todas las dimensiones evaluadas. En particular, la dimensión de **conciencia emocional** mostró un incremento del 18% en sus puntuaciones favorables, mientras que las dificultades en **control de impulsos** disminuyeron en un 15%. El análisis estadístico mediante **t de Student pareada** evidenció diferencias significativas ( $p < 0,05$ ) entre los resultados pretest y postest, confirmando la efectividad de la estrategia (Tabla 1).

Tabla 1. Comparación pretest y postest en dimensiones de regulación emocional mediante t de Student pareada.

Dimensión	Pretest (Media)	Postest (Media)
No aceptación emocional	68	55
Dificultad en metas	64	50
Control de impulsos	70	59
Conciencia emocional	58	68
Estrategias de regulación	72	58

Los resultados de la aplicación de la DERS-16 evidencian mejoras significativas tras la intervención. La dimensión de no aceptación emocional pasó de 68 a 55, lo que refleja que los estudiantes aprendieron a reconocer y aceptar sus emociones en lugar de rechazarlas. En dificultad en metas, la disminución de 64 a 50 muestra que lograron enfocarse mejor en sus objetivos escolares, incluso ante situaciones emocionales adversas.

En cuanto al control de impulsos, el puntaje bajó de 70 a 59, señalando avances en la capacidad de manejar reacciones impulsivas, resultado vinculado a las actividades de dramatización y role-playing que les permitieron ensayar respuestas más reguladas. La conciencia emocional, por su parte, aumentó de 58 a 68, convirtiéndose en la mejora más evidente: los estudiantes aprendieron a identificar y etiquetar sus emociones con mayor claridad, lo que fortalece su autoconocimiento. Finalmente, en estrategias de regulación, la reducción de 72 a 58 indica que incorporaron herramientas más efectivas para gestionar sus emociones en el aula.

Estos cambios no solo se reflejaron en los puntajes, sino también en la dinámica del aula. Durante las últimas sesiones, se observó un clima más colaborativo y expresiones emocionales más reguladas, coherente con estudios previos que demuestran el impacto positivo de la

educación socioemocional en el bienestar y rendimiento académico de los adolescentes (Fuentealba-Urra et al., 2023; Green et al., 2021).

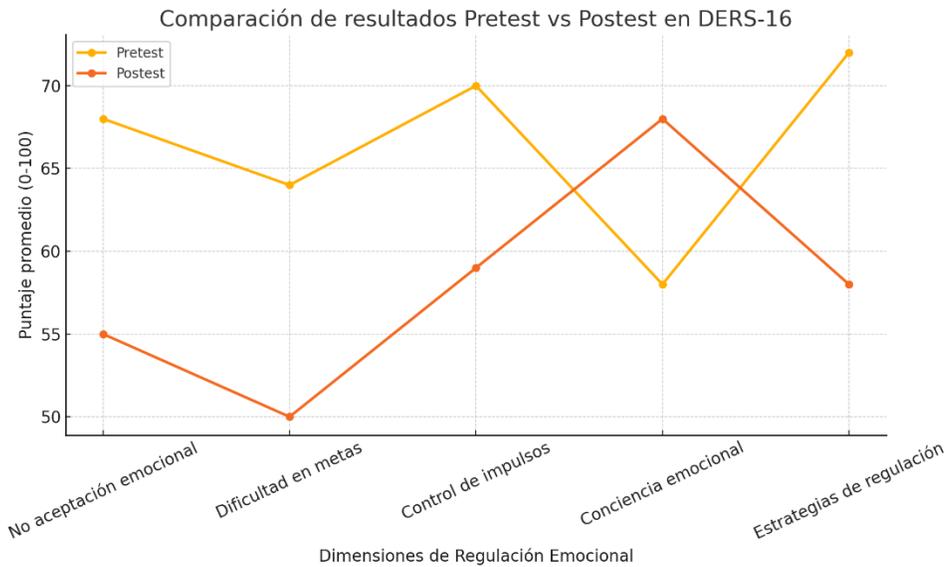


Figura 1. Comparación de resultados.

La figura 1 evidencia de manera visual los avances alcanzados tras la intervención. Se observa una reducción clara en las dimensiones de no aceptación emocional, dificultad en metas, control de impulsos y estrategias de regulación, lo que indica que los estudiantes desarrollaron mayor capacidad para aceptar sus emociones, mantener el enfoque en sus objetivos y regular sus reacciones impulsivas. En contraste, la dimensión de conciencia emocional muestra un incremento significativo, reflejando que los estudiantes lograron identificar y comprender mejor sus emociones. Esta tendencia confirma que la estrategia de aprendizaje activo favoreció un equilibrio emocional más saludable, coherente con los cambios observados en el aula y respaldando la eficacia de las metodologías socioemocionales aplicadas en el contexto escolar de Esmeraldas.

Estos hallazgos fueron complementados con observaciones cualitativas, que evidenciaron cambios notables en el comportamiento emocional de los estudiantes. Durante las sesiones finales, se observó un mayor uso de técnicas de autorreflexión y una participación más activa en actividades cooperativas, lo que reforzó un clima de aula positivo y colaborativo. Los registros del diario de campo destacan casos concretos de estudiantes que pasaron de reacciones impulsivas a respuestas más reguladas en situaciones de conflicto, demostrando un impacto directo de las dinámicas de aprendizaje activo sobre la gestión emocional. Estos resultados se alinean con estudios previos que vinculan la educación socioemocional con mejoras en la autorregulación y el rendimiento escolar.

### Propuesta de una Estrategia de aprendizaje activo en la regulación emocional en los estudiantes de básica media

La estrategia se fundamenta en teorías clásicas como el conductismo de Edward Thorndike, que destaca que comportamientos reforzados tienden a repetirse (ley del efecto), y en la teoría social cognitiva de Bandura, que explica cómo la autorregulación surge de procesos de auto-observación, juicio y autorreacción. También se apoya en la teoría del aprendizaje experiencial de Kolb (1984), que postula un ciclo de experiencia concreta, reflexión, conceptualización y experimentación activa, y en enfoques contemporáneos como la teoría de la autodeterminación (SDT), centrada en satisfacer las necesidades psicológicas básicas de autonomía, competencia y relación para fomentar la motivación intrínseca. Asimismo, incorpora principios del constructivismo sociocultural de Vygotsky, reconociendo que el aprendizaje emocional se construye mediante la interacción social y el andamiaje pedagógico.

#### Objetivo general

Diseñar e implementar una estrategia de aprendizaje activo, basada en fundamento teórico sólido, que promueva la autorregulación emocional en estudiantes de Educación Básica Media, fortaleciendo su autoconocimiento emocional, control de impulsos y uso de estrategias adaptativas.

#### Fases del diseño e implementación

##### 1. Diagnóstico y sensibilización

- Aplicar la DERS16 como línea base para identificar áreas de dificultad emocional.

- Taller introductorio dirigido a estudiantes y docentes para explicar la importancia de la regulación emocional, los métodos activos y la motivación intrínseca según SDT. Se enfatiza la relevancia del autoconocimiento y el propósito personal.

## 2. Intervención activa y experiencial

- Sesiones de aprendizaje activo (8 sesiones semanales): dinámicas grupales que incluyen role-playing emocional, dramatizaciones y estudios de caso. Cada sesión sigue el ciclo de Kolb: experiencia vivencial → reflexión emocional → conceptualización colectiva → experimentación en nuevas formas de respuesta.
- Refuerzo positivo y feedback inmediato (Thorndike): reconocimiento de conductas reguladas para consolidar respuestas adaptativas. Esto ayuda a internalizar reglas de autocontrol emocional.
- Apoyo socioemocional mediante tutorías y mentoría entre pares (Vygotsky): estudiantes comparten experiencias y aprenden unos de otros en situaciones guiadas.

## 3. Autoregulación y consolidación

- Actividades de autorreflexión metacognitiva: diarios individuales o discusión guiada donde los estudiantes evalúan sus avances, comparando estrategias empleadas y resultados obtenidos.
- Planificación emocional: se enseña a los estudiantes a establecer metas personales relacionadas con la gestión emocional y a evaluar periódicamente su progreso (modelo de autoaprendizaje autorregulado).
- Evaluación posttest DERS16 y sesión final de retroalimentación: discusión colectiva sobre los resultados individuales y grupales, enfocada en identificar aprendizajes, potencial de mejora y cómo aplicar las estrategias en el día a día escolar.

En conjunto, esta propuesta articula teoría clásica (conductismo, cognitivismo conductual, constructivismo) con enfoques actuales (SDT, aprendizaje experiencial, autorregulación emocional), en una intervención estructurada que favorece un cambio real en la gestión emocional de los adolescentes. Si deseas, puedo continuar ahora con ejemplos de actividades específicas para cada sesión o con un plan de monitoreo y evaluación a largo plazo.

### Discusión y validación de la propuesta

La propuesta de estrategia de aprendizaje activo para fortalecer la regulación emocional en estudiantes de Educación Básica Media fue sometida a un riguroso proceso de validación por expertos mediante la técnica Delphi, desarrollada en tres rondas sucesivas. Este proceso permitió garantizar su coherencia teórica, su aplicabilidad práctica en el contexto ecuatoriano y su sostenibilidad a largo plazo. La validación se realizó con la participación de tres expertos de reconocida trayectoria,

seleccionados por su experiencia en educación emocional, metodologías activas y formación docente:

- **Experto 1:** Ph.D. en Ciencias de la Educación, con más de 20 años de experiencia en investigación pedagógica y formación docente universitaria. Especialista en Pedagogía del Conflicto Emocional.
- **Experto 2:** Máster en Psicología Educativa, investigador en **educación** socioemocional y aprendizaje activo, autor de estudios sobre autorregulación emocional en el contexto latinoamericano.
- **Experto 3:** Docente-investigador en metodologías activas y formación en valores, con trayectoria en programas institucionales de convivencia escolar del Ministerio de Educación del Ecuador.

### Primera ronda: análisis cualitativo de la propuesta

En esta etapa, se presentó a los expertos el documento completo de la propuesta con su fundamentación teórica, estructura metodológica, objetivos, fases y actividades. La retroalimentación se centró en tres aspectos clave (Tabla 2):

Tabla 2. Resultados de la primera ronda de validación cualitativa por expertos.

Aspecto evaluado	Descripción
Fortalezas identificadas	- Claridad metodológica en la estructura de la propuesta. - Coherencia con teorías educativas actuales. - Alineación con el currículo nacional. - Atención explícita a las necesidades emocionales de los estudiantes.
Sugerencias de mejora	- Explicitar los indicadores por dimensión de la DERS-16. - Fortalecer el componente de reflexión emocional en la etapa final de la estrategia. - Adaptar actividades al entorno urbano utilizando recursos accesibles.
Valoración estimada (escala 1-5)	- Pertinencia: <b>4.6</b> - Aplicabilidad: <b>4.4</b> - Sostenibilidad: <b>4.2</b>

En la primera ronda de validación, los expertos destacaron como fortalezas la claridad metodológica, la coherencia con teorías educativas actuales, su alineación con el currículo nacional y la atención explícita a las necesidades emocionales de los estudiantes. Entre las sugerencias, recomendaron explicitar los indicadores por dimensión de la DERS-16, fortalecer el componente de reflexión emocional en la etapa final y adaptar las actividades al contexto urbano con recursos accesibles. Las valoraciones obtenidas fueron: pertinencia 4.6, aplicabilidad 4.4 y sostenibilidad 4.2, lo que llevó a realizar ajustes precisos que enriquecieron la propuesta.

A partir de estas observaciones, se realizó una **reformulación parcial** del diseño, ajustando los objetivos

específicos, precisando las dimensiones evaluadas con la DERS-16, y enriqueciendo las acciones de cierre con técnicas de autorreflexión y evaluación emocional.

### Segunda ronda: ficha de evaluación cuantitativa por criterios

Los expertos recibieron la propuesta ajustada y una ficha de validación estructurada con escala Likert de 1 a 5, organizada en torno a los criterios de pertinencia, aplicabilidad y sostenibilidad (Tabla 3). Los resultados individuales fueron:

Tabla 3. Resultados de la segunda ronda de validación cuantitativa por expertos.

Aspecto evaluado	Descripción
Fortalezas identificadas	- Claridad en la secuencia de actividades y etapas. - Uso de recursos accesibles y de bajo costo. - Coherencia entre la fundamentación teórica y las acciones planteadas.
Sugerencias de mejora	- Incluir actividades complementarias con apoyo digital básico (diarios emocionales electrónicos). - Precisar lineamientos para el seguimiento del progreso emocional de los estudiantes.
Valoración promedio (escala 1-5)	- Pertinencia: <b>4.7</b> - Aplicabilidad: <b>4.7</b> - Sostenibilidad: <b>4.3</b>

En la segunda ronda de validación, los expertos resaltaron la claridad en la secuencia de actividades y etapas, el uso de recursos accesibles y de bajo costo, así como la coherencia entre la fundamentación teórica y las acciones planteadas. Recomendaron incorporar actividades complementarias con apoyo digital básico, como diarios emocionales electrónicos, y definir lineamientos más precisos para el seguimiento del progreso emocional de los estudiantes. Las valoraciones promedio obtenidas fueron: pertinencia 4.7, aplicabilidad 4.7 y sostenibilidad 4.3, lo que evidenció un fortalecimiento significativo de la propuesta tras los ajustes realizados.

### Tercera ronda: consenso final y ajustes definitivos

En la última fase, se presentaron los resultados consolidados y se abrió un espacio de retroalimentación cruzada. Se alcanzó un consenso pleno sobre la viabilidad general de la propuesta, con nuevas recomendaciones de carácter estratégico:

- Incorporar una guía de orientación docente con ejemplos de adaptación de actividades en entornos de alta vulnerabilidad.
- Diseñar un instrumento de seguimiento semestral que permita evaluar el mantenimiento de las habilidades socioemocionales desarrolladas.

- Incluir recomendaciones para el trabajo conjunto con familias, como talleres y estrategias de refuerzo en el hogar.

Las valoraciones finales (Tabla 4) reflejaron el fortalecimiento del diseño y la aceptación general por parte de los expertos:

Tabla 4. Valoración final de expertos sobre el diseño y aplicación de la estrategia socioemocional.

Aspecto evaluado	Descripción
Fortalezas identificadas	- Integración de ajustes sugeridos en rondas anteriores. - Estrategia viable en contextos urbanos escolares. - Adecuada secuencia metodológica y claridad en el uso de la DERS-16 como instrumento de evaluación.
Sugerencias finales	- Incorporar guía de orientación docente con ejemplos prácticos. - Diseñar instrumentos de seguimiento semestral para evaluar el mantenimiento de habilidades socioemocionales. - Incluir actividades de vinculación familiar para reforzar aprendizajes emocionales.
Valoración promedio final (escala 1-5)	- Pertinencia: <b>4.9</b> - Aplicabilidad: <b>4.8</b> - Sostenibilidad: <b>4.6</b>

En la tercera ronda de validación, los expertos destacaron la integración efectiva de los ajustes previos, la viabilidad de la estrategia en contextos urbanos escolares y la adecuada secuencia metodológica con el uso claro de la DERS-16 como instrumento de evaluación. Sugirieron incluir una guía de orientación docente con ejemplos prácticos, diseñar instrumentos de seguimiento semestral para evaluar la permanencia de las habilidades socioemocionales y promover actividades de vinculación familiar. Las valoraciones finales alcanzaron promedios de pertinencia 4.9, aplicabilidad 4.8 y sostenibilidad 4.6, consolidando el consenso sobre la solidez y viabilidad de la propuesta.

En resumen, la propuesta fue calificada como **altamente pertinente y aplicable**, con una **sostenibilidad sólida**, siempre que se integre al Proyecto Educativo Institucional (PEI) y se articule con procesos de formación docente continua. La claridad del modelo, la viabilidad en contextos reales y la orientación emocional centrada en el estudiante fueron ampliamente valoradas por los especialistas. Esta validación reafirma que la estrategia tiene potencial para ser replicada en otras instituciones del país, especialmente en contextos urbanos donde el desarrollo socioemocional es clave para mejorar la convivencia escolar y el rendimiento académico.

## CONCLUSIONES

La estrategia de aprendizaje activo demostró ser eficaz para mejorar la regulación emocional de los estudiantes de Educación Básica Media, evidenciando reducciones

significativas en las dificultades de control de impulsos, aceptación emocional y uso de estrategias de regulación, así como un aumento en la conciencia emocional, medido mediante la Escala DERS-16.

El enfoque teórico que sustenta la propuesta, basado en autores clásicos como Vygotsky, Bandura y Kolb, combinado con aportes contemporáneos de la educación socioemocional, proporciona un marco pedagógico sólido y contextualizado, capaz de integrar experiencias vivenciales, interacción social y autorreflexión como pilares del aprendizaje emocional.

La validación experta mediante el método Delphi en tres rondas confirmó la pertinencia, aplicabilidad y sostenibilidad de la estrategia, con valoraciones finales promedio de 4.9 en pertinencia, 4.8 en aplicabilidad y 4.6 en sostenibilidad, respaldando su viabilidad en contextos escolares urbanos como el de la Unidad Educativa 21 de Septiembre en Esmeraldas.

Los cambios observados en la dinámica del aula evidencian que las actividades basadas en aprendizaje activo fomentan un clima escolar más colaborativo, reducen los conflictos espontáneos y favorecen una convivencia armónica, lo que repercute positivamente en el bienestar socioemocional y en el rendimiento académico de los estudiantes.

La estrategia tiene potencial de ser escalada e institucionalizada en otras instituciones educativas de similares características, siempre que se acompañe de procesos de capacitación docente continua, instrumentos de seguimiento semestral y actividades de vinculación familiar que refuercen la formación socioemocional más allá del aula.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Bandura, A. (1977). *Teoría del aprendizaje social*. Prentice Hall.

Bisquerra Alzina, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida: El modelo pentagonal de competencias emocionales. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 2752. [https://congreso-inteligencia-emocional.com/wp-content/uploads/2018/12/Bisquerra\\_R\\_Educacion-emocional-y-competencias-2003.pdf](https://congreso-inteligencia-emocional.com/wp-content/uploads/2018/12/Bisquerra_R_Educacion-emocional-y-competencias-2003.pdf)

Burgin, X., Coli, S., & Daniel, M. C. (2021). Exploratory study of Ecuadorian teachers' understanding of social emotional learning: An examination of primary school teachers. *GIST – Education and Learning Research Journal*, 22, 125–146. <https://doi.org/10.26817/16925777.964>

Campos-Gómez, A. A. del C., Peralta-Jiménez, Y., & Romero-Aguirre, G. de los Á. (Coord.). (2025a). *Retos actuales de la salud mental y trascendencia social*. Sophia Editions.

Campos-Gómez, A. A. del C., Peralta-Jiménez, Y., & Romero-Aguirre, G. de los Á. (Coord.). (2025b). *Retos actuales de la salud mental y trascendencia social*. Sophia Editions.

Fuentealba-Urra, S., Rubio, A., González-Carrasco, M., Oyanedel, J. C., & Céspedes-Carreño, C. (2023). Mediation effect of emotional self-regulation in the relationship between physical activity and subjective well-being in Chilean adolescents. *Scientific Reports*, 13(1), 13386. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-39843-7>

Green, A. L., Ferrante, S., Boaz, T. L., Kutash, K., & Wheelon-Reece, B. (2021). Social and emotional learning during early adolescence: Effectiveness of a classroom-based SEL program for middle school students. *Psychology in the Schools*, 58(6), 1056–1069. <https://doi.org/10.1002/pits.22487>

Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Prentice Hall.

Montañez-Huancaya de Salinas, A. P., Figueroa-Hurtado, F. S., Montañez Huancaya, N. N., Roca-Avila, Y. C., Arainga-Blas, E., & Yupanqui-Cueva, I. M. (2025). *Ecología Emocional y Aprendizaje en Entornos Digitales Universitarios*. Sophia Editions.

Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.