



EDUCACIÓN EMOCIONAL COMO APRENDIZAJE SALUDABLE EN JÓVENES UNIVERSITARIOS: UNA REFLEXIÓN NECESARIA PARA EL USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍA DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN (NTIC) COMO TUTORES EN LÍNEA

Rubén García Cruz, Ricardo Torres Julian

Área Académica de Psicología
Instituto de Ciencias de la Salud
Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo

Desde 1993 la Organización Mundial de la Salud promueve los programas escolares para que los adolescentes y jóvenes adquieran la capacidad de elegir modos de vida saludables y un óptimo bienestar físico, social y psicológico. Propone esta organización diferentes habilidades específicas denominadas para la vida, a desarrollar como acción preventiva en diferentes países. La acogen de manera inmediata diferentes países afiliados a la OPS con el fin de disminuir un grupo de factores de riesgo que median en poblaciones vulnerables como adolescentes y jóvenes.

Esta iniciativa Mundial de Salud Escolar asociado a la campaña de las Escuelas Promotoras de la Salud, la OMS ha apoyado las actividades de adquisición de habilidades para la vida (hoy competencias para la vida en todas las reformas educativas) por medio de talleres, elaboración de materiales y consulta con organismos gubernamentales y no gubernamentales interesados en este enfoque sobre la salud y el desarrollo de los jóvenes (WHO, 1995 y 1998). Las instituciones educativas no asumen estos proyectos dentro de sus programas educativos oficiales y mucho menos como un contenido articulado al aula. Es común percibir en el marco educativo que se incorporan más como intereses de política de las



instituciones de salud o pasando al currículum escolar como temas transversales dándole poca prioridad a los aprendizajes significativos saludables para enfrentar, protegernos y salir renovados con éxito en tiempos difíciles.

Hoy día se plantean las reformas en los diferentes niveles escolares buscando cierta congruencia entre problemáticas sociales y realidad escolar; la universidad dentro de sus fines busca esa coherencia para la formación de sus profesionales. Este estudio nace en el marco de dichas propuestas curriculares de cambio en la vida universitaria. Se pretende estudiar la relación mediacional entre inteligencia emocional y los procesos de aprendizaje en estudiantes universitarios del Instituto de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo en México. La identificación de esos aspectos nos permite desde el paradigma constructivista social, intervenir con alumnos de bajo rendimiento académico y problemas emocionales de las diferentes carreras de dicha institución, con el fin de mejorar a través de la educación emocional el proceso de enseñanza - aprendizaje en los espacios de aprendizaje en dichas aulas universitarias.

Fomentar la inteligencia emocional en jóvenes universitarios, como cultura institucional de trabajo que influya en los procesos de aprendizaje, requiere que los sujetos implicados en el acto educativo aprendan a reconocer las características de la etapa de desarrollo en la están inmersos, el valor de lo afectivo para el crecimiento individual y grupal, así como el papel de lo interactivo en la enseñanza y el aprendizaje como forma de prepararlos para el mundo de la profesión y la vida. Al respecto la inteligencia emocional es abordada por teóricos de primera línea como capacidad para controlar y regular las emociones y adaptarlas a las diferentes situaciones y momentos que se presentan en la vida de una persona. Manejar los propios estados internos, impulsos y recursos.” (Salovey. 1990) a fin de que se expresen de forma apropiada y permitan tomar conciencia de las propias emociones y suavizar expresiones de ira, furia o irritabilidad es fundamental en las relaciones interpersonales.”(Salovey y Mayer. 1990).



El compromiso de crear ambientes simulados en la universidad y especialmente en el Instituto de Ciencias de la Salud ha sido unas de las propuestas que involucra las nuevas etapas de ampliación, cambios que transitan desde el modelo educativo, reglamentaciones escolares, rutinas escolares, sobre todo pretende modificar formas tradicionalistas de relaciones interpersonales maestro - maestro, maestro - alumno y alumno - alumno. Prevalece como cultura a pesar de la vida universitaria, de distanciamiento del joven de su propia familia que lo hace experimentar sentimientos de soledad que poco lo orientan a reconsiderar su mundo interior como fuente de desarrollo y crecimiento personal. Estos cambios poco se consideran en la formación universitaria y se apartan totalmente de sus metas cognitivas, vinculadas a las problemáticas profesionales orientadas hacia su desempeño, lo cual condiciona promover en los estudiantes intereses, necesidades, motivos y una madurez hacia nuevas formas de relación, convivencia y proyección de futuro, en una adecuada interacción grupal e integración de saberes en el instituto.

Las tendencias en la enseñanza y el aprendizaje en la universidad están orientados actualmente al fortalecimiento de competencias, conocimientos, habilidades, actitudes y valores fundamentales para desarrollar aprendizajes significativos vinculados a la profesión y a la vida según las propuestas del nuevo modelo educativo. Tales aspiraciones, identifican los avances tecnológicos como un ambiente educativo valioso, capaz de acompañar estos procesos en distintos espacios escolares y momentos de desarrollo, donde la inteligencia emocional condiciona favorablemente el aprendizaje escolar. De ésta forma se pretende aprovechar las potencialidades que nos ofrecen la computadora y los recursos de internet desde una perspectiva más integral para éste fin de la universidad en el nuevo siglo. Para que esto sea posible, es necesario que el proceso de innovación tecnológica parta no sólo del aumento en la productividad del aprendizaje asociado a aspectos meramente cognitivos, sino también que aborde aspectos emocionales que repercutan en la regulación del comportamiento y el desarrollo personal de los sujetos implicados.



En los procesos de enseñanza - aprendizaje universitaria asistida por computadoras se han dado múltiples avances, dentro de ellos los espacios simulados que numerosas instituciones cuentan con ella. En el ICSa existen condiciones para elevar la eficiencia en el aprendizaje aprovechando las potencialidades de los simuladores como parte de las NTIC¹, todo lo cual en el ámbito del presente estudio, condiciona la organización de un simulador que permita el diagnóstico y orientación, del estudiante en una adecuada relación de lo afectivo y cognitivo, como presupuestos básicos que promueven el aprendizaje.

Investigaciones en torno al tema, ratifican el valor educativo de éstos diseños en el enriquecimiento de los procesos de enseñanza - aprendizaje y de desarrollo profesional, como referentes se precisan desde principios del siglo XX, los cuales fueron aplicados con resultados favorables en la formación de pilotos de altura en la universidad de Illinois, pasando después a usarlo en la formación de personal médico y paramédico. En la contemporaneidad, con la aparición del ordenador se reducen espacios gigantes en la construcción de simuladores, donde las NTIC, propician espacios interactivos que están siendo ampliamente aplicadas en los diferentes niveles y modalidades educativas; en lo social y personal hay una creciente demanda para aprender acerca de estas novedades, por los beneficios que reportan como parte de la integralidad en la formación. En tal sentido el presente estudio precisa la construcción de un simulador interactivo virtual, en respuesta a las necesidades y problemáticas emocionales de los estudiantes universitarios en ICSa, los cuales no son atendidos con la sistematicidad necesaria, por la cantidad de jóvenes que necesita de orientación en torno al tema y por no contar con espacios físicos suficientes para ser abordados de manera individual y grupal.

¹ Se concibe por [Nuevas Tecnologías](#) de la Información y la Comunicación la realidad compuesta por un conjunto de [sistemas](#), [procesos](#), procedimientos e instrumentos digitalizados que tiene por objetivo la transformación de la información creación, [almacenamiento](#) y difusión, a través de diversos medios electrónicos, informáticos y de telecomunicación, para satisfacer las necesidades informativas de los individuos y de la [sociedad](#) (Val, 2001)



El empleo de estos recursos tecnológicos para mediar en procesos de enseñanza - aprendizaje y de acción tutorial no ha sido limitado, al menos en países en vías de desarrollo como México. La falta de equipos de computación suficientes en los planteles educativos, la limitada disponibilidad de éstos medios educativos computacionales que se adecuen a los currículos en correspondencia a las necesidades de la profesión corresponden y a las características de los estudiantes, la incipiente preparación de los docentes en informática educativa, entre otras cosas, han hecho que predominen otros usos educativos y un distanciamiento relacional entre lo cognitivo y afectivo en el acto de aprender. Por otra parte el acceso a páginas de Internet que acceden nuestros jóvenes y que poseen poca credibilidad científica. Lo provechoso de esta problemática es que en la actualidad se consolida una comunidad científica que en sus investigaciones generan conocimientos que orientan un buen uso de estas nuevas tecnologías como medio de enseñanza - aprendizaje y acción tutorial. Se impone la necesidad de construir estos ambientes virtuales con el esfuerzo mancomunado de un equipo interdisciplinario que combine las áreas psicoeducativas y computacionales para ofrecer un producto que apoye y beneficie la educación emocional en los procesos de enseñanza - aprendizaje con contenidos altamente significativos para la profesión, apareados con un desarrollo personal necesario para enfrentar retos en tiempos difíciles.

Las NTIC en beneficio de la educación emocional como tutores en los procesos de enseñanza - aprendizaje

Entrando al terreno de las NTIC como medio de enseñanza - aprendizaje y orientación personal que favorezca a lo educativo, es oportuno destacar que éste debe complementar lo que otros en la vida educativa universitaria no satisface y que por su dinámica no llegan a interactuar con procesos de aprendizaje que tocan más profundamente esferas de la personalidad como la afectiva. No se trata de reemplazarlas con la acción de otros medios educativos de acción tutorial directa cuya calidad está bien demostrada, ni tampoco pretende sustituir la



orientación psicoeducativa presencial. Sucede que por el significado que tiene la vida emocional en las personas y la magnitud de su abordaje, deben las instancias educativas de contar con ambientes presenciales y virtuales para enfrentar los retos que demanda la sociedad a la universidad en sus futuros egresados.

Entre las características que tienen en común estos programas según C. Hopey, J. Harvey-Morgan y R.K Rethemeyer del Centro Nacional para la Alfabetización de Adultos de la Universidad de Pensilvania (2004), es que han superado muchas de las barreras operativas típicas en el campo de la educación para jóvenes y adultos, como la falta de financiamiento, el soporte excesivo en personal voluntario no profesional y la naturaleza compensatoria de algunos programas educativos. Por el contrario, estos programas usan las nuevas tecnologías educativas para llevar el paradigma educativo más allá de los modelos tradicionales, usándolos como un conjunto de herramientas revolucionarias que permitan dar al educando mayor privacidad, control, individualización, realimentación y flexibilidad del proceso educativo. Las investigaciones en torno a este campo de conocimiento están orientadas a promover cinco beneficios de uso de las nuevas tecnologías desde ésta perspectiva, las que explicamos a continuación.

Privacidad. Permite a los sujetos implicados en participar de forma anónima con deseos de colaborar en su construcción personal, cuando ellos decidan y puedan hacerlo, tratando de mostrar su lado humano que necesita apoyo. Algunos autores argumentan que la tecnología libera al conocimiento de su regular contexto emocional, eliminando el miedo al ridículo y la realidad de la discriminación que se experimenta comúnmente durante el aprendizaje escolar tradicional.

Control. La tecnología facilita en los sujetos de aprendizaje el control de su proceso educativo y no en el maestro o instructor, haciendo hábiles a los educandos en la toma de decisiones sobre qué y cómo aprender. La tecnología



permite que los implicados sean los constructores y diseñadores de su lógica educativa, con el apoyo de un facilitador.

Individualización. La capacidad para la actividad individualizada en un escenario virtual en correspondencia con la relación necesidad - motivo. Las tecnologías y recursos multimedia, el software interactivo permiten individualizar la enseñanza en términos de los antecedentes educativos, de los intereses específicos y el estilo de aprendizaje de cada adulto. Los materiales educativos pueden ser desarrollados, adaptados y complementados a las necesidades individuales de los aprendices de una manera en que no es posible con los libros de texto, cuadernos de trabajo tradicionales, charlas o conferencias convencionales de desarrollo psicológico.

Retroalimentación. La inmediata retroalimentación es considerada uno de los principales beneficios de las nuevas tecnologías en la educación. La capacidad de recibir al instante activadores al recuerdo para el reforzamiento de aprendizajes construidos es un importante beneficio para el proceso educativo, co - construyendo en diferentes tiempos y momentos, fortaleciendo su educación emocional e incrementando su motivación y reforzando sus aprendizajes significativos.

Flexibilidad. La educación emocional asistida en espacios virtuales simulados constituye un ambiente vivencial altamente significativo para jóvenes universitarios y docentes pues por la dinámica cotidiana en que se encuentran inmersos hallaran un espacio más íntimo de orientación de encuentros y desencuentros con emociones negativas y positivas que les ayuden a identificar en un sistema integrado de cognición y afectos posibles soluciones para educar la esfera afectiva y cambios en la cognitiva de la personalidad, mejorando los procesos de regulación y autorregulación. Los materiales y parte de la participación pueden



darse en cualquier momento y en cualquier lugar. Dada la complejidad y dificultad de la vida de la mayoría de los estudiantes y docentes, la flexibilidad en el acceso permite participar a un mayor número de personas.

Simuladores

Poseen la cualidad de apoyar aprendizaje² de tipo experiencial y conjetural, fundamentados en el aprendizaje por descubrimiento de Brunner. La interacción con un micro - mundo, en forma semejante a la que se tendría en una situación real, es la fuente de conocimiento y desarrollo. En una simulación aunque el micro - mundo suele ser una simplificación del mundo real, el sujeto que interactúa resuelve problemas, aprende procedimientos, llega a entender las características de los fenómenos y cómo controlarlos, o aprende qué acciones tomar en diferentes circunstancias, como estrategias de autovaloración y comprensión personal. Las simulaciones intentan apoyar el aprendizaje semejando situaciones a la realidad; muchas de ellas son bastante entretenidas, pero el entretenimiento no es una de sus características principales. Las simulaciones pueden usarse en apoyo de cualquiera de las cuatro fases del aprendizaje: pueden ser sólo motivantes, o añadir a esto la oportunidad de descubrir el conocimiento, de afianzarlo practicando en variedad de situaciones y en cada una de ellas recibir información de retorno diferencial. Lo esencial, es que el alumno es un agente necesariamente activo, que además de participar en la situación debe continuamente procesar la información que el micro - mundo le proporciona en forma de situación problemática, condiciones de ejecución y resultados. En estos ambientes vivenciales de aprendizaje, una vez que el aprendiz hace suyo el reto propuesto por el sistema, él es actor y fuente principal de aprendizaje, a partir de su propia experiencia.

² Es importante enfatizar, que en el simulador se promueve la consolidación de conocimientos vinculados a la educación emocional del estudiante



El micro - mundo por sí solo no es suficiente. Hay necesidad de generar o proponer situaciones por resolver. Las situaciones excitantes y recurrentes a la vida emocional, además de servir de motores para la acción, dan sentido y orientación a lo que el aprendiz hace y cómo debe hacerlo para funcionar mejor en el mundo de aprender. En ocasiones el usuario trabaja por ensayo y error, probando cosas a ver qué resulta y, a partir de esto, intentar resolver el reto, permitiendo llevarlo a su vida cotidiana. Pero también es usual que el aprendiz se trace hipótesis basado en su experiencia y conocimientos acumulados, a modo de síntesis de lo que ya sabe y complete conocimientos a partir de sus estructuras previas. En ambos casos, al poner en práctica sus ideas, al ver en el computador el efecto que ellas tienen, el aprendiz obtiene información de retorno implícita, inherente a un nuevo estado del sistema, la cual él debe descifrar para saber qué pasa en el interior del simulador y determinar cuál es la norma o principio que guía su comportamiento. Este proceso experiencial y analítico es el que ayuda a que el aprendiz desarrolle sus propias estrategias de pensamiento para usarlos como recursos metacognitivos en la regulación del comportamiento emocional beneficiando también los procesos de aprendizaje.

Incorporación apropiada de un simulador para la educación emocional en el currículo universitario

La ganancia potencial depende de su cuidadosa selección frente a necesidades educativas, de su calidad en el manejo del ambiente de aprendizaje apoyado con computador y de su encuentro con recursos para los procesos de aprendizajes cognitivos en su regulación afectiva. Tratando que el medio aporte recursos didácticos y de contenidos que favorezcan la educación emocional para llevarla al mundo de aprender más y mejor. Es fundamental asegurar las condiciones necesarias para su uso tales como: suficientes equipos con disponibilidad de uso para que los alumnos puedan aprovechar el material, calidad necesaria para subsanar las necesidades educativas detectadas y priorizadas, preparación en



uso de computador previa y exitosa para los grupos de alumnos que van a usar el material dispuestos a vivir la experiencia.

Análisis de la pertinencia de un simulador para la educación emocional en el currículo universitario

Preliminares que condicionan el estudio

La situación política, sociocultural y económica actual induce a los jóvenes a tener poca credibilidad en las fuerzas políticas y de liderazgo, donde perciben un futuro en crisis y desbastador, se les brinda con facilidad medios para la enajenación de la realidad, imágenes contundentes de jóvenes agresivos y neuróticos que matan a sus compañeros en las escuelas, entre otras, influyendo en la manera de percibir el mundo y generando estados emocionales desfavorables con carencias de expectativas de futuro. Un sector creciente de la juventud se implica en comportamientos de riesgo, que en el fondo suponen un desequilibrio emocional, lo cual requiere la adquisición de competencias básicas para la vida de cara a la prevención. Datos sobre los problemas derivados de baja autoestima, depresión, estrés, violencia, delincuencia, anorexia, SIDA, suicidio, consumo de drogas, conducta sexual no protegida, etc., pueden encontrarse en el Youth Risk Behavior Surveillance System (YRBSS) patrocinado por United States Centres for Disease Control and Prevention (2003); también Dryfoos (1997), Sells y Blum (1996), Walter y Townsend (1998) y otros, aportan evidencia de los comportamientos de riesgo.

Algunos datos de comportamientos problemáticos en éste tema que prevalecen a nivel internacional donde México se encuentra inmerso y pueden esclarecer este apartado se comentan a continuación.

Violencia. En 2003 se registraron 1'600,000 muertes violentas en el mundo. El suicidio es la principal causa con más del 50% (unos 815,000). Le siguen los homicidios con un 31% (unos 500,000) y los conflictos bélicos con un 19% (unos



300,000). En España se cometieron 1234 asesinatos en 2001. Más de un tercio de los adolescentes se han visto implicados en una pelea física en el último año. La violencia doméstica es la segunda preocupación política, después del terrorismo. Durante el año 2000 en España fueron atendidas por malos tratos 59,527 mujeres y 65 fueron asesinadas por sus parejas o ex - parejas.

De acuerdo con cifras del Instituto Nacional de las Mujeres en México (INMUJERES), cada 35 minutos una mujer pide ayuda y estima que 38% de las mujeres padece violencia emocional; 29% violencia económica y 9% violencia física. Coincidentemente con la cifra de 9% de mujeres golpeadas que reporta el INMUJERES, encontramos que 1 de cada 10 ciudadanos considera “mucho” la violencia en su hogar y sólo 46% dice que no existe esa violencia en su vivienda. Un índice muy alto de los jóvenes encuestados (76%) ha sido víctima de violencia psicológica durante el noviazgo, siendo en mayor proporción mujeres que hombres. La mayoría (62.5%) ha buscado ayuda con amigos, familiares y con su madre. Las mujeres buscan ayuda en menor grado que los hombres, casi la mitad en proporción a ellos. Este tipo de violencia incluye el abuso emocional, verbal, maltrato y menoscabo de la estima hacia una o varias personas.

México se ha convertido en un país violento donde las ejecuciones son cotidianas en distintas regiones de la República. La información no miente. Sábado 12 de enero de 2008 en Milenio: “Durante el primer año de gobierno del presidente Felipe Calderón hubo 2 mil 794 ejecuciones en el país relacionadas con el crimen organizado, lo que representa 232.8 homicidios violentos al mes y 7.65 cada día, de acuerdo con un análisis de la Policía Federal Preventiva”. Al día siguiente, domingo 13 de enero, en Excélsior: “94 personas han sido asesinadas en 2008”. Una jornada después, el lunes 14 de enero, en el sitio de Internet de Reforma: “En lo que va del día, los casos de ejecutados suman 10 en el País con el hallazgo de 2 cabezas humanas cerca del aeropuerto del Distrito Federal, cuatro cuerpos en



Chihuahua, uno en Mérida, uno en Durango y el cadáver de un hombre con un mensaje en Michoacán”.

En encuesta nacional de la INEGI 2008 señala que los tipos de violencia ocurridos con mayor frecuencia en el país, son: la emocional, 80%; la económica, 53%; la física, 26% y la sexual con un 7%. En este sentido, dicha encuesta arroja que estados como: Durango, Sonora, Puebla, Distrito Federal, Estado de México, Morelos y Jalisco, son las entidades con mayor índice de violencia contra el género femenino. En tanto que Chiapas y San Luis Potosí, son los dos estados de la República Mexicana que presentan la menor incidencia frente a este problema; en lo que respecta a Hidalgo, las cifras lo colocan en un lugar intermedio dentro del contexto nacional.

Depresión. Un 5% de los jóvenes pasan por estados depresivos. Durante 1998 se consumieron en España casi 60 millones de envases de tranquilizantes (incluyendo antidepresivos, sedantes, tranquilizantes, psicoestimulantes y neurolépticos); de ellos, doce millones de envases eran antidepresivos (datos de El País, 21-9-99: 38). La venta de antidepresivos se ha triplicado en diez años. Se estima que a lo largo del siglo XXI un 25% de las personas pasará por estados de depresión. Las investigaciones sugieren una correlación entre depresión, déficit en habilidades sociales, desesperanza, falta de asertividad y baja autoestima. Los jóvenes universitarios según entrevistas realizadas a estudiantes de carreras de ciencias de la salud en el instituto, dedican más de diez horas al día al estudio otros expresan un estado demotivacional y carencias de expectativas de futuro, muchos dicen “no tener a nadie en quien confiar” y “no sentir motivación para estudiar” y la presión de padres y profesores producen un alto porcentaje de traumas psicológicos que muchas veces derivan en la planificación o ejecución del suicidio. Por otra parte afirman que “se margina al que no sobresale por sus calificaciones”. La encuesta Nacional de Epidemiología Psiquiátrica en México (ENEP) proporcionó las primeras estimaciones nacionales de la prevalencia de los



trastornos mentales. Se estimó que el 8,4% de la población ha sufrido, según los criterios del Manual Diagnóstico y Estadístico de la Asociación Americana de Psiquiatría (DSM-IV), un episodio de depresión mayor alguna vez en la vida con una mediana de edad de inicio de 24 años. Estas edades tempranas de inicio implican muchos años de sufrimientos y interrupciones en diferentes ámbitos de la vida como la educación, el empleo y escoger la pareja. Algunos estudios de otros países refieren que la edad de inicio para la depresión está disminuyendo en cohortes recientes (Kessler: 1994).

En México, al menos 40 por ciento de la población económicamente activa está deprimida, asegura Irma Corlay, médico Psiquiatra del Hospital de Especialidades del Centro Médico Nacional Siglo XXI del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS). Sin embargo, las estadísticas oficiales de la Secretaría de Salud (Ssa) refieren que de 12 a 20 por ciento de la población de 18 a 65 años de edad más de 10 millones de individuos están deprimidos o sufrirán algún episodio de este tipo en algún momento de su vida. La misma dependencia reconoce que, por lo general, la depresión no es diagnosticada y mucho menos atendida con oportunidad.

Suicidio. El 20% de los jóvenes han contemplado la posibilidad de suicidarse. Ha aumentado en un 50% el número de suicidios entre los menores de 25 años en los últimos 10 años. En México, además de lo anterior, sobresale el incremento en el número de las muertes autoprovocadas. Prácticamente se duplicaron en una década, al pasar de mil 405 en 1990 a dos mil 736 en 2000. En 2003 la cifra se elevó todavía más para ubicarse en tres mil 327 casos, señala información del Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática (INEGI). Datos de la Procuraduría General de Justicia del Estado de Hidalgo indican que en 2004 ocurrieron 50 suicidios, 10 de menores de edad, es decir, 20 por ciento. En los primeros nueve meses de 2005 la cifra alcanza 32 decesos, de los cuales siete son de niños, 21.87 por ciento del total.



Consumo de drogas. Uno de los problemas graves en México es la drogadicción; tres millones y medio de mexicanos entre 12 y 65 años han consumido drogas prohibidas. Novecientos mil siguen haciéndolo y 570 mil personas son consumidoras habituales. Más del 75% de los delitos contra la salud entre 2002 y 2003 fueron por posesión de droga. El 29% de los delitos los realizan personas bajo la influencia de la marihuana y el 10% por pastillas psicotrópicas. Y el 60% de los ilícitos los cometen delincuentes alcoholizados. En la Quinta Encuesta Nacional de Adicciones en México 2008, reveló que de 2002 a 2008 aumentó en 50 por ciento la cifra de adictos crónicos al pasar de 158 mil a 307 mil. Demuestra que en ese mismo periodo el número de personas que probaron alguna vez droga subió de 3.5 millones a 4.5 millones, lo que representa 28.9 por ciento más con relación a 2002. Los adolescentes entre 12 y 17 años de edad tienen 68 veces más probabilidad de usar marihuana que quienes ya son mayores de edad, es decir de los 18 a los 34 años, y quienes tienen más de 35 años sólo tienen 19 veces la probabilidad de usar esta droga. Córdova Villalobos (2008) indica que el tipo de drogas que consume la gente en México, de las legales son alcohol y tabaco y de las ilegales la marihuana es la de mayor preferencia en incremento pues paso el gusto de 3.8 por ciento en 2002 a 4.4 por ciento en 2008. En segundo lugar está la cocaína, que desplazó a los inhalantes en los años 90 y creció de 1.3 por ciento en 2002 a 2.5 en 2008. Un dato importante que se reveló en esta encuesta es que es bajo el consumo de metanfetaminas, pero lo lamentable es que subió de 0.2 por ciento a 0.5 por ciento, y la droga que menos se consume en México es la heroína con 0.2 por ciento.

Co - ocurrencia de comportamientos problemáticos

Los comportamientos de riesgo rara vez se dan aislados (Graczyk et al., 2000: 393; Jessor, 1993). Se da una co - ocurrencia de comportamientos problemáticos. Dryfoos (1997) lo denomina “paquetes” de comportamientos desadaptativos. Por ejemplo, del 28% de estudiantes de secundaria que se implican en conducta antisocial, el 37% fuman, el 54% consumen alcohol, el 72% informan que son



sexualmente activos y el 34% indican estar pasando por estados depresivos o haber considerado el suicidio. Un 30% de los jóvenes entre 14 - 17 años se implican en comportamientos de multi - riesgo. Hurrelmann (1997) señala cómo el estrés en la adolescencia se correlaciona con el fracaso escolar, conducta social desviada, delincuencia, integración en grupos de iguales desviados, consumo de drogas y baja autoestima. La presión del grupo puede causar excesos, si la escuela, la familia y la comunidad fallan en potenciar el desarrollo de comportamientos saludables. Hay evidencia de que las competencias emocionales constituyen un factor importante de prevención.

Problemáticas de contexto de Estudio

La Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, tiene el compromiso de formar a los profesionales que requiere la vida económica, social, política, cultural y científica del estado y el país ante toda esta problemática anteriormente descrita, expresados en la nueva propuesta del Modelo Educativo. De hecho, éstas políticas nacionales de la educación superior son consideradas el medio estratégico para acrecentar el capital humano y social de México. Dicha casa de estudio declara como reto principal incrementar en los sujetos que la conforman el aprovechamiento de los conocimientos científicos, tecnológicos y humanistas en las distintas actividades y servicios profesionales para beneficio social. Por lo cual se observa de forma manifiesta, su compromiso de ofrecer a alumnos no sólo la opción de formarlos en un área específica del saber, sino también, proporcionar las estrategias pertinentes para adquirir las competencias y requerimientos esenciales para enfrentar los retos de la vida profesional y personal que la sociedad exige en tiempos difíciles.

En la vida cotidiana de los espacios universitarios de dicha institución desde los modelos pedagógicos perduran expresiones del paradigma tradicional, sobre todo en las relaciones interpersonales en el espacio escolar que repercuten hasta la propia evaluación de la actividad de aprendizaje, desde un discurso no declarado



de poca correspondencia entre lo que se aprende en el aula universitaria y el ámbito de la práctica profesional. Por otra parte, en entrevista a las seis trabajadoras sociales del ICSa, que atienden cada Programa Educativo, refieren que el vínculo afectivo docente - alumno en la generalidad de las carreras es muy limitado, argumentan casos de alumnos con agresiones verbales por parte de docentes, resultados de bajo rendimiento académico que marcan una población de alumnos en riesgo con predominio de las carreras de Medicina, Odontología y Nutrición (Ver tabla #1), las tasas de deserción se elevan en la mayoría de las carreras del segundo al quinto semestre, y existen tendencias al alcoholismo y percepción de otras drogas en algunos estudiantes, 4 estudiantes con intento de suicidio, casos de anorexia y bulimia, mala organización del tiempo libre, baja autoestima y depresión, y otras problemáticas, constituyen los principales aspectos que ocupan el presente proyecto, como sustento básico de la educación emocional del estudiante.

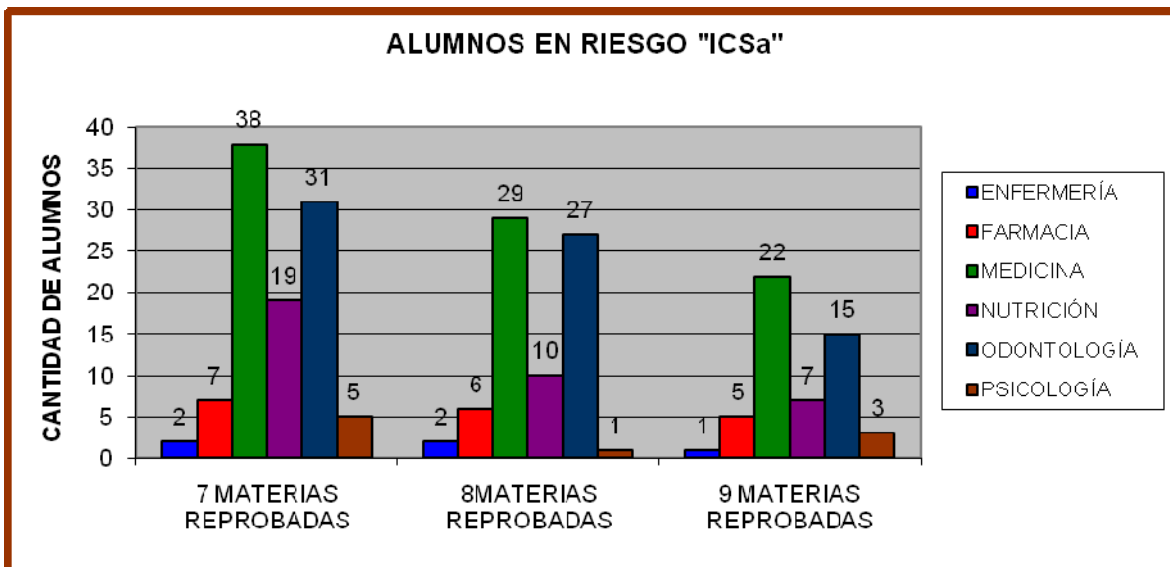


Tabla #1. Representa los estudiantes con problemas de aprendizaje, los cuales están en riesgo para el desarrollo de la carrera universitaria

La implementación del nuevo Modelo Educativo, supone centrar el proceso de enseñanza y aprendizaje en lo que se aprende desde concepciones más implicadas con las problemas sociales y pretende con programas transversales



apoyar en esta situación que al parecer no resultarían suficiente, así como en el esfuerzo que se requiere para aprenderlo, llevarlo a cabo por parte de los sujetos implicados (docentes y alumnos), sin dejar de lado aspectos emocionales que median en esta actividad, que en primera instancia es comunicativa y matizada por la relación dialéctica entre lo cognitivo y lo afectivo, como fundamento básico de la personalidad que trasciende al aprendizaje escolar. A pesar de la propuesta de nuevos diseños encaminados al aprendizaje centrado y significativo en el ámbito universitario, hay una tendencia a pensar más por parte de los docentes en aspectos cognitivos, dejando de considerar la influencia de los emocionales casi siempre reconocidos como de poco valor en el acto de aprender para que emerja de forma efectiva el aprendizaje significativo y el desarrollo personal de los alumnos.

Aspectos teóricos que apoyarán el diseño y ejecución de un simulador para la educación emocional en jóvenes universitarios

1. El constructo de inteligencia emocional

Una de las definiciones que se toman como referencia se sustenta en las aportaciones de Mayer y Salovey, 1997: 10; cuando refieren que “la inteligencia emocional incluye la habilidad de percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual” (traducción personal del Dr. Rafael Bizquera Alzina). En aportaciones posteriores, Mayer, Salovey y Caruso (2000) conciben la inteligencia emocional como un modelo de cuatro ramas interrelacionadas:

1. **Percepción emocional:** las emociones son percibidas y expresadas.
2. **Integración emocional:** las emociones sentidas entran en el sistema cognitivo como señales que influyen la cognición (integración emoción cognición).
3. **Comprensión emocional:** señales emocionales en relaciones interpersonales son comprendidas, lo cual tiene implicaciones para la



misma relación; se consideran las implicaciones de las emociones, desde el sentimiento a su significado; esto significa comprender y razonar sobre las emociones.

4. **Regulación emocional** (emocional management): los pensamientos promueven el crecimiento emocional, intelectual y personal.

Recogiendo las aportaciones de Salovey y Mayer (1990), considera que la inteligencia emocional es:

1. **Conocer las propias emociones:** El principio de Sócrates “conócete a ti mismo” nos habla de esta pieza clave de la inteligencia emocional: tener conciencia de las propias emociones; reconocer un sentimiento en el momento en que ocurre. Una incapacidad en este sentido nos deja a merced de las emociones incontroladas.
2. **Manejar las emociones:** La habilidad para manejar los propios sentimientos a fin de que se expresen de forma apropiada se fundamenta en la toma de conciencia de las propias emociones. La habilidad para suavizar expresiones de ira, furia o irritabilidad es fundamental en las relaciones interpersonales.
3. **Motivarse a sí mismo:** Una tiende a impulsar una acción. Por eso las emociones y la motivación están íntimamente interrelacionados. Encaminar las emociones, y la motivación consecuente, hacia el logro de objetivos es esencial para prestar atención, automotivarse, manejarse y realizar actividades creativas. El autocontrol emocional conlleva a demorar gratificaciones y dominar la impulsividad, lo cual suele estar presente en el logro de muchos objetivos. Las personas que poseen estas habilidades tienden a ser más productivas y efectivas en las actividades que emprenden.
4. **Reconocer las emociones de los demás:** El *don de gentes* fundamental es la empatía, la cual se basa en el conocimiento de las propias emociones. La empatía es el fundamento del altruismo.



Las personas empáticas sintonizan mejor con las sutiles señales que indican lo que los demás necesitan o desean. Esto las hace apropiadas para las profesiones de la ayuda y servicios en sentido amplio (profesores, orientadores, pedagogos, psicólogos, psicopedagogos, médicos, abogados, expertos en ventas, etc.).

5. **Establecer relaciones:** El arte de establecer buenas relaciones con los demás es, en gran medida, la habilidad de manejar sus emociones. La competencia social y las habilidades que conlleva son la base del liderazgo, popularidad y eficiencia interpersonal. Las personas que dominan estas habilidades sociales son capaces de interactuar de forma suave y efectiva con los demás.

2. Las competencias emocionales

En el concepto de competencia se integra el saber, saber hacer y saber ser. Dentro de las competencias de acción profesional (Echeverría, 2002; Le Boterf, 2001; Lévy-Leboyer, 1997) se pueden distinguir las técnicas (saber), las metodológicas (saber hacer) y otras que han recibido diversas denominaciones según los autores: competencias participativas, competencias personales, competencias básicas, competencias clave, competencias genéricas, competencias transferibles, competencias relacionales, habilidades de vida, competencias interpersonales, competencias transversales (Mazariegos et al., 1998), competencias básicas para la vida, competencias sociales, competencias emocionales, competencias socio - emocionales, etc.

Diversos teóricos (Mayer, Solevey, Bisquerra, Berrocal y Extremera) han convergido en las siguientes regularidades de las competencias aplicadas a las emocionales:

- Tiene múltiples fuentes como: psicología, lingüística, sociología, educación para el trabajo y filosofía.
- Tiene variados sentidos, es un concepto polisémico, lo que hace posible el ajuste del discurso a los propósitos de quien lo emplea.



- Asociado a las características psicológicas (cognitivas - afectivas y volitivas) que posibilitan un desempeño superior.
- La persona la convierte en instrumental necesario para dar forma a su entorno de manera positiva.
- Es la forma en que una persona utiliza todos sus recursos personales (habilidades, actitudes, conocimientos y experiencias) para resolver de forma adecuada una tarea en un contexto definido.
- Nos potencia mejores capacidades de adaptación a diferentes contextos.
- Favorece al desarrollo de estilos de afrontamiento a las circunstancias de la vida con mayor éxito.
- Favorece a los procesos de aprendizaje escolar y para la vida en la escuela y fuera de ella.
- Favorece las relaciones interpersonales en los espacios grupales.
- Favorece la solución de problemas, consecución y mantenimiento de un puesto de trabajo.

Entre las competencias emocionales según Bisquerra (2000) se pueden distinguir dos grandes bloques:

- a) Capacidades de autorreflexión (inteligencia intrapersonal): identificar las propias emociones y regularlas de forma apropiada.
- b) Habilidad de reconocer lo que los demás están pensando y sintiendo (inteligencia interpersonal): habilidades sociales, empatía, captar la comunicación no verbal, etc.

Hay un convencimiento en la necesidad de desarrollar competencias emocionales que van más allá de las competencias profesionales habituales. No hay todavía ni una conceptualización ni una denominación unánime para estas competencias. Por nuestra parte vamos a referirnos a las competencias emocionales. Entendemos que es una forma de denominar, como mínimo a un subconjunto, de las competencias básicas para la vida que las instituciones educativas deben priorizar. A criterio de los autores de este artículo, las competencias emocionales se podrían definir como la interacción metacognitiva de conocimientos,



capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma consciente los procesos emocionales que repercutan en los saberes básicos y en el bienestar psicológico.

A partir de ésta definición podemos resumir que las competencias emocionales:

- Las competencias forman parte del sistema configuracional de la personalidad.
- La competencia se manifiesta en la calidad de afrontamiento, actuación y resolución de problemáticas de situaciones difíciles y salir restablecido con éxito.
- Las competencias integran en su estructura y funcionamiento de una forma flexible y dialéctica elementos de orden cognitivo, afectivo y volitivo.

El presente estudio tomará las competencias emocionales articuladas al sistema funcional y estructural de la personalidad como se expresa en el gráfico que a continuación mostramos.



Por nuestra parte, recogiendo las propuestas anteriores y a partir del marco teórico sobre la educación emocional ((Mayer, Solevey, Bisquerra, Berrocal y Extremera) vamos a considerar la siguiente estructuración de las competencias emocionales.



- ▶ **Auto percepción emocional:** Capacidad para verse a sí mismo, construyendo y reconstruyendo imágenes a partir de cómo se siente como se quiere sentir. Su interés está centrado en cómo el individuo experimenta y explica su realidad emocional como fenómeno existencial.
- ▶ **Lenguaje emocional:** Capacidad congruente entre lo que piensa y expresa (pensamiento y lenguaje). Reconoce las expresiones emocionales de él o ella y los demás, las analiza. Evalúa críticamente los mensajes sociales, culturales y de los demás, relativos a normas sociales y comportamientos personales. Busca ayuda, apoyo y asistencia de recursos apropiados. Inicia y mantiene conversaciones, expresa los propios pensamientos y sentimientos con claridad, tanto en comunicación verbal como no verbal, y demuestra a los demás que han sido bien comprendidos.
- ▶ **Autoconocimiento emocional.** Capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado. Toma de conciencia de las propias emociones: capacidad para percibir con precisión los propios sentimientos y emociones; identificarlos y etiquetarlos. Esto incluye la posibilidad de estar experimentando emociones múltiples.
- ▶ **Autorregulación emocional.** Capacidad para manejar las emociones de forma apropiada en la regulación del comportamiento. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas, etc. Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento: los estados



emocionales inciden en el comportamiento y éstos en la emoción; ambos pueden regularse por la cognición (razonamiento, conciencia).

Regularidades básicas para la intervención en educación emocional en la universidad

La educación emocional debe estar contenida intencionalmente en la proyección estratégica de la institución con visión constructivista humanista de futuro y responsabilidad ante las problemáticas sociales, debe llevarse a cabo teniendo en cuenta las siguientes regularidades para su desarrollo.

- Construir dichos modelos a partir de las necesidades que poseen los sujetos implicados en la problemática abordada.
- Usar los recursos de metodología interactiva y vivencial de aprendizajes que impliquen las emociones.
- Construir programas de estimulación basado en logros a partir de los niveles de aprendizaje y desarrollo.
- Un enfoque de enseñanza alineada de forma constructivista, basada en un aprendizaje saludable para la protección al riesgo.
- Integrar al curriculum las competencias académicas con las competencias para la vida para el desarrollo de factores de protección.

Regularidades básicas para el diseño de simuladores en educación emocional en la universidad utilizando los recursos de NTIC

- Determinar las necesidades de superación de la población objeto de estudio.
- Determinar los contenidos específicos de la educación emocional dándole estructura de contenidos declarativos, procedimentales y autorregulatorios para la creación de las pantallas virtuales.
- Usar recursos metodológicos de las ciencias de la computación que permitan una mayor interacción (dinamismo, colorido y confidencialidad) y



seguimiento del sujeto que usa el simulador como medio efectivo para educar sus emociones.

- Diseño y construcción sustentado en los siguientes procesos: diagnóstico, diseño, desarrollo, prueba piloto, prueba de campo y análisis, como proceso cíclico que condiciona la validación y la toma de decisiones a lo largo de cada uno de los momentos que componen el proceso, lo cual permite rediseñarlo, ajustarlo o desecharlo.
- Evaluación aplicada a un grupo piloto de alumnos que pertenece a la población objeto de estudio, enmarcados los siete Programas Educativos del ICSa, los cuales deben ser seleccionados al azar para evitar sesgos.
- Efectuar el proceso de implementación del simulador siguiendo los siguientes momentos:
 1. Preparación del entorno operativo y medios necesarios.
 2. Instalación y puesta en marcha del sistema.
 3. Pruebas de pilotaje, ajuste de correcciones y modificaciones.
 4. Detección y correcciones de errores del sistema.
 5. Concepción del sistema de seguridad y protección.
 6. Implementación del sistema en línea.
 7. Transferir la experiencia a otros Institutos de la UAEH.

Referencias bibliográficas

- Delors, Jacques. (2007). *La educación encierra un tesoro*. México: Porrúa
- Cambell, Linda. (2000). *Inteligencias múltiples: usos prácticos para la enseñanza y el aprendizaje*. Argentina: Troquel.
- García, Eduardo. (2008). "Competencias Básicas: Cultura imprescindible de la ciudadanía." No. 1
- García, Eduardo. (2008). "Competencias Básicas: Cultura imprescindible de la ciudadanía." No. 3.
- García, Eduardo. (2008). "Competencias Básicas: Cultura imprescindible de la ciudadanía." No. 4.
- García, Eduardo. (2008). "Competencias Básicas: Cultura imprescindible de la ciudadanía." No. 5.
- García, Eduardo. (2008). "Competencias Básicas: Cultura imprescindible de la ciudadanía." No. 6.
- García, Eduardo. (2008). "Competencias Básicas: Cultura imprescindible de la ciudadanía." No. 7.
- García, Eduardo. (2008). "Organización y gestión educativa". No. 2.
- Gardner, H. (1999). *Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica*. Barcelona: Paidós.
- Gardner, H. (2001). *La inteligencia reformulada: las inteligencias múltiples en el siglo XXI*. Barcelona: Paidós.
- Gaxiola, Patricia. (2005). *La inteligencia emocional en el aula*. México: aula Nueva Sm.
- Gentili, Pablo. (2004). *Pedagogía de la exclusión: crítica al neoliberalismo en educación*. México: UACM.
- Goleman, D. (1995) *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.



- González, R. Fernando & Mitjás, M. Albertina. (1989). *La personalidad: su educación y desarrollo*. La Habana: Pueblo y Educación.
- Henderson, Nan & Milstein, M. Mike. (2003). *Resiliencia en la escuela*. Buenos Aires: Paidós.
- Koplow, Lesley . (2005). *Escuelas que curan: la construcción de climas emocionalmente saludables*. Buenos Aires: Troquel.
- López, R. Octavio. (2001). *Los procesos cognitivos en la enseñanza-aprendizaje: el caso de la psicología cognitiva y el aula escolar*. México: Trillas.
- Merodio, José. (2004). "Organización y gestión Educativa". No. 4
- Raffini, P. James. (1998). *100 maneras de incrementar la motivación en clase*. Buenos Aires: Troquel.
- Reeve, Johnmarshall. (1994). *Motivación y Emoción*. España: Mc Graw Hill.
- Prieto, MD. y Ballester, P. (2003). *Las inteligencias múltiples: diferentes formas de enseñar y aprender*. Madrid: Pirámide.
- Silveira, Miguel. (2007). *El psicólogo de cabecera*. Barcelona: ALBA
- Jiménez Revorio, Adriana (2001). Simulación: la revolución educativa. Disponible en: <http://contexto-educativo.com.ar/2001/3/nota-07.htm>
- Weinstein, W. Grace & Yelon, L. Stephen. (2004). *La psicología en el aula*. México: Trillas.