



*Asesorías y Tutorías para la Investigación Científica en la Educación Puig-Salabarría S.C.  
José María Pino Suárez 400-2 esq a Lerdo de Tejada, Toluca, Estado de México. 7223898476*

RFC: ATI120618V12

**Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores.**

<http://www.dilemascontemporaneoseduccionpoliticayvalores.com/>

**Año: XI**

**Número: Edición Especial.**

**Artículo no.:11**

**Período: Diciembre, 2023**

**TÍTULO:** Reflect como estrategia didáctica para identificar emociones de los alumnos universitarios.

**AUTORES:**

1. Máster. Fabiola Navarro Celis.
2. Dra. Giovanna Castañeda Hernández.
3. Dr. Fausto Moreno Velazco.

**RESUMEN:** El presente trabajo es una investigación acción de diseño práctico, con un enfoque interpretativo y tiene como propósito identificar las emociones de los alumnos de quinto periodo de pregrado de la Universidad Autónoma de Tamaulipas durante el primer semestre del 2023, con la finalidad de propiciar empatía y un aula inclusiva donde el alumno pueda expresar sus emociones para el desarrollo de las habilidades socioemocionales. Se plantea como estrategia didáctica la incorporación de Reflect de Microsoft Teams durante 16 semanas de clase. Los resultados mostraron que la emoción predominante fue el cansancio; finalmente, se recomienda priorizar actividades que promuevan un aula saludable; en conclusión, esta aplicación favorece la granularidad emocional al incorporar la educación socioemocional en el aula.

**PALABRAS CLAVES:** estrategia didáctica, bienestar emocional, Reflect, aula inclusiva, empatía.

**TITLE:** Reflect as a teaching strategy to identify emotions of university students.

**AUTHORS:**

1. Master. Fabiola Navarro Celis.
2. PhD. Giovanna Castañeda Hernández.

3. PhD. Fausto Moreno Velazco.

**ABSTRACT:** The present work is action research of practical design, with an interpretive approach and its purpose is to identify the emotions of the fifth period undergraduate students of the Autonomous University of Tamaulipas during the first semester of 2023, with the purpose of promoting empathy and an inclusive classroom where the student can express their emotions for the development of socio-emotional skills. The incorporation of Reflect from Microsoft Teams during 16 weeks of class is proposed as a teaching strategy. The results showed that the predominant emotion was fatigue; Finally, it is recommended to prioritize activities that promote a healthy classroom; In conclusion, this application favors emotional granularity by incorporating socio-emotional education in the classroom.

**KEY WORDS:** teaching strategy, emotional well-being, Reflect, inclusive classroom, empathy.

## **INTRODUCCIÓN.**

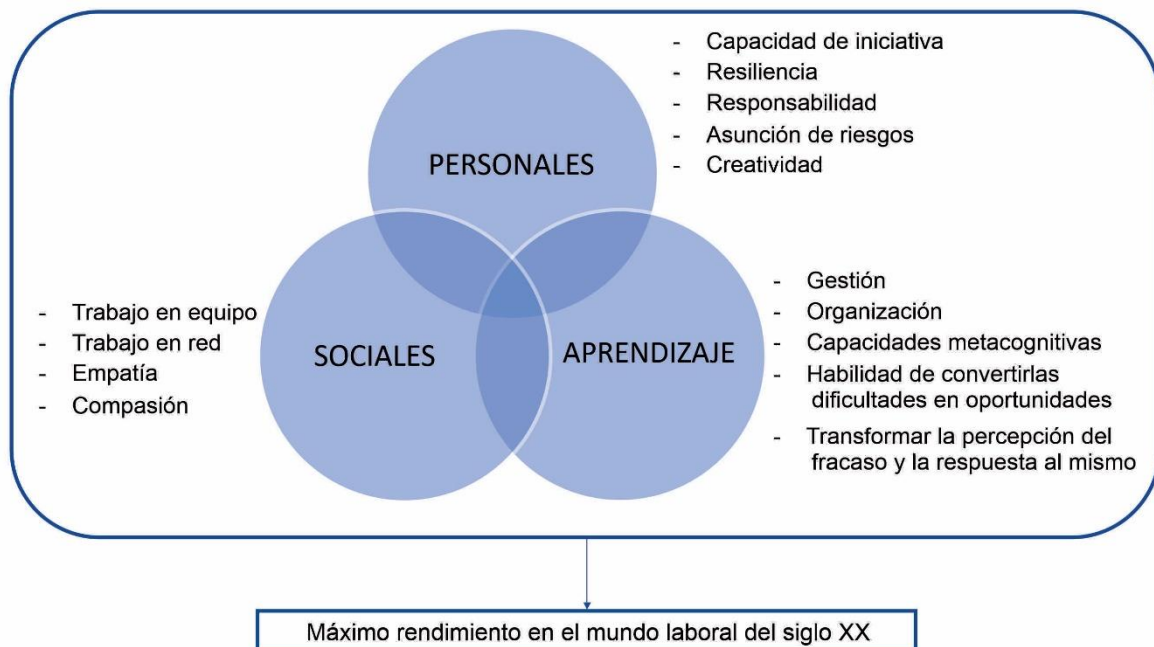
Lo seres humanos desarrollan mecanismos sensoriales a partir de recibir, comprender e interpretar procesos cognitivos emocionales; de tal manera, que el contexto familiar, social y económico influyen en las unidades sensoriales, siendo estas significativas para el individuo permitiendo la articulación de sus emociones con su entorno. En ese sentido, son cada vez más complejo los retos que tiene que afrontar el docente al momento de estar frente a un grupo, ya que debe propiciar un aula inclusiva donde los alumnos sean empáticos y solidarios, y ante esta condición, se establecen las siguientes interrogantes por parte del docente ¿de qué manera se puede acercar a sus alumnos sin ser invasivo?, ¿qué acciones se puede utilizar para conocer el estado de ánimo de los alumnos y proponer estrategias de integración e interés en el aula?

A su vez, los alumnos tienen la necesidad de expresar sus emociones con respecto a ciertas situaciones de su vida cotidiana, y para ello, es necesario que los alumnos identifiquen sus emociones, para posteriormente buscar alternativas que les permitan integrarse a un entorno inclusivo y saludable,

siendo estos factores para que el alumno desarrolle sus habilidades blandas entre las que podemos destacar la toma de decisiones y trabajo en equipo.

Por lo anterior, la postura de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación la Ciencia y la Cultura (UNESCO), manifiesta que es importante que los alumnos desarrollen las competencias y habilidades metacognitivas que se requieren en el siglo XXI, dichas competencias se muestran en la figura 1.

Figura 1 Competencias y Habilidades.



Fuente: (Scott, 2015).

Del mismo modo existen organizaciones internacionales como la Unidad de Innovación (Hampson, Patton , & Shanks, 2017), que plantean 10 ideas para alcanzar las competencias y habilidades que los estudiantes requieren en el siglo XXI para el desempeño de su trabajo, entre las que destacan las sociales como la empatía, debido a que hoy en día los estudiantes tienen la necesidad de sentirse empoderados, valorados, y para ello, el docente juega un rol importante en el aula, debido a que es el facilitador que integra estrategias que permitan al estudiante identificar sus emociones para fortalecer sus habilidades sociales; es por ello, que estas son consideradas uno de los atributos más demandados

en el siglo XXI; de tal manera, que el alumno al concluir su formación profesional aplique las habilidades adquiridas en el aula en su campo laboral, considerando el enfoque de responsabilidad social, y sensibilidad intercultural emocional para la resolución de problemas y trabajo en equipo.

En ese sentido, el docente debe idear estrategias didácticas para el desarrollo de los contenidos y materiales didácticos que sirvan de guía en la práctica educativa, integrando elementos tecnológicos que le permitirá establecer la metodología necesaria para el logro de los aprendizajes esperados; de acuerdo con el Marco de Competencias de las TIC para Maestros, plantea que desde la pedagogía, el docente debe potencializar la enseñanza a través de las TIC (UNESCO, 2019); de tal manera, que para esta investigación, la incorporación de la aplicación Reflect de Microsoft Teams en la clase, cobra relevancia importante, debido a que esta aplicación permite que los alumnos identifiquen sus emociones, manteniendo un estado de empatía y fomentando un aula inclusiva y equitativa; por tanto, dichas acciones permiten mantener los esfuerzos que tienen las instituciones de educación superior para contribuir al objetivo de desarrollo sostenible 4 educación de calidad, que pondera garantizar una educación inclusiva y equitativa, garantizando la educación para todos; de tal manera, que se empodere a las personas, escapando de la pobreza, contribuyendo a la creación de sociedades pacíficas con una calidad de vida más saludable (ODS, 2023).

### **Bienestar Emocional.**

El bienestar emocional permite establecer cómo nos sentimos y qué tan capaces somos de enfrentar las situaciones cotidianas tanto físicas, emocionales y espirituales, donde se exige un rendimiento a través de desarrollar las habilidades personales de aprendizaje y sociales; para algunos autores como (Bisquerra, 2011), establece que el bienestar emocional consiste en la experimentación de las emociones, tanto las que son positivas y se aproximan a la felicidad como las emociones negativas; en este sentido, se debe aprender a regular las dos emociones, con el objetivo de fomentar una vida plena y satisfactoria con una calidad de vida significativa.

Barragán y Morales (2014) mencionan, que el bienestar son las condiciones que influyen para la funcionalidad de las personas dentro del ambiente social, familiar y personal, y según la Organización Mundial de la Salud (2023) postula, el bienestar emocional es el estado de ánimo en el que las personas se dan cuenta de sus actitudes y la manera en la que afrontan las presiones de la vida; es por ello, que se considera importante tener presente el bienestar emocional de las personas con las que convivimos, ya que eso permitirá establecer relaciones saludables, o en algunos momentos, poder brindar apoyo a las personas que no están pasando por un buen momento; de tal manera, que le impida tener un bienestar.

### **Estrategia Didáctica.**

Las estrategias didácticas son parte fundamental del proceso de enseñanza-aprendizaje, siendo estas acciones que permiten a los alumnos construir sus conocimientos a partir de actividades propuestas por el docente en el aula; en este sentido, el desarrollo del aprendizaje que exige el siglo XXI a los estudiantes debe ser reflexivo y creativo de tal manera que el alumno se vea inmerso en diversas estrategias pedagógicas que el docente estará desarrollando en el aula (Gallardo et al., 2020). En este sentido, “las estrategias didácticas hacen referencia a las actividades que utilizan los profesores y alumnos en el proceso de aprender, incluyen métodos técnicas actividades y recursos para el logro de objetivos de aprendizaje” (Sánchez, et. al., 2020).

De acuerdo con Carrillo, et. al. (2018) mencionan, que “la incorporación de recursos o herramientas tecnológicas en el ámbito educativo ha concedido la posibilidad que el docente mejore y genere estrategias didácticas pedagógicas, que permitan elevar el nivel de interés en los estudiantes por aprender y comprender diversos conocimientos.

Por otra parte, Eggen y Kauchak (2012) indican, que la estrategia va en función del aprendizaje y la motivación, debido a que la eficiencia del aprendizaje influye directamente en el alumno; de tal manera, que el docente tiene un compromiso con el proceso de enseñanza aprendizaje, debido a que

tiene que describir, identificar, y analizar los factores que influyen en la motivación para aprender; por lo cual, para el presente trabajo se propone la incorporación de Reflect de Microsoft Teams como una estrategia didáctica auxiliar del aprendizaje para los alumnos a través de la identificación de las emociones con la finalidad de propiciar un aula inclusiva, que genere un ambiente colaborativo, rompiendo barreras de espacio y tiempo.

## **DESARROLLO.**

Para el presente trabajo se consideró la metodología cualitativa de diseño investigación acción de tipo práctica (Creswell, 2012), debido a que dicho diseño permite establecer los elementos procedimentales que se consideraron en este proyecto, y para ello, se aplicaron las siguientes fases: a) Plan de acción, b) Acción, c) Observación de la acción, y d) Reflexión, que Latorre (2005) plantea como los elementos necesarios para abordar la estrategia didáctica en los contextos educativos.

### **Plan de acción.**

#### ***Problema.***

La fragmentación social se ha vuelto un problema en el mundo, y las universidades son un eje importante para profundizar en la sociedad, debido a que debe formar una universalidad de pensamiento crítico en los alumnos, ya que estos son los futuros profesionistas que contribuirán con propuestas y soluciones, aplicando los conocimientos adquiridos hacia los diferentes sectores de la sociedad, siendo estos un agente transformador en el que deben desarrollar competencias de aprendizaje, personales y sociales.

En ese sentido, el docente de educación superior se enfrenta a retos dentro del aula, porque actualmente no basta con una explicación del tema frente al grupo, sino que debe transformar su experiencia en el aula para responder a los desafíos del aprendizaje; y para ello, es importante destacar, que la UNESCO ha fomentado la incorporación de pilares para sostener la educación, los cuales no se exime de la educación superior, sino todo lo contrario, es de vital importancia atender

esta demanda de aprendizaje que permitirá que los individuos converjan en un ecosistema escolar inclusivo, igualitario y libre de violencia; sin embargo, esta tarea es una misión prioritaria, de ahí la importancia que el alumno identifique y exprese sus emociones en un espacio seguro; esta tarea parece imposible a nivel superior, debido a que las sesiones de clase son cortas, comparadas con las sesiones de clase de los niveles básicos.

De tal manera, las tecnologías de la información y la comunicación se han incorporado a la labor docente, ya que son herramientas de apoyo que permiten a los docentes interactuar, comunicarse, recolectar y compartir información para fortalecer el proceso de aprendizaje, y de esta manera, establecer un plan de trabajo que le permita aprovechar y enriquecer la experiencia en el aula, sin dejar a un lado el bienestar emocional, siendo este la base de la empatía, lo que nos dará las condiciones necesarias para desarrollar las competencias sociales del alumno.

### ***Diagnóstico.***

De acuerdo con la Encuesta Nacional Sobre el Acceso y Permanencia en la Educación (ENAPE) 2021, (Instituto Nacional de Estadística y Geografía, 2021), 8.5% de los alumnos de pregrado o posgrado presentaron depresión o tristeza, 26% desesperado por trabajos académicos, y 36.9% tensionado o estresado, de ahí la importancia de implementar herramientas que fortalezcan el bienestar emocional en el aula.

Adicionalmente, se requiere fomentar en los alumnos la convivencia al interior del aula, donde prevalezca la libertad de expresión, el respeto y la confianza entre los compañeros y los maestros, que las oportunidades sean igual para todos, y para ello, es necesario que los alumnos puedan identificar sus emociones, ya que al concluir la educación superior se requieren profesionales con empatía y responsabilidad social.

Para esta investigación, se consideró la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuáles son las emociones que predominan en el grupo de estudiantes de quinto periodo de la Licenciatura en Gestión y Desarrollo Turístico en la Universidad Autónoma de Tamaulipas en el primer semestre del 2023?

### ***Hipótesis.***

Las emociones que se generan en el grupo de estudiantes de quinto periodo de Pregrado en la Universidad Autónoma de Tamaulipas durante el primer semestre del 2023 son positivas, las cuales generan empatía y un aula inclusiva.

### **Acción.**

De acuerdo con la literatura revisada, el ser humano tiene la capacidad de controlar sus impulsos y regular sus estados de ánimo, así como empatizar con los demás (Goleman, 1998), de ahí la importancia de examinar las emociones y cómo influyen en nuestro comportamiento, en las relaciones interpersonales y en el éxito personal y profesional.


En sus estudios, Goleman (2010) argumentó, que enseñar a desarrollar habilidades emocionales puede mejorar el rendimiento académico y el bienestar emocional, debido a que las emociones influyen en nuestras decisiones y acciones de manera significativa, y que la falta de control emocional puede llevar a respuestas inadecuadas o destructivas en diversas situaciones; por esta razón, se planteó una estrategia didáctica para trabajarla con un grupo de estudiantes de quinto periodo pregrado; para ello, se les indicó a los alumnos que contestaran la pregunta ¿Cómo se sintió en la semana?, la cual fue distribuida mediante la aplicación Reflect de Microsoft Teams, debido a que esta aplicación permite al alumno identificar 51 posibles emociones, en una escala de 5 puntos, las cuales se pueden observar en la tabla 1.



Tabla 1. Descripción de la emoción que Reflect le presenta al alumno.

Escala	Emoción	Descripción de la emoción
	Agradecimiento	Aprecio o muestra de estima que se le hace a otra persona.
	Ambición	Determinación para conseguir mis objetivos.
	Asombro	Sorpresa o admiración por algo.
	Con energía	Activo para realizar una acción.
	Concentración	Capacidad de mantener la atención en algo particular y específico.
	Confianza	Seguridad de sí misma y sus aptitudes.
	Creatividad	Con imaginación e ideas originales.
	Curiosidad	Que está interesado en aprender o descubrir algo.
	Determinación	Firmeza respecto a sus objetivos.
	Emocionado	Entusiasmado y ansia de enfrentarte a nuevos desafíos.
	Éxito	Felicidad por haber conseguido un objetivo.
	Felicidad	Disfrute, con un sentimiento de alegría.
	Inclusión	Alegría de formar parte de un grupo.
	Inspiración	Con el valor o determinación para realizar una acción.
	Motivación	Entusiasmo con algún proyecto o situación.
	Optimismo	Creencia en que las cosas van a mejorar.
	Orgullo	Satisfacción con tus propios logros o por los demás.
	Satisfacción	Sentimiento de bienestar o placer que se tiene cuando se ha cumplido un deseo o cubierto una necesidad.
	Tranquilidad	Relajación sin preocupaciones.
	Valor	Sensación de aprecio e importancia por los demás.
	Agradecimiento	Aprecio o muestra de estima que se le hace a otra persona.
	Alegría	Sensación de satisfacción que es expresado exteriormente a través de palabras, gestos o actos.
	Animación	Estimulación y alegría.
	Asombro	Sorpresa o admiración por algo.
	Calma	Relajación sin preocupaciones.
	Comodidad	Seguridad y agrado.
	Con energía	Activo para realizar una acción.
	Concentración	Capacidad de mantener la atención en algo particular y específico.
	Confianza	Seguridad en sí misma y sus aptitudes.
	Creatividad	Con imaginación e ideas originales.
	Curiosidad	Que está interesado en aprender o descubrir algo.
	Emocionado	Entusiasmado y ansia de enfrentarte a nuevos desafíos.
	Éxito	Felicidad por haber conseguido un objetivo.
	Felicidad	Disfrute, con un sentimiento de alegría.
	Inclusión	Alegría de formar parte de un grupo.
	Inspiración	Con el valor o determinación para realizar una acción.
	Motivación	Entusiasmo con algún proyecto o situación.

Escala	Emoción	Descripción de la emoción
	Optimismo	Creencia en que las cosas van a mejorar.
	Orgullo	Satisfacción con tus propios logros o por los demás.
	Tranquilidad	Relajación sin preocupaciones.
	Valor	Sensación de aprecio e importancia por los demás.
	Aburrimiento	Sin interés y compromiso.
	Alegría	Sensación de satisfacción que es expresado exteriormente a través de palabras, gestos o actos.
	Calma	Relajación sin preocupaciones.
	Cansancio	Con necesidad de descansar.
	Cautela	Lentitud en relevar las emociones o las opciones
	Comodidad	Seguridad y agrado.
	Concentración	Capacidad de mantener la atención en algo particular y específico.
	Confusión	No saber cómo resolver un problema.
	Conmoción	Trastorno por una molestia inesperada.
	Curiosidad	Que está interesado en aprender a descubrir algo.
	Escepticismo	Dudas, sin convencimiento.
	Felicidad	Estado de satisfacción completa.
	Inquietud	Incapaz de relajarme por aburrimiento y ansiedad.
	Molestia	Que se siente irritado ante una situación y problema.
	Reflexión	Pensamiento profundo detenido sobre algo.
	Sensibilidad	Tener sentimientos fácilmente influenciados por personas o situaciones.
	Aburrimiento	Sin interés y compromiso.
	Agobio	Sensación de superación por las expectativas o los pensamientos.
	Ansia	Inquietud por lo que pueda suceder.
	Apatía	No mostrar interés por algo a alguien.
	Bloqueado	Incapacidad de terminar una acción.
	Cansancio	Con necesidad de descansar.
	Celos	Resentimiento porque alguien tiene algo que usted no tiene.
	Confusión	No saber cómo resolver un problema.
	Conmoción	Trastorno por una molestia inesperada.
	Decepción	Tristeza causada por alguien o algo.
	Dolor	Tristeza por las palabras o las acciones de alguien o algo.
	Escepticismo	Dudas, sin convencimiento.
	Estrés	Sensación de estar bajo presión ante una situación.
	Frustración	Angustia porque no se puede cambiar o conseguir algo
	Molestia	Que se siente irritado ante una situación y problema.
	Nervios	Estado de intranquilidad o tensión constante.
	Preocupación	Inquietud o temor producido ante una situación difícil o un problema.
	Sensibilidad	Tener sentimientos fácilmente influenciados por personas o situaciones.
	Soledad	Infeliz porque no siento conexión con otras personas.

Escala	Emoción	Descripción de la emoción
	Tristeza	Molesto o infeliz
	Vergüenza	Que se siente indigno o avergonzado debido a las acciones o características propias.
	Agobio	Sensación de superación por expectativas a los pensamientos.
	Agotamiento	Sin energía, ni ganas de esforzarse en nada.
	Ansia	Inquietud en lo que pueda suceder.
	Bloqueado	Incapacidad de terminar una acción.
	Depresión	Infeliz de un modo que perdurará para siempre.
	Desesperanza	Pesimismo y con la falta de esperanza de que algo mejore.
	Dolor	Tristeza por las palabras o las acciones de alguien o algo.
	Enfado	Molestia o impresión desagradable.
	Estrés	Sensación de estar bajo presión ante una situación.
	Frustración	Angustia porque no se puede cambiar o conseguir algo.
	Inútil	Sensación de no sentirse valorado o útil.
	Miedo	Temor o angustia provocada por la presencia de un peligro real o imaginario.
	Miserable	Tristeza extrema.
	Nervios	Estado de intranquilidad o tensión constante.
	Soledad	Infeliz porque no siento conexión con otras personas.
	Tristeza	Molesto o infeliz.
	Vergüenza	Que se siente indigno o avergonzado debido a las acciones o características propias.

Fuente: Elaboración Propia basada en las emociones de Reflect de Microsoft Teams.

En ese contexto, trabajar en la identificación de las emociones y sentimientos se ha convertido en una tarea primordial en el ámbito educativo; por lo tanto, un reto para los docentes de educación superior; debido a que las diferentes materias que cursan los alumnos tienen que trabajar en conjunto para contribuir al bienestar emocional.

### **Control de la acción.**

Para poder dar un seguimiento puntual y en tiempo real a la recolección de datos, se solicitó a los alumnos que ingresaran al grupo de Microsoft Teams, debido a que es una herramienta de aprendizaje que permite la combinación del aula presencial y remota, permitiendo a docentes y alumnos disponer de un entorno para el trabajo, mejorando la comunicación, la colaboración de documentos, así como integrar aplicaciones que permiten un seguimiento de las actividades que se realizan día a día en el

aula, como lo es Reflect, donde el docente creó una comprobación de reflexión para que el alumno registre las emociones a través de emojis y personajes, ayudando a los estudiantes a desarrollar granularidad emocional (Microsoft, 2023).

### Observación de la Acción.

Los datos recolectados fueron analizados utilizando el software DEDOOSE, para identificar la emoción que predominó en el grupo de estudiantes de quinto periodo de Pregrado. Los resultados muestran que la emoción más común fue el cansancio, seguida en orden descendente de acuerdo con su frecuencia la felicidad, la tristeza, el agradecimiento, la calma, la tranquilidad, el estrés, el optimismo, y con energía, la sensibilidad, la alegría y la frustración, como se puede observar en la Figura 2.

Figura 2 Nube de palabras de emociones expresadas en Reflect por los alumnos.



Fuente: Elaboración propia, a partir de la codificación de datos con el software Dedoose.

**Reflexión.**

Los datos descriptores de los participantes se muestran en la Tabla 2, y se observa, que participaron en este estudio 71 mujeres y 20 hombres de 19 años, 11 mujeres y 7 hombres de 20 años, 2 mujeres y un hombre de 21 años y 2 mujeres de 22 años, siendo en su mayoría el género femenino del cual corresponde 75.44%, mientras que el género masculino corresponde 32.56% de participantes.

Tabla 2 Gráfico de mosaico con tasas de descriptores.

		Femenino	Masculino	Total
Edad	19	71	20	91
	20	11	7	18
	21	2	1	3
	22	2	0	2
Género	Femenino	86	0	86
	Masculino	0	28	28

Fuente: Elaboración propia, a partir de la codificación de datos con el software Dedoose.

Los hallazgos indican diversidad emocional en el entorno académico; al abordar toda la gama de emociones propuesta por Reflect, los estudiantes seleccionaron la emoción que mejor reflejaba su sentir durante las 16 semanas.

Los resultados mostraron que las emociones que se presentan con mayor frecuencia en las mujeres son cansancio, felicidad, estrés, tristeza, inquietud, sensibilidad, agradecimiento, alegría, con energía y calma, mientras que en los hombres predominaron agradecimiento, frustración, calma, tristeza, tranquilidad, cansancio, curiosidad, miserable, optimismo, con energía y felicidad.

En ese sentido, se observa que en el aula existe un amplio estado emocional, debido a que los hombres y las mujeres afrontan de manera distinta las situaciones que se les presenta de manera cotidiana en el aula y en la vida diaria, impactando directamente en las habilidades sociales, personales y de aprendizaje.

Los resultados mostrados en la tabla 3 indican la frecuencia absoluta de las emociones manifestadas por los alumnos durante las 16 semanas, siendo el cansancio la principal emoción que las mujeres del grupo manifiestan, mientras que los hombres manifiestan como principal emoción el agradecimiento.

Tabla 3. Matriz de descriptores de género por emoción.

Emoción	Género		Emoción	Género	
	Femenino	Masculino		Femenino	Masculino
Aburrimiento	12	3	Emocionado	13	11
Agobio	45	0	Enfado	5	2
Agotamiento	5	4	Escepticismo	8	7
Agradecimiento	55	39	Estrés	70	1
Alegría	52	6	Éxito	4	12
Ambición	3	6	Felicidad	94	15
Animación	9	1	Frustración	28	30
Ansia	21	8	Inclusión	4	0
Apatía	0	0	Inquietud	60	0
Asombro	3	7	Inspiración	17	0
Bloqueado	9	15	Inútil	0	0
Calma	48	29	Miedo	0	0
Cansancio	185	24	Miserable	7	20
Cautela	10	3	Molestia	20	1
Celos	0	0	Motivación	22	0
Comodidad	24	10	Nervios	16	0
Con energía	50	15	Optimismo	46	19
Concentración	35	1	Orgullo	21	6
Confianza	26	8	Preocupación	18	3
Confusión	31	8	Reflexión	15	13
Conmoción	11	0	Satisfacción	29	11
Creatividad	1	0	Sensibilidad	57	9
Curiosidad	32	22	Soledad	2	4
Decepción	8	4	Tranquilidad	46	26
Depresión	20	4	Tristeza	68	27
Desesperanza	4	10	Valor	3	0
Determinación	2	0	Vergüenza	0	2
Dolor	2	2			

Fuente: Elaboración propia, a partir de la codificación de datos con el software Dedoose.

## **CONCLUSIONES.**

De acuerdo con los resultados del presente estudio realizado a los alumnos de quinto periodo de Pregrado de la Universidad Autónoma de Tamaulipas durante el primer semestre del año 2023, se pudo concluir, que la incorporación del acelerador de aprendizaje Reflect de Microsoft Teams facilita un aula inclusiva, permitiendo a los estudiantes manifestar sus emociones de manera cómoda, interactuando a través de la incorporación de herramientas tecnológicas, debido a que esta aplicación permite expresar los sentimientos de manera anónima para los compañeros, pero visibles para el docente, ayudándole a ir adaptando las actividades de la clase con la finalidad de mejorar el ambiente en el aula en pro de un aula saludable.

En ese sentido, es importante destacar, que la estrategia ayudó a los alumnos a identificar las emociones, favoreciendo de manera significativa una educación más equitativa, por lo que se considera que se cumplió el objetivo de mantener un ambiente escolar inclusivo, con una integración positiva en los alumnos facilitando el trabajo en equipo, generando empatía en la comunidad escolar, además de aportar al alumno un espacio para el desarrollo de las competencias y habilidades sociales que se requieren el siglo XXI y que le ayudarán a desempeñarse en el mundo laboral permitiéndole tener un mayor éxito profesional.

Hoy en día, las universidades tienen el compromiso de proporcionar las condiciones necesarias en aula para el desarrollo de las competencias y habilidades de aprendizaje, personales y sociales, por lo que con este estudio, se pretende dejar una línea base para la implementación del uso de Reflect de Microsoft Teams como acelerador de aprendizaje, porque facilita la labor del docente para promover un entorno saludable, debido a que un dato alarmante es la frecuencia de manifestación de cansancio por los alumnos, por lo que es necesario analizar el origen de este resultado y elaborar estrategias didácticas que permitan establecer los principios de un aprendizaje socioemocional, así como

propiciar un aula saludable, permitiendo al docente diseñar estrategias de enseñanza y aprendizaje más efectivas.

Por lo anterior expuesto, a partir de estos resultados se recomienda continuar con la línea de investigación para futuros estudios desarrollados en diferentes contextos y así contribuir al fortalecimiento aprendizaje socioemocional como estrategia para el desarrollo de competencias y habilidades de los estudiantes que se demanda en el siglo XXI, como parte de la formación integradora.

### **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.**

1. Barragan Estrada, A. R., & Morales Martínez, C. (2014). Psicología de las Emociones Positivas: Generalidades y Beneficios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 19(1), 109-118.
2. Bisquerra , R. (2011). *Educación Emocional* . Bilbao: DESCLEE DE BROUWER.
3. Carrillo Ríos, S. L., Tigre Ortega, F. G., Tubón Nuñez, E. E., & Sánchez Villegas, D. S. (2018). Objetos Virtuales de Aprendizaje como estrategia didáctica de enseñanza aprendizaje en la educación superior tecnológica. *Revista Científica Mundo de la Investigación y el Conocimiento*, 3 (1), 287-304.
4. Creswell, J. W. (2012). *Educational Research Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*. Boston: Pearson.
5. Eggen, P. D., & Kauchak, D. P. (2012). *Estrategias docentes Enseñanza de contenido curriculares y desarrollo de habilidades de pensamiento*. México: Fondo de Cultura Económica.
6. Gallardo Lucas, D. M., Núñez Lira, L. A., Aliaga Pacore, A. A., & Diaz Dumont, J. R. (2020). Estrategias didácticas en el desarrollo de pensamiento critico en estudiantes de educación básica. *Revista Eleuthera*, 22((2)), 31-50.
7. Goleman, D. (1998). *La Práctica de la Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós. S.A.
8. Goleman, D. (2010). *Inteligencia Emocional*. Kairós.



9. Hampson, M., Patton, A., & Shanks, L. (2017). 10 ideas for 21st century education. London: CAN Mezzanine.
10. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2021). INEGI. Obtenido de INEGI: [https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enape/2021/doc/enape\\_2021\\_presentacion\\_resultados.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enape/2021/doc/enape_2021_presentacion_resultados.pdf)
11. Latorre, A. (2005). La investigación - acción Conocer y cambiar la práctica educativa. Barcelona: Graó.
12. Microsoft. (2023). Support Microsoft. Obtenido de Support Microsoft: <https://support.microsoft.com/es-es/topic/introducci%C3%B3n-a-reflect-en-teams-e9198f62-7860-4532-821f-53ef14afa79a>
13. ODS. (07 de 04 de 2023). Objetivo de Desarrollo Sostenible . Obtenido de un.org: <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/education/>
14. Organización Mundial de la Salud. (7 de Julio de 2023). OMS. Obtenido de Bienestar emocional en el ámbito educativo: <https://www.educacionyfp.gob.es/mc/sgctie/cooperacion-territorial/programas-cooperacion/bienestar-emocional.html#:~:text=Seg%C3%BAn%20la%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de,y%20contribuir%20a%20la%20comunidad%C2%BB>.
15. Sánchez Martínez, M. C., Aguilar Venegas, M., Martínez Durán, J. L., & Sánchez Ríos, J. L. (2020). Estrategias didácticas en entornos de aprendizaje enriquecidos con tecnología (Antes del COVID-19). México: cbs.
16. Scott, C. (2015). El futuro del aprendizaje 2 ¿Qué tipo de aprendizaje se necesita en el siglo XXI? (UNESCO, Ed.) Investigación y prospectiva en educación, 1-19.

17. UNESCO. (2019). Marco de competencias de los docentes en materia de TIC UNESCO. París: La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. Obtenido de UNESCO.ORG.

#### **DATOS DE LOS AUTORES.**

1. **Fabiola Navarro Celis.** Maestro en Desarrollo de Recursos Humanos. Docente en Universidad Autónoma de Tamaulipas. México. Correo electrónico: [fcelis@docentes.uat.edu.mx](mailto:fcelis@docentes.uat.edu.mx)
2. **Giovanna Castañeda Hernández.** Doctor en Filosofía en Administración. Docente en Universidad Autónoma de Tamaulipas. México. Correo electrónico: [gcastaneda@docentes.uat.edu.mx](mailto:gcastaneda@docentes.uat.edu.mx)
3. **Fausto Moreno Velazco.** Doctor en Administración. Docente en Universidad Autónoma de Tamaulipas. México. Correo electrónico: [fmoreno@docentes.uat.edu.mx](mailto:fmoreno@docentes.uat.edu.mx)

**RECIBIDO:** 12 de septiembre del 2023.

**APROBADO:** 20 de octubre del 2023.