

Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.  
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), enero-febrero 2026,  
Volumen 10, Número 1.

[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v10i1](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v10i1)

**ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS PARA  
EL DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL:  
UN ESTUDIO DE INTERVENCIÓN EN  
EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR**

**DIDACTIC STRATEGIES FOR SOCIO-EMOTIONAL  
DEVELOPMENT: AN INTERVENTION STUDY IN  
UPPER SECONDARY EDUCATION**

**Martín Oswaldo Aguilar Vaca**

Universidad Contemporánea de las Américas, México

**Marcos Alejandro Rodríguez Arroyo**

Instituto Universitario Contemporáneo de las Américas, México

**Veronica Cisneros Gutiérrez**

Universidad Contemporánea de las Américas, México

**Mailen Vázquez Bello**

Instituto Universitario Contemporáneo de las Américas, México

## Estrategias Didácticas para el Desarrollo Socioemocional: Un Estudio de Intervención en Educación Media Superior

**Martín Oswaldo Aguilar Vaca<sup>1</sup>**

[martinaguilar181@dgetaycm.sems.gob.mx](mailto:martinaguilar181@dgetaycm.sems.gob.mx)

<https://orcid.org/0009-0002-4137-3703>

Universidad Contemporánea de las Américas  
México

**Veronica Cisneros Gutiérrez**

[veronicacisnerosg81@dgetaycm.sems.gob.mx](mailto:veronicacisnerosg81@dgetaycm.sems.gob.mx)

<https://orcid.org/0009-0009-3319-3404>

Universidad Contemporánea de las Américas  
México

**Marcos Alejandro Rodríguez Arroyo**

[marcosalejandro.rodriguez.cb204@dgeti.sems.gob.m](mailto:marcosalejandro.rodriguez.cb204@dgeti.sems.gob.mx)

[x](#)

<https://orcid.org/0009-0001-0512-0699>

Instituto Universitario Contemporáneo  
de las Américas  
México

**Mailen Vázquez Bello**

[maybb1486vb@gmail.com](mailto:maybb1486vb@gmail.com)

<https://orcid.org/0009-0000-6286-5139>

Instituto Universitario Contemporáneo  
de las Américas  
México

### RESUMEN

La presente investigación analiza el impacto de una intervención didáctica orientada al desarrollo de habilidades socioemocionales (HSE) en estudiantes de Educación Media Superior (EMS). Se parte del reconocimiento de problemáticas como la incapacidad para regular emociones, la baja motivación académica, el estrés y la dificultad para adaptarse a las dinámicas educativas. Con un enfoque cualitativo y mediante el método de investigación-acción, se diseñaron y aplicaron diez actividades socioemocionales apoyadas principalmente en el programa de desarrollo educativo *Construye-T*. La intervención se aplicó en tres grupos (1°H, 5°A y 5°C) del Centro de Bachillerato Tecnológico Agropecuario No. 181. Se utilizaron técnicas como la entrevista, la observación y encuestas antes y después de la intervención. Los resultados muestran que los estudiantes desarrollaron mayor capacidad de autorregulación emocional, mejor disposición al trabajo colaborativo y mejoras en la convivencia escolar. Se concluye que las estrategias didácticas socioemocionales fortalecen la inteligencia emocional y generan ambientes de aprendizaje más favorables, contribuyendo al bienestar y desempeño académico de los jóvenes.

**Palabras clave:** habilidades socioemocionales, inteligencia emocional, estrategias didácticas, regulación emocional, educación media superior

---

<sup>1</sup> Auto principal

Correspondencia: [martinaguilar181@dgetaycm.sems.gob.mx](mailto:martinaguilar181@dgetaycm.sems.gob.mx)

# Didactic Strategies for Socio-Emotional Development: An Intervention Study in Upper Secondary Education

## ABSTRACT

This research analyzes the impact of a didactic intervention aimed at developing socio-emotional skills (HSE) in upper secondary education students. It begins by recognizing issues such as the inability to regulate emotions, low academic motivation, stress, and the difficulty of adapt to educational dynamics. Using a qualitative approach and the action-research method, ten socio-emotional activities were designed and implemented based on the educational program Construye-T. The intervention was conducted in three groups (1st H, 5th A, and 5th C) at the Centro de Bachillerato Tecnológico Agropecuario No. 181. Techniques such as interviews, observations, and pre- and post-intervention surveys were used. Results indicate that students developed improved emotional self-regulation, greater willingness for collaborative work, and enhanced classroom coexistence. The study concludes that socio-emotional didactic strategies effectively strengthen emotional intelligence and generate more positive learning environments, contributing to student well-being and academic performance.

**Keywords:** socio-emotional skills, emotional intelligence, didactic strategies, emotional regulation, upper secondary education

*Artículo recibido 02 febrero 2026  
Aceptado para publicación: 27 febrero 2026*



## INTRODUCCIÓN

El desarrollo socioemocional se ha convertido en un eje central de la educación del siglo XXI, especialmente en estudiantes de Educación Media Superior (EMS), quienes enfrentan transiciones personales, cognitivas y sociales que influyen directamente en su rendimiento académico y bienestar integral. Diversas investigaciones han demostrado que habilidades como la autorregulación, la empatía y la toma de decisiones responsables influyen significativamente en la permanencia escolar, la motivación y la capacidad de enfrentar situaciones adversas (CASEL, 2017; Bisquerra, 2011).

La pandemia por COVID-19 intensificó problemáticas emocionales entre adolescentes, como ansiedad, estrés, aislamiento, desmotivación y dificultades para gestionar emociones y relaciones interpersonales (Fosslien & West, 2020). En el caso de México, estas afectaciones evidenciaron la necesidad de fortalecer la educación socioemocional a través de programas como Construye-T, el cual reconoce que el aprendizaje emocional es fundamental para el desarrollo integral del estudiante (SEP, 2019).

La SEP (2017) define las habilidades socioemocionales (HSE) como la capacidad de reconocer y regular emociones, establecer relaciones positivas y tomar decisiones responsables. Estas habilidades ayudan además a adquirir otras habilidades en el futuro y promueven el desarrollo de la cognición (Busso et al., 2017).

Con base en estos fundamentos, la presente investigación parte de la problemática identificada en alumnos del Centro de Bachillerato Tecnológico Agropecuario No. 181 (Tungareo, Maravatío, Michoacán), quienes mostraban dificultades para regular emociones, baja autoestima, poca motivación por el aprendizaje y situaciones de convivencia conflictiva. En este contexto, se planteó la siguiente pregunta de investigación: ¿Cómo pueden las estrategias didácticas contribuir al desarrollo de habilidades socioemocionales en estudiantes de EMS?

El objetivo del estudio fue diseñar, implementar y evaluar una intervención didáctica socioemocional para fortalecer habilidades como la autorregulación, la conciencia emocional y la convivencia entre estudiantes. A través de un estudio cualitativo basado en investigación-acción, se buscó comprender y transformar la práctica docente mediante estrategias concretas de intervención socioemocional.

Además, estudios demuestran que las emociones desempeñan un papel central en los procesos cognitivos (SEP, 2019).



## **METODOLOGÍA**

La investigación adoptó un enfoque cualitativo, adecuado para comprender fenómenos educativos desde la perspectiva de los actores involucrados y analizar transformaciones en el comportamiento socioemocional de los estudiantes (Hernández Sampieri, 2014).

### **Tipo y diseño de investigación**

Se desarrolló un estudio de investigación-acción, el cual permitió diagnosticar la problemática socioemocional, implementar estrategias y evaluar los cambios generados. Este método favorece la reflexión docente continua, el análisis crítico y la transformación de la práctica educativa (Lewin, 1946; Elliott, 1993).

### **Paradigma**

El estudio se enmarcó en el paradigma sociocrítico, entendiendo la educación como un proceso de transformación social que debe atender dimensiones emocionales, culturales y humanas del aprendizaje.

### **Contexto y participantes**

La intervención se llevó a cabo en el Centro de Bachillerato Tecnológico Agropecuario No. 181 (CBTA 181), ubicado en la comunidad de Maravatío, Michoacán, México. La institución cuenta con una matrícula aproximada de 980 estudiantes. La muestra estuvo conformada por 67 alumnos distribuidos en tres grupos:

- 1°H (27 estudiantes)
- 5°A (20 estudiantes)
- 5°C (20 estudiantes)

Las edades oscilaron entre 15 y 17 años

### **Técnicas e instrumentos**

Se emplearon diversas técnicas de recopilación de información:

- Entrevistas semiestructuradas
- Observación directa mediante guías estructuradas
- Encuestas diagnósticas sobre regulación emocional, convivencia y motivación
- Listas de cotejo aplicadas antes y después de la intervención
- Notas de campo



Estos instrumentos permitieron triangular información y dar rigor a la interpretación de los resultados.

### **Procedimiento**

La intervención se desarrolló en tres fases:

1. Diagnóstico inicial: identificación de problemáticas socioemocionales (Tabla 1).
2. Diseño y aplicación de 10 actividades (Tabla 2) enfocadas en:
  - Conciencia emocional
  - Regulación emocional
  - Empatía
  - Trabajo colaborativo
  - Habilidades de convivencia
3. Evaluación y análisis: comparación cualitativa entre el antes y después de la intervención.

Cada actividad incluyó propósito, categoría socioemocional, tiempo, recursos y criterios de evaluación

### **RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

A partir de los instrumentos aplicados durante el diagnóstico se identificaron diversas necesidades de desarrollo de habilidades socioemocionales, dichas necesidades se agruparon en la Tabla 1. Y sirvieron como guía para la elección de actividades para la intervención (ver tabla 2) con el objetivo de atender una o varias de las problemáticas detectadas.

**Tabla 1** Problemáticas socioemocionales detectadas en el diagnóstico

<b>Problemáticas detectadas</b>
El alumnado no utiliza estrategias ni herramientas para modular impulsos, tolerar la frustración y manejar la intensidad emocional.
Presentan limitaciones para identificar sus fortalezas y potencialidades.
No utilizan situaciones adversas como oportunidad de crecimiento.
No conocen estrategias para relajarse.
Mantienen preocupación prolongada al cometer errores.
Muestran desánimo cuando algo sale mal.
Tienen temor a participar en clase por miedo a equivocarse.
Carecen de habilidades para el trabajo en equipo.

Nota. Las problemáticas fueron identificadas mediante triangulación entre cuestionarios, guías de observación y entrevistas aplicadas al alumnado.



**Tabla 2** Clasificación de las actividades socioemocionales según la habilidad a desarrollar

Actividad	Habilidad socioemocional principal a desarrollar
Así Soy	Conciencia emocional
Me Gusta lo que Hago	Conciencia emocional
100 Estudiantes Dijeron	Empatía; habilidades de convivencia
Sé lo que Quiero	Conciencia emocional
Las Tres Ventanas	Conciencia emocional; regulación emocional
Música Antiestrés	Regulación emocional
¿Qué Tan Fácil Te Frustras?	Regulación emocional
Me Desconecto del Mundo, me Conecto Conmigo	Conciencia emocional; regulación emocional
Tela de Araña	Empatía; trabajo colaborativo; convivencia
El Escuadrón	Trabajo colaborativo; convivencia

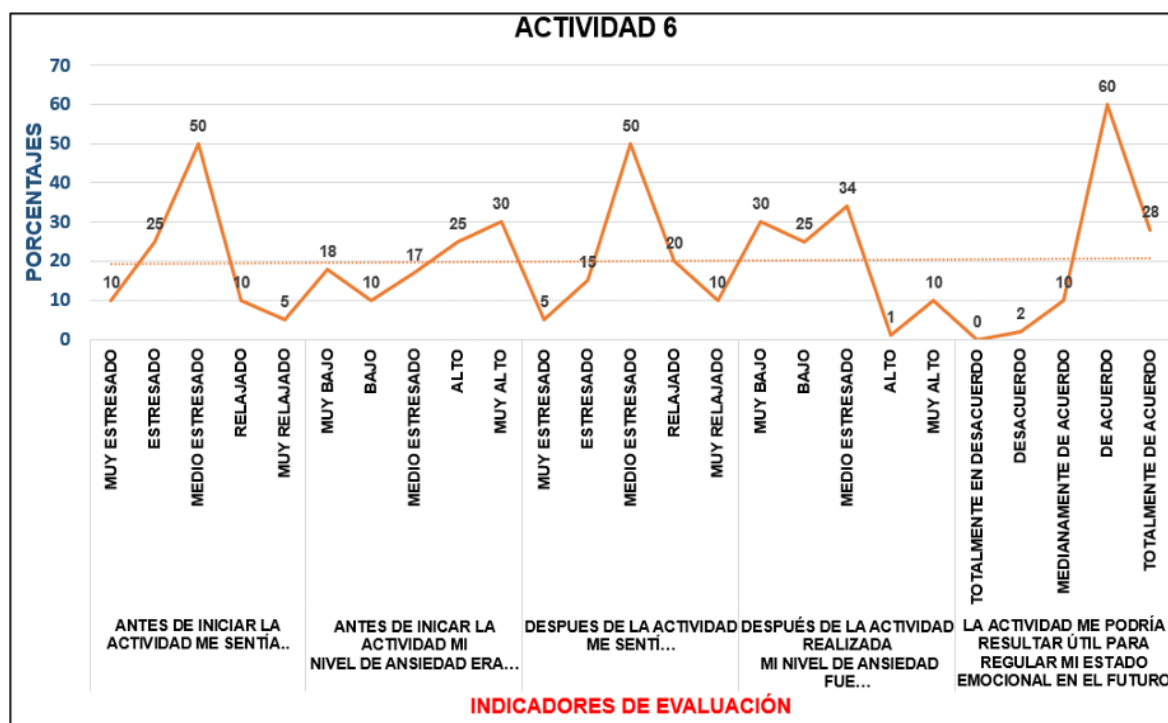
Los resultados obtenidos tras la intervención evidencian avances significativos en diversas dimensiones socioemocionales.

### 1. Regulación emocional

Los estudiantes mostraron mejoras en la capacidad de identificar, expresar y controlar sus emociones. Previamente se observaba irritabilidad, frustración y ansiedad asociadas a cargas escolares y contexto postpandemia. Posteriormente, los alumnos demostraron mayor autocontrol, por mencionar un ejemplo de esto en la Figura 1 se puede observar el porcentaje de alumnos que se sentía ansioso antes de la intervención y como después de realizar la actividad 6 “Música anti estrés” el porcentaje disminuyó considerablemente, además los estudiantes reportaron estar de acuerdo en que la actividad realizada les serviría en el futuro como herramienta para regular sus emociones. Esto contribuyó a disminuir patrones de ansiedad, lo cual concuerda con meta-análisis recientes que señalan que la educación socioemocional reduce significativamente el estrés académico (Learning Policy Institute, 2024). Además de esto algunos docentes reportaron que después de las intervenciones los estudiantes se encontraban mas receptivos y atentos a la clase, lo que coincide con lo planteado por Goleman (2009) respecto al papel del autocontrol emocional como base del desempeño académico y social.



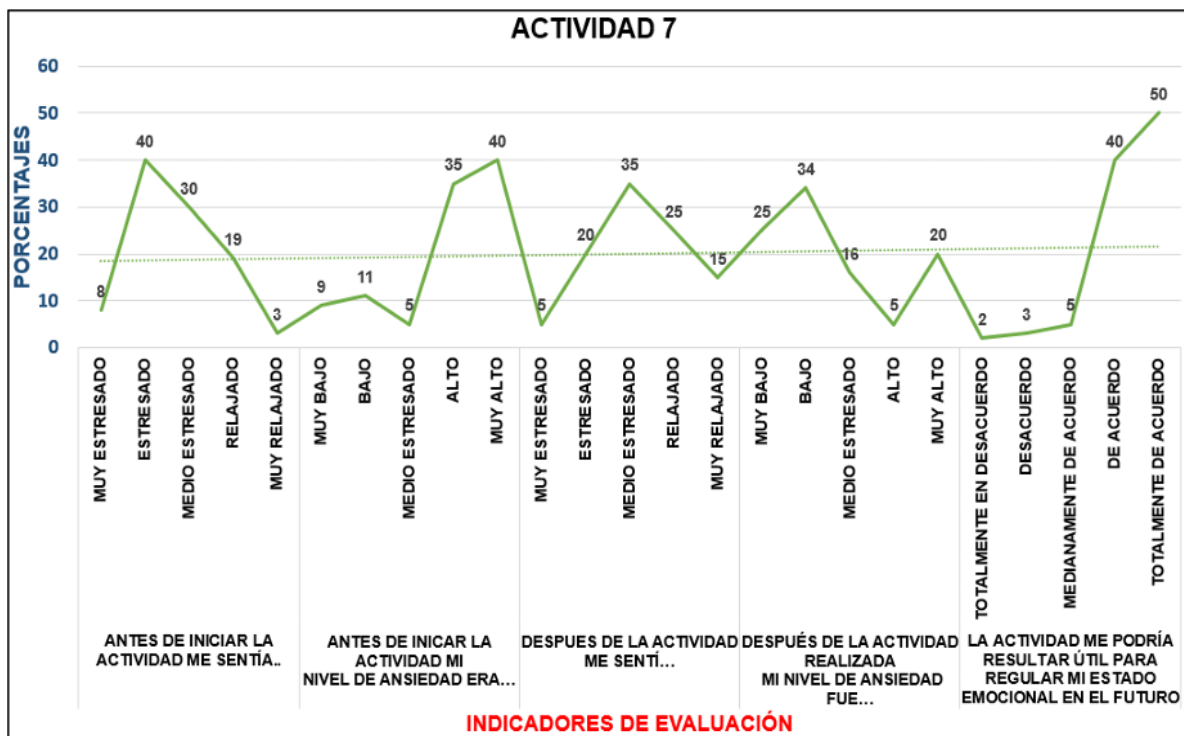
**Figura 1** Resultados pre y post aplicación de la actividad 6 “Música anti estrés”



## 2. Motivación y disposición al aprendizaje

Antes de la intervención, se detectó baja participación, poca tolerancia al fracaso y apatía. Después de las actividades, aumentó la participación espontánea, el compromiso y la cooperación entre compañeros. Esto se vio reflejado en los resultados de actividades como la actividad 7 “¿Qué tan fácil te frustra?” (Figura 2) donde los estudiantes se mostraron un poco más resilientes ante la frustración, y con una actitud más positiva ante los obstáculos. Se observó también una disminución en los niveles de frustración impulsiva. Los estudiantes reportaron mayor capacidad para detenerse, respirar y analizar situaciones antes de reaccionar, lo cual coincide con evidencia reciente sobre intervenciones breves que fortalecen la autorregulación emocional (Thomas & Liew, 2024). Esto refleja el vínculo entre emociones y motivación descrito por Yang et al. (2007), citado por Fundación Botín (2013), donde resalta que el aprendizaje significativo requiere atender el componente emocional de las tareas y retos educativos.

**Figura 2** Resultados pre y post aplicación de la actividad 7 “¿Qué tan fácil te frustras?”



### 3. Empatía y convivencia

La incorporación de dinámicas grupales evidenció mejoras en el respeto, la escucha activa y la resolución pacífica de conflictos. Los estudiantes lograron comprender mejor las emociones de otros y fortalecer relaciones interpersonales positivas. Este resultado coincide con investigaciones que destacan que el trabajo socioemocional en el aula reduce conductas de riesgo y mejora la convivencia (Cunningham et al., 2008; CASEL, 2020).

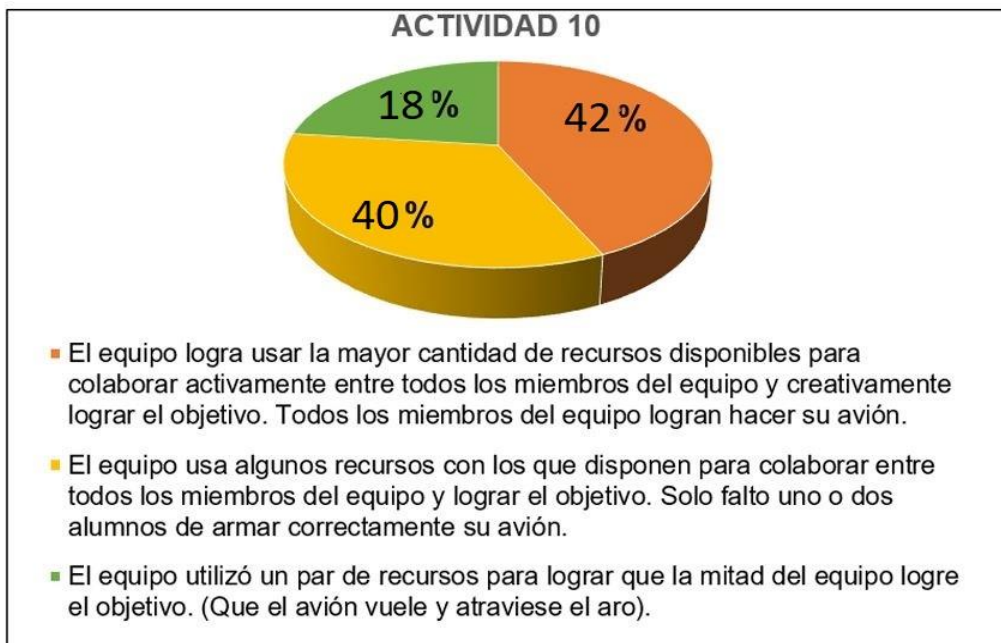
### 4. Trabajo colaborativo

Las actividades fomentaron la interdependencia positiva y la colaboración. Grupos previamente desorganizados lograron coordinarse con claridad de roles y responsabilidad compartida. Como se puede observar con los resultados de la actividad 10 “El escuadrón” (Figura 3). Los estudiantes lograron coordinarse mejor, distribuir responsabilidades y resolver desacuerdos, resultados consistentes con los hallazgos de Martínez-Soto y Herrera (2023), quienes reportan que las intervenciones SEL fortalecen habilidades de colaboración.



La literatura subraya que el aprendizaje colaborativo es clave para el desarrollo socioemocional, pues estimula la comunicación, la empatía y la toma de decisiones (Tuirán, 2016).

**Figura 3** Análisis de Resultados Actividad 10 “El escuadrón”.



## 5. Autoestima y bienestar

Al final de la intervención, los alumnos reportaron sentirse más seguros, valorados y confiados en sus capacidades. Este cambio impactó positivamente el ambiente escolar y el rendimiento académico. La teoría humanista y los programas socioemocionales plantean que fortalecer el autoconcepto es un eje fundamental para el desarrollo integral del estudiante (SEP, 2017).

En conjunto, los hallazgos demuestran que una intervención didáctica diseñada intencionalmente para trabajar HSE genera transformaciones reales en la convivencia, la motivación y la regulación emocional de los estudiantes. La experiencia confirma la relevancia de integrar sistemáticamente la educación socioemocional en EMS, no como un complemento, sino como un componente central del proceso educativo.

## CONCLUSIONES

El estudio permitió demostrar que las estrategias didácticas enfocadas en habilidades socioemocionales son una herramienta eficaz para fortalecer la inteligencia emocional, mejorar el clima escolar y promover aprendizajes significativos en estudiantes de Educación Media Superior.

### **Las principales conclusiones son:**

1. Las HSE pueden desarrollarse intencionalmente mediante actividades didácticas estructuradas y contextualizadas.
2. Los estudiantes mejoran su autorregulación emocional, logrando enfrentar con mayor resiliencia los retos académicos y personales.
3. La convivencia escolar se fortalece, con relaciones más empáticas, respetuosas y colaborativas.
4. La motivación y participación académica aumentan, influyendo positivamente en el desempeño y la dinámica grupal.
5. La intervención evidencia la necesidad de formar docentes en educación socioemocional, para planear y aplicar estrategias que atiendan las dimensiones afectivas del aprendizaje.

Finalmente, se reconoce la importancia de continuar investigando el impacto de este tipo de intervenciones a largo plazo y explorar la integración de metodologías socioemocionales con otras prácticas pedagógicas innovadoras.

### **DISCUSION**

Los resultados de la intervención evidencian avances significativos en diversas dimensiones socioemocionales, lo cual coincide con la literatura reciente sobre educación emocional. En primer lugar, la mejora observada en la autorregulación emocional se relaciona con hallazgos actuales que demuestran que los estudiantes con mejores estrategias de regulación tienden a presentar mayor resiliencia y un rendimiento académico superior. Aboagye et al. (2025) encontraron que la regulación emocional predice significativamente el logro escolar en educación secundaria, lo cual respalda la relación detectada entre el autocontrol trabajado en las actividades y la disposición al aprendizaje mostrada por los estudiantes.

De igual manera, el aumento en la motivación y el compromiso académico puede explicarse mediante la interacción entre emoción y cognición. Estudios recientes señalan que el aprendizaje socioemocional (SEL) contribuye directamente al fortalecimiento del involucramiento estudiantil y a la reducción del estrés académico (Díaz-Vargas & Villalobos, 2024). En este sentido, los resultados coinciden con el argumento de que el bienestar emocional es un prerrequisito para el rendimiento escolar, como demuestra también la evidencia sintetizada por el Learning Policy Institute (2024), donde se concluye



que los programas SEL mejoran tanto el desempeño académico como el clima escolar.

En cuanto a la convivencia y la empatía, los estudiantes mostraron progresos notables tras participar en actividades colaborativas. Este hallazgo es consistente con investigaciones que han documentado que las intervenciones basadas en SEL fortalecen la empatía, la cooperación y las conductas prosociales en adolescentes (Martínez-Soto & Herrera, 2023). Asimismo, la teoría sociocultural de Vygotsky sostiene que el aprendizaje se construye en interacción con otros, y estudios recientes continúan confirmando que la mediación social es clave para el desarrollo socioemocional (UNESCO, 2023). En tu intervención, las dinámicas colaborativas funcionaron como espacios de modelado emocional y aprendizaje compartido.

Por otro lado, un elemento importante identificado en investigaciones contemporáneas es el papel del bienestar docente. La evidencia más actual indica que el estado emocional del profesorado influye de manera significativa en la efectividad de los programas socioemocionales y en la calidad del clima del aula (Castañeda et al., 2025; Li & Chen, 2023). Esto implica que, aunque la presente intervención se centró en los estudiantes, para futuras implementaciones será necesario considerar procesos paralelos de acompañamiento emocional docente, de modo que exista coherencia entre el discurso socioemocional y la práctica cotidiana del aula.

Finalmente, estudios recientes han comenzado a explorar nuevas formas de intervención socioemocional apoyadas en tecnologías emergentes. Por ejemplo, Gómez-Rivas et al. (2024) demostraron que entornos de realidad mixta pueden potenciar habilidades como la empatía y la colaboración en estudiantes de educación secundaria. Si bien el contexto del CBTA 181 requiere un análisis de viabilidad tecnológica, estos enfoques abren líneas interesantes para combinar estrategias didácticas tradicionales con innovaciones digitales que puedan ampliar el impacto de la educación socioemocional.

En conjunto, los resultados del presente estudio confirman que el desarrollo socioemocional no es un proceso espontáneo, sino que requiere de una intencionalidad pedagógica clara, sostenida y contextualizada. La evidencia reciente sugiere que incluso intervenciones breves, si son coherentes y fundamentadas teóricamente, pueden generar cambios importantes en los estudiantes (Thomas & Liew, 2024).



Esto coloca a las habilidades socioemocionales como un componente esencial para la EMS, necesitando su integración plena en la planeación docente, en la formación del profesorado y en la cultura institucional. Aunque se necesita evaluar la efectividad de la intervención a los largo del tiempo, la mejora observada en la resiliencia, el autocontrol y el bienestar confirma que la intervención fue coherente con las necesidades del contexto del CBTA 181.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Aboagye, E., Owusu, A., & Mensah, J. (2025). Emotional regulation as a predictor of academic achievement in secondary education. *Journal of Educational Psychology, 117*(1), 45–59. doi:10.1037/edu0000789
- Bisquerra, R. (2011). Educación emocional: Propuestas para educadores y familias. *Desclée de Brouwer*.
- Busso, M., Cristia, J., Hincapié, D., Messina, J., & Ripani, L. (2017). Learning better: Public policy for skills development. *Inter-American Development Bank*. doi:10.18235/0000712
- CASEL. (2017). Core SEL competencias. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. <https://casel.org>
- CASEL. (2020). What is SEL? Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. <https://casel.org>
- Castañeda, L., Ramírez, P., & Soto, M. (2025). Teacher wellbeing and socioemotional learning implementation. *Teaching and Teacher Education, 134*, 104302. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2024.104302>
- Cunningham, C. E., Bremner, R., & Boyle, M. (2008). Large group community-based parenting programs for families of preschoolers at risk for disruptive behaviour disorders. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 49*(5), 484–495. doi:10.1111/j.1469-7610.2007.01864.x
- Díaz Vargas, M., & Villalobos, J. (2024). Socioemotional learning and academic engagement in upper secondary education. *Revista Latinoamericana de Psicología Educativa, 26*(1), 55–72.
- Elliott, J. (1993). *La investigación-acción en educación*. Morata.
- Fosslien, L., & West, M. (2020). *Life at work: How to recharge your energy, creativity, and well-being*. Penguin Random House.



- Fundación Botín. (2013). *Educación emocional y social: Análisis internacional*. Fundación Botín.
- Goleman, D. (2009). *Emotional intelligence*. Bantam Books.
- Gómez-Rivas, M., Ortega, J., & Salinas, F. (2024). Mixed reality environments for developing empathy and collaboration skills. *Computers & Education*, 198, 104742. doi:10.1016/j.compedu.2023.104742
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). McGraw-Hill.
- Learning Policy Institute. (2024). Social and emotional learning: Evidence-based practices. <https://learningpolicyinstitute.org>
- Lewin, K. (1946). Action research and minority problems. *Journal of Social Issues*, 2(4), 34–46. doi:10.1111/j.1540-4560.1946.tb02295.x
- Li, Y., & Chen, X. (2023). Teacher emotional wellbeing and classroom climate. *Educational Psychology Review*, 35(2), 321–340. doi:10.1007/s10648-022-09685-3
- Martínez-Soto, J., & Herrera, L. (2023). Aprendizaje socioemocional y trabajo colaborativo en educación media. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 28(97), 451–472.
- SEP. (2017). *Aprendizajes clave para la educación integral*. Secretaría de Educación Pública.
- SEP. (2019). *Construye-T: Habilidades socioemocionales*. Secretaría de Educación Pública.
- Thomas, J., & Liew, J. (2024). Brief socioemotional interventions and self-regulation in adolescents. *Journal of Adolescence*, 98, 102–114. doi:10.1016/j.adolescence.2023.09.004
- Tuirán, R. (2016). Educación media superior y desarrollo integral. *Fondo de Cultura Económica*.
- UNESCO. (2023). *Global citizenship education and social-emotional learning*. UNESCO Publishing.
- Yang, Y., Li, J., & Wang, Q. (2007). Emotion and motivation in learning processes. *Educational Psychology Review*, 19(3), 315–332.

