



*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.

<https://www.dilemascontemporaneoseducacionpoliticayvalores.com/>

Año: XII

Número: 3

Artículo no.: 30

Período: 1 de mayo al 31 de agosto del 2025

TÍTULO: La educación socioemocional como enfoque para prevenir el acoso escolar en las escuelas mexicanas de educación básica.

AUTORA:

1. Dra. Georgina Monroy Segundo.

RESUMEN: La investigación que se presenta explora el papel de la educación socioemocional como enfoque para prevenir y reducir el acoso escolar en las escuelas mexicanas, contribuyendo al debate sobre la importancia de fortalecer la educación socioemocional en los planes de estudio y las políticas educativas. Utilizando el método de análisis de contenido, se contrastaron las estrategias, objetivos y materiales descritos en las fases 2 a 6 del campo formativo De lo Humano y lo Comunitario, con el modelo pentagonal de competencias emocionales de Bisquerra. Los hallazgos revelan que el programa promueve habilidades clave para prevenir y reducir el acoso escolar; además, se destaca que puede ser una herramienta efectiva siempre que se superen desafíos como la capacitación docente y la adaptación a contextos locales.

PALABRAS CLAVES: educación socioemocional, prevención, acoso escolar, educación básica, México.

TITLE: Socio-emotional education as an approach to prevent bullying in Mexican primary schools.

AUTHOR:

1. PhD. Georgina Monroy Segundo.

ABSTRACT: The research presented explores the role of socio-emotional education as an approach to prevent and reduce bullying in Mexican schools, contributing to the debate on the importance of strengthening socio-emotional education in curricula and educational policies. Using the content analysis

method, the strategies, objectives and materials described in phases 2 to 6 of the training field Of the Human and the Community, were contrasted with Bisquerra's pentagonal model of emotional competencies. The findings reveal that the program promotes key skills to prevent and reduce bullying; in addition, it is highlighted that it can be an effective tool as long as challenges such as teacher training and adaptation to local contexts are overcome.

KEY WORDS: socio-emotional education, prevention, bullying, basic education, Mexico.

INTRODUCCIÓN.

El acoso escolar, también conocido como *bullying*, es un fenómeno que ha cobrado especial relevancia en México debido a su impacto en la salud mental, el rendimiento académico y el desarrollo socioemocional de niños y adolescentes.

Según datos recientes de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE), México ocupa el primer lugar en casos de acoso escolar entre los países miembros, con un 18.8% de los estudiantes de educación básica reportando haber sido víctimas de este tipo de violencia (OCDE, 2023); además, la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Instituto Nacional de Salud Pública, 2022) reveló que el 32.2% de los estudiantes de primaria y secundaria han experimentado algún tipo de agresión verbal, física o psicológica en sus escuelas, lo que refleja la magnitud del problema en el país.

Estas cifras no solo evidencian la urgencia de abordar el acoso escolar desde un enfoque preventivo, sino que también subrayan la necesidad de implementar estrategias que fomenten un clima escolar seguro y respetuoso. En este contexto, la educación socioemocional emerge como un enfoque de prevención para combatir el acoso escolar, ya que promueve habilidades como la empatía, la autorregulación emocional, la resolución pacífica de conflictos y el respeto a la diversidad. El análisis se centra en la relación entre educación socioemocional y el acoso escolar: ¿de qué manera la educación socioemocional puede ser un enfoque efectivo para prevenir y reducir el acoso escolar en las escuelas mexicanas de educación básica, considerando el contexto social y educativo actual del país?

A través del método de análisis de contenido, esta investigación explora el papel de la educación socioemocional como enfoque para prevenir y reducir el acoso escolar en las escuelas mexicanas, buscando contribuir al debate sobre la importancia de fortalecer la educación emocional en los planes de estudio y las políticas educativas, con el fin de construir entornos escolares más inclusivos y libres de violencia.

El acoso escolar es un fenómeno de violencia interpersonal que ocurre en el ámbito educativo, caracterizado por comportamientos agresivos repetidos y deliberados, en los que existe un desequilibrio de poder entre el agresor y la víctima (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO], 2021). Estos comportamientos pueden ser físicos, verbales, psicológicos o sociales, y tienen como objetivo intimidar, excluir o causar daño a la víctima. El acoso escolar tiene consecuencias profundas y duraderas en la vida de los estudiantes, tanto a nivel individual como social. Entre sus principales consecuencias están:

- El detrimento de la salud mental, ya que las víctimas suelen experimentar ansiedad, depresión, baja autoestima, y en casos extremos, ideación suicida (Zych et al., 2021).
- Bajo rendimiento académico ocasionado por las dificultades para concentrarse, absentismo escolar y desmotivación de las víctimas (Gaffney et al., 2021).
- Clima escolar negativo al generar un ambiente de miedo, desconfianza y exclusión, que perjudica las relaciones entre estudiantes, docentes y familias (UNESCO, 2021).
- Consecuencias sociales dado que puede perpetuar ciclos de violencia. Es probable que las víctimas desarrollen comportamientos agresivos en el futuro, mientras que los agresores pueden normalizar la violencia como forma de resolver conflictos (Menesini & Salmivalli, 2021).

El *bullying* se manifiesta de diversas formas, las cuales pueden ocurrir de manera simultánea o independiente. Para este estudio se identifican los siguientes tipos de acoso entre estudiantes:

- *Físico*. Incluye agresiones directas como golpes, empujones, robos o daños a pertenencias. Es un acoso común entre niños y suele ser más visible (Gaffney et al., 2021).

- *Verbal*. Se refiere a insultos, burlas, apodosos ofensivos, comentarios discriminatorios o amenazas. Este tipo de acoso es el más frecuente y pueden tener un impacto psicológico profundo (Zych et al., 2021).
- *Psicológico*. Incluye acciones que buscan minar la autoestima y la seguridad de la víctima, como la manipulación, la exclusión social o la difusión de rumores falsos (Menesini & Salmivalli, 2021).
- *Social o relacional*. Consiste en excluir a la víctima de actividades grupales, ignorarla o difundir rumores para dañar su reputación. Es difícil de detectar y ocurre con mayor frecuencia entre adolescentes (UNESCO, 2021).
- *Ciberacoso (cyberbullying)*. Ocurre a través de medios digitales como redes sociales, mensajes de texto o correos electrónicos. Incluye el envío de mensajes ofensivos, la difusión de imágenes o videos humillantes, y la creación de perfiles falsos para acosar a la víctima (Gaffney et al., 2021). Con el auge de las tecnologías de la información y la comunicación, este tipo de acoso ha aumentado significativamente en los últimos años, especialmente durante la pandemia COVID-19.

Los alcances del acoso escolar, al ser un problema complejo y multifacético, van más allá del ámbito educativo pues impactan en la salud mental, el rendimiento académico y las relaciones sociales de quienes lo padecen. Comprender sus tipos y manifestaciones es fundamental para detectar en los programas de estudio vigentes, las oportunidades de prevención e intervención, particularmente en contextos donde el acoso escolar es un fenómeno prevalente.

La educación socioemocional (ESE) se define como un proceso de aprendizaje que permite a los individuos desarrollar habilidades para reconocer y gestionar sus emociones, establecer relaciones positivas, tomar decisiones responsables y resolver conflictos de manera constructiva (CASEL, 2020). En el contexto del acoso escolar, la ESE adquiere especial relevancia al proporcionar herramientas clave para prevenir y abordar este fenómeno desde un enfoque proactivo y preventivo.

Rafael Bisquerra, uno de los referentes más destacados en el campo de la educación socioemocional define esta disciplina como un proceso educativo que busca el desarrollo de competencias emocionales para

mejorar el bienestar personal y social (Bisquerra, 2003). Su enfoque se centra en cinco dimensiones clave de las competencias emocionales, las cuales tienen un impacto directo en la prevención del acoso escolar:

1. Conciencia emocional definida como la capacidad de identificar y comprender las propias emociones y las de los demás. Esta competencia es fundamental para prevenir el acoso escolar, al permitir a los estudiantes reconocer emociones como la ira, el miedo o la tristeza, que pueden estar en la base de comportamientos agresivos o de victimización (Bisquerra, 2009).
2. Regulación emocional referida a la capacidad de manejar las emociones de manera adecuada, especialmente en situaciones de conflicto o estrés. Bisquerra destaca que esta competencia es esencial para prevenir el acoso escolar, ya que ayuda a los estudiantes a controlar emociones intensas como la frustración o la ira, que pueden llevar a comportamientos agresivos (Bisquerra, 2003).
3. Autonomía emocional, que implica la capacidad de tomar decisiones responsables y actuar de manera independiente, sin dejarse influenciar negativamente por presiones sociales. Bisquerra (2009) señala que esta competencia es crucial para prevenir el acoso escolar debido a que fomenta la asertividad y la capacidad de resistir la presión de grupo, un factor común en situaciones de *bullying*.
4. Competencia social, que incluye habilidades como la empatía, la comunicación efectiva y la resolución de conflictos, las cuales son fundamentales para promover relaciones interpersonales positivas y respetuosas (Bisquerra, 2003). La empatía, en particular, permite a los estudiantes comprender el impacto de sus acciones en los demás, lo que reduce la probabilidad de comportamientos agresivos.
5. Habilidades para la vida y el bienestar como capacidades prácticas para afrontar los desafíos cotidianos de manera efectiva. Estas habilidades, como la resiliencia y la capacidad para afrontar el estrés, son esenciales para prevenir el acoso escolar, ya que ayudan a los estudiantes a manejar situaciones adversas sin recurrir a la violencia y fomentan el bienestar emocional lo que reduce la vulnerabilidad de los estudiantes a ser víctimas de *bullying* (Bisquerra, 2009).

Los aportes de Bisquerra en el campo de la educación socioemocional proporcionan un marco teórico sólido para analizar el contenido de los programas de estudio de educación básica y su alcance en la prevención del acoso escolar. En el contexto mexicano, donde el acoso escolar es un problema grave, la implementación de programas basados en estas competencias podrían tener un impacto significativo en la reducción de la violencia escolar.

¿Por qué es mejor un enfoque preventivo y no uno correctivo? De acuerdo con Romero Pérez (2011), los enfoques preventivos “pretenden anticiparse a la aparición de dificultades emocionales o sociales mediante la promoción de la competencia emocional, mientras que los enfoques correctivos intervienen cuando los problemas ya se han manifestado, con el fin de revertir o mitigar sus efectos” (p.62).

En ese sentido, centrar la mirada desde un enfoque correctivo enfocaría los esfuerzos en resolver problemas ya presentes y de considerable urgencia; sin embargo, mirar a los programas de educación emocional como preventivos de conductas de acoso escolar, posibilita enfatizar en el desarrollo gradual de las competencias emocionales desde temprana edad y con un efecto duradero.

DESARROLLO.

El análisis de contenido es un método de investigación cualitativo que implica el estudio sistemático y objetivo de los mensajes, textos o contenidos visuales para identificar patrones, categorías y significados dentro de ellos. Este método es aplicable tanto a textos escritos como a audios, videos o imágenes, y es especialmente útil en la investigación educativa para examinar materiales curriculares, entrevistas y otros recursos que contienen información relevante (Krippendorf, 2013).

Para esta investigación se analiza el programa de estudio de educación socioemocional en educación básica en México, específicamente para identificar cómo los componentes del programa tales como materiales, las estrategias pedagógicas y los objetivos establecidos, contribuyen a la prevención del acoso escolar.

La educación socioemocional en el marco de la Nueva Escuela Mexicana tiene como objetivo proporcionar herramientas pedagógicas para los docentes con el fin de promover el desarrollo de competencias socioemocionales en los estudiantes.

El enfoque se centra en la importancia de la educación emocional en la formación integral de los niños y adolescentes, buscando su bienestar, la gestión de sus emociones, la convivencia armónica y el desarrollo de habilidades para la resolución de conflictos. Este enfoque se alinea con los principios de la Nueva Escuela Mexicana, que pone el énfasis en la formación de ciudadanos responsables, éticos y críticos, y se considera preventivo, ya que concibe a la educación socioemocional como: Un proceso por medio del cual se propicia que niñas, niños y adolescentes (NNA) desarrollen de manera gradual, las habilidades que les permitan comprender y regular sus emociones; construir su identidad personal; mostrar empatía y cuidado hacia las demás personas; colaborar y establecer relaciones positivas; tomar decisiones responsables y aprender a manejar situaciones cotidianas de manera constructiva y ética, lo cual contribuye al logro del bienestar (Secretaría de Educación Pública [SEP], 2020, p.5).

En la Tabla 1. se presentan los hallazgos derivados del análisis de los componentes del programa de educación socioemocional desde el campo formativo De lo Humano y lo Comunitario en la fase 2 (SEP, 2024a); fase 3 (SEP, 2024b), fase 4 (SEP, 2024c), fase 5 (SEP, 2024d) y fase 6 (SEP, 2024e) de educación básica y que tienen incidencia en la prevención del acoso escolar, tomando como referencia el modelo pentagonal de competencias socioemocionales propuesto por Bisquerra (2003) y que permea todo el programa.

Tabla 1. Componentes del programa de educación socioemocional de educación básica en México.

Conciencia emocional	
Componente del programa	Contenido
Estrategias pedagógicas	<p>Ayudan a los estudiantes a reflexionar sobre sus emociones y a tomar conciencia de ellas.</p> <p>Fase 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reflexionar sobre las emociones personales a través de actividades como el diario emocional. <p>Fase 3:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estrategias de expresión emocional a través del arte (pintura, danza, entre otras). <p>Fase 4:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diálogo y reflexión sobre emociones experimentadas en experiencias previas. <p>Fase 5:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realización de ejercicios de autoobservación emocional a través de la escritura reflexiva. <p>Fase 6:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reflexión sobre experiencias emocionales pasadas a través de relatos orales o escritos.
Objetivos establecidos	<p>Conocer, reflexionar y valorar:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Sus habilidades, debilidades, gustos, intereses y necesidades, así como la relación de éstas con el establecimiento de metas y el proyecto de vida, entendido este como un proceso inacabado, flexible y en constante construcción desde etapas tempranas de la vida. ▪ Su cuerpo (qué siente, en qué situaciones, cómo responde). ▪ Su forma de ser (personalidad), cómo actúa ante las diversas situaciones de su vida. ▪ Su interacción en la familia, en la escuela, la comunidad y el mundo; cómo se relaciona con las demás personas de su entorno, con los conocidos y los desconocidos, con los miembros de su familia, con sus pares, con las figuras de autoridad, con sus amigos.

Materiales	<ul style="list-style-type: none"> - Cuentos, fábulas y relatos (por ejemplo: El monstruo de colores). - Carteles con emociones. - Materiales artísticos (pintura, plastilina, papel). - Diario emocional.
Incidencia en la prevención del acoso escolar	<p>Al desarrollar la conciencia emocional, los estudiantes pueden gestionar mejor sus respuestas emocionales y evitar reacciones impulsivas que contribuyen al <i>bullying</i>.</p>
Regulación emocional	
Componente del programa	Contenido
Estrategias pedagógicas	<p>Fase 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prácticas de relajación y respiración en momentos de tensión o estrés que ayuden a los estudiantes a gestionar sus emociones y a calmarse frente a situaciones de tensión. <p>Fase 3:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Juegos de roles que simulan situaciones de conflicto, con el objetivo de practicar respuestas adecuadas. <p>Fase 4:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entrenamiento en técnicas de control emocional durante situaciones de frustración o ansiedad. <p>Fase 5:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estrategias de autorregulación frente a conflictos con compañeros, como la mediación de pares. <p>Fase 6:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Técnicas de autorregulación durante la toma de decisiones en situaciones sociales difíciles.
Objetivos establecidos	<p>Supone conocer, identificar, diferenciar y regular:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Las emociones, los estados de ánimo y los sentimientos: qué son, para qué sirven y qué relación tienen con su historia de vida y su cultura. ▪ La reflexión acerca de sus acciones con relación a sus metas e intereses, así como la puesta en práctica de diversas estrategias de regulación, para lograr de manera progresiva la autonomía.

Materiales

- Carteles visuales sobre emociones.
- Audio guías para técnicas de respiración y relajación.
- Juegos de roles.
- Diario emocional.
- Carteles y fichas con técnicas de autorregulación.
- Música relajante o sonidos de la naturaleza.
- Guías y videos para técnicas de respiración y mindfulness.
- Cuadernos o bitácoras de seguimiento de autorregulación emocional.
- Guías de mediación para la resolución de conflictos.
- Rincón de la calma (almohadas, juguetes, libros).

**Incidencia en la prevención
del acoso escolar**

La regulación emocional permite a las víctimas de *bullying* afrontar las agresiones de manera más resiliente, reduciendo el impacto negativo en su salud mental.

Autonomía emocional

Componente del programa

Contenido

Estrategias pedagógicas

Fase 2:

- Promoción de la toma de decisiones autónomas en situaciones cotidianas, como la organización de actividades grupales.

Fase 3:

- Fomentar la reflexión sobre las emociones propias a través de preguntas guiadas como: ¿Cómo me siento y por qué?

Fase 4:

- Desarrollo de proyectos personales que involucren la toma de decisiones independientes.

Fase 5:

- Fomento de la resolución autónoma de problemas sociales entre compañeros.

Fase 6:

- Análisis de decisiones emocionales propias y sus consecuencias en el contexto social.
-

Objetivos establecidos	<p>Considera el desarrollo de habilidades para:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tomar decisiones acerca de su alimentación, sexualidad e integridad, que les permitan prevenir situaciones de riesgo, además de llevar una vida activa y saludable <p>Favorece estrategias que permitan a NNA:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Realizar un proceso continuo y permanente de reflexión personal acerca de sus intereses, deseos, habilidades y dificultades y riesgos, que les permitan establecer metas, así como revalorarlas y replantearlas
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> - Carteles de emociones con situaciones cotidianas. - Diario emocional o bitácora de emociones. - Tarjetas de autorregulación emocional. - Planes de acción para el manejo de emociones. - Cuentos sobre el autoconocimiento emocional. - Rueda de emociones. - Guía de toma de decisiones emocionales. - Videos y materiales de apoyo para talleres de autorregulación emocional.
Incidencia en la prevención del acoso escolar	Los estudiantes con autonomía emocional son menos propensos a participar en comportamientos agresivos o a seguir a quienes los perpetran.
Competencia social	
Componente del programa	Contenido
Estrategias pedagógicas	<p>Fase 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dinámicas grupales donde los estudiantes aprenden a compartir responsabilidades y trabajar en equipo estableciendo relaciones saludables y cooperativas. <p>Fase 3:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Debates y discusiones en clase sobre situaciones de la vida cotidiana que promuevan el respeto y la comprensión de diferentes puntos de vista. <p>Fase 4:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trabajo colaborativo en proyectos donde se favorezca la interacción respetuosa y constructiva.

	<p>Fase 5:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fomentar la creación de normas y acuerdos grupales que favorezcan la convivencia pacífica. <p>Fase 6:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Actividades de resolución de conflictos entre pares, mediante estrategias pacíficas.
Objetivos establecidos	<p>Involucra estrategias que permitan a NNA:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Poner en práctica y analizar las diversas formas de interacción con quienes les rodean, dirigido a la mejora en las interacciones sociales, lo cual favorezca su participación en un mundo complejo, incierto y dinámico.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> - De apoyo para el desarrollo de juegos cooperativos y dinámicas de integración grupal. - Cuentos sobre la amistad y la empatía. - Retos o tareas a resolver en equipo. - Carteles de acuerdos de convivencia y respeto. - Juegos de mesa cooperativos. - Videos y materiales de apoyo para talleres de resolución de conflictos y de mediación entre pares.
Incidencia en la prevención del acoso escolar	La resolución pacífica de conflictos contribuye a crear un clima escolar más seguro y colaborativo.
Habilidades para la vida y el bienestar	
Componente del programa	Contenido
Estrategias pedagógicas	<p>Fase 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Actividades de resolución de problemas que promueven el análisis de situaciones cotidianas que les permiten practicar habilidades para la vida como la toma de decisiones, la negociación y la resolución de conflictos. <p>Fase 3:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tareas de colaboración entre grupos para la organización de proyectos, promoviendo habilidades de liderazgo y trabajo en equipo.

	<p>Fase 4:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Promoción de hábitos de vida saludable, como la práctica de deportes y el cuidado del cuerpo. <p>Fase 5:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Talleres de habilidades de comunicación efectiva, promoviendo el respeto y la empatía. <p>Fase 6:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Incorporación de estrategias de autocuidado y bienestar emocional a la rutina diaria.
<p>Objetivos establecidos</p>	<p>Conlleva los conocimientos, aptitudes, actitudes y valores para que NNA puedan:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Comprender su sexualidad, entendiéndola como un proceso continuo que debe de procurarse desde temprana edad y que incluye la toma de decisiones (qué permito y qué no permito, cómo me cuido), conocimiento de sí (qué me gusta y qué no me gusta), proyecto de vida (qué quiero y qué no, establecimiento de metas), relaciones sociales sanas (habilidades sociales que favorezcan el reconocimiento de gustos, intereses y metas de quienes le rodean).
<p>Materiales</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cuentos y libros de autoconocimiento. - Audios y guías para actividades de relajación y respiración. - Materiales de apoyo para juegos de toma de decisiones y consecuencias. - Audios para mindfulness. - Hoja de planificación de metas personales. - Carteles de habilidades para la vida (cómo pedir ayuda, cómo decir no de manera asertiva o cómo manejar el estrés).
<p>Incidencia en la prevención del acoso escolar</p>	<p>Los estudiantes aprenden a manejar situaciones adversas sin recurrir a la violencia.</p>

Como se observa en la Tabla 1, las estrategias, los objetivos y los materiales del programa de educación socioemocional de educación básica en México tienen como objetivo principal el desarrollo integral de los estudiantes, enfocándose en habilidades que promueven el bienestar y la convivencia escolar. Estas

habilidades son fundamentales para la prevención del acoso escolar, ya que fortalecen la capacidad de los alumnos para gestionar sus emociones, establecer relaciones positivas y tomar decisiones responsables. Los componentes analizados del programa de educación socioemocional subrayan la importancia de que los estudiantes reconozcan y comprendan sus emociones, un concepto que coincide con la competencia de conciencia emocional de Bisquerra (2003). Esta competencia implica la capacidad de identificar, comprender y evaluar las propias emociones, así como los efectos que estas tienen sobre los pensamientos y comportamientos. Las estrategias propuestas ayudan a los estudiantes a reflexionar sobre sus emociones y a tomar conciencia de ellas. De acuerdo con Bisquerra (2006), el autoconocimiento emocional es clave para el bienestar personal y social.

En el programa también se enfatiza la importancia del desarrollo de la autorregulación emocional, otra de las competencias emocionales en el marco de Bisquerra (2003). La regulación emocional se refiere a la capacidad de controlar y ajustar las emociones de manera adaptativa frente a diversas situaciones. En las propuestas del programa de educación emocional, se sugieren estrategias para ayudar a los estudiantes a gestionar sus impulsos y reacciones emocionales, promoviendo un ambiente escolar más equilibrado y armonioso. Este concepto de autorregulación también se menciona como fundamental para prevenir problemas como el acoso escolar.

El marco de competencias emocionales de Bisquerra (2003) destaca la empatía como una habilidad esencial para las relaciones interpersonales, pues implica comprender y compartir las emociones de los demás. En el enfoque propuesto por la SEP (2020), la empatía es central en la prevención del acoso escolar y en la promoción de una cultura de paz en las escuelas. Las actividades sugeridas buscan fomentar que los estudiantes se pongan en el lugar del otro, reconociendo las emociones ajenas y reaccionando de manera adecuada para promover la convivencia.

La SEP (2020) aborda las habilidades sociales que están en línea con las competencias emocionales propuestas por Bisquerra (2003), las cuales incluyen la capacidad de establecer relaciones positivas,

gestionar conflictos de manera constructiva y trabajar en equipo; para ello, se proponen diversas actividades para desarrollarlas, como dinámicas de grupo y prácticas de resolución de conflictos. Estas actividades son clave para crear un entorno escolar inclusivo y colaborativo, lo cual es fundamental para la prevención del acoso escolar y para fomentar la convivencia pacífica.

Finalmente, otro aspecto que se conecta con las competencias emocionales de Bisquerra (2003) es la toma de decisiones responsable, que implica evaluar las consecuencias emocionales y sociales de las acciones propias. Se propone que los estudiantes aprendan a tomar decisiones basadas en la reflexión sobre sus emociones y en los valores del respeto y la justicia. Esto está en línea con lo que Bisquerra establece como una habilidad clave para el bienestar emocional y social.

CONCLUSIONES.

En conclusión, el enfoque de educación socioemocional propuesto para la práctica docente en educación básica está alineado con el marco de competencias emocionales de Bisquerra. Ambos enfoques ponen énfasis en el desarrollo integral de los estudiantes a través del fortalecimiento de sus competencias emocionales, tales como el autoconocimiento, la autorregulación, la empatía, las habilidades sociales y la toma de decisiones responsables. En concreto, los elementos esenciales que integran el programa de educación socioemocional de la Nueva Escuela Mexicana contribuyen a la prevención del acoso escolar como se describe a continuación:

- *El conocimiento de sí* promueve la conciencia emocional al enseñar a los estudiantes a identificar y comprender sus propias emociones y las de los demás. Esto es fundamental para prevenir el acoso escolar, ya que como señala Bisquerra (2009), la falta de reconocimiento de las emociones propias y ajenas es un factor que puede llevar a comportamientos agresivos. Las estrategias pedagógicas analizadas, como el uso de dinámicas grupales y reflexiones individuales, fomentan esta competencia, lo que permite a los estudiantes reconocer situaciones de conflicto antes de que escalen.

- La regulación emocional, trabajada a través de técnicas de relajación, mindfulness y expresión asertiva de emociones para el conocimiento de los estados afectivos, proporciona herramientas para manejar el estrés y la frustración, emociones que suelen estar presentes en situaciones de acoso. Según Goleman (1995), la capacidad de regular las emociones es clave para evitar respuestas impulsivas y violentas.
- La autonomía emocional, desarrollada mediante actividades de autoconocimiento y toma de decisiones basadas en valores, empodera a los estudiantes para actuar de manera responsable y ética. Esto es crucial en la prevención del acoso, ya que como indica Bandura (1999), la autonomía emocional está ligada a la capacidad de resistir presiones sociales negativas y actuar en favor del bien común.
- La competencia social, trabajada a través de dinámicas de colaboración, empatía y resolución de conflictos, permite construir relaciones interpersonales saludables. Las estrategias analizadas, como los juegos de roles y los proyectos comunitarios, son ejemplos claros de cómo la ESE puede fomentar las habilidades relacionadas con el cuidado de sí mismo y de las otras personas y habilidades sociales.
- El programa de educación socioemocional también aborda las habilidades para la vida y el bienestar, como el manejo del estrés, la resiliencia y el autocuidado. Estas habilidades son fundamentales para que los estudiantes puedan enfrentar situaciones adversas, como el acoso, sin recurrir a la violencia o la sumisión. Seligman (2011) destaca que el bienestar emocional está directamente relacionado con la capacidad de afrontar desafíos de manera constructiva que les permita la construcción de un proyecto de vida.

En el contexto mexicano, donde factores como la desigualdad social, la violencia estructural y la falta de recursos educativos pueden exacerbar el acoso escolar, la educación socioemocional se presenta como una herramienta transformadora. Al abordar las emociones y las relaciones interpersonales desde un enfoque integral, este programa no solo previene el acoso, sino que también contribuye a romper ciclos de violencia y exclusión.

Esto demuestra la importancia de la educación socioemocional no solo como una herramienta para el desarrollo personal de los estudiantes, sino también como un medio para promover una convivencia armoniosa y prevenir situaciones de violencia, como el acoso escolar.

Se concluye también, que el enfoque de educación socioemocional del programa de estudios de la Nueva Escuela Mexicana tiene un carácter preventivo al centrarse en el desarrollo de las competencias emocionales desde la fase 2 hasta la fase 6 en el campo formativo De lo Humano y lo Comunitario, con estrategias que permiten a los estudiantes comprender y manejar sus emociones, establecer metas positivas, sentir y mostrar empatía por los demás, establecer relaciones saludables y tomar decisiones responsables. Estas competencias son esenciales para crear un ambiente escolar seguro y respetuoso, donde el acoso escolar puede prevenirse eficazmente.

A pesar de su potencial, la implementación efectiva de la educación socioemocional en México enfrenta desafíos, como la falta de capacitación docente, la sobrecarga curricular y la necesidad de adaptar las estrategias a contextos locales. Para superar estos obstáculos, es necesario un compromiso personal, institucional y social que priorice la educación emocional como un pilar fundamental del sistema educativo; por tanto, la educación socioemocional, al desarrollar competencias emocionales y sociales, se presenta como una estrategia efectiva para prevenir y reducir el acoso escolar en México; sin embargo, su éxito dependerá de una implementación contextualizada y sostenida, que considere las particularidades del sistema educativo y las necesidades de los estudiantes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

1. Bandura, A. (1999). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 1-26
2. Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21 (1), 7-43.
3. Bisquerra, R. (2006). Educación emocional y bienestar. Wolters kluwer Educacion.

4. Bisquerra, R. (2009). Psicopedagogía de las emociones. Síntesis.
5. CASEL. (2020). Educación socioemocional: Definición y componentes. Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning. <https://casel.org/>
6. Gaffney, H., Farrington, D. P., & Ttofi, M. M. (2021). Effectiveness of school-based programs to reduce bullying perpetration and victimization: An updated systematic review and meta-analysis. *Campbell Systematic Reviews*, 17 (2), e1143. <https://doi.org/10.1002/cl2.1143>
7. Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.
8. Instituto Nacional de Salud Pública. (2022). Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2022: Resultados sobre salud mental y violencia escolar en México. <https://ensanut.insp.mx/>
9. Krippendorff, K. (2013). *Content análisis: An introduction to its methodology* (3rd ed.). Sage Publications.
10. Menesini, E., & Salmivalli, C. (2021). Bullying in schools: The state of knowledge and effective interventions. *Psychology, Health & Medicine*, 26 (1), 1-14. <https://doi.org/10.1080/13548506.2021.1872501>
11. Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos. OCDE. (2023). Estudio sobre el bienestar y la educación en México. <https://www.oecd.org>
12. Romero Pérez, C. (2011). *Educación de las emociones: Paradigmas científicos y propuestas pedagógicas*. Narcea.
13. Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.
14. SEP. (2020). Educación Socioemocional en el marco de la Nueva Escuela Mexicana. Cuaderno de apoyo curricular para la práctica docente. <https://educacionbasica.sep.gob.mx/wp-content/uploads/2024/08/Educacion-socioemocional-en-el-Marco-de-la-NEM.pdf>

15. SEP. (2024a). Programa de estudio para la educación preescolar: programa sintético de la fase 2. https://educacionbasica.sep.gob.mx/wp-content/uploads/2024/09/2425_s0_Programa_Sintetico_Fase2.pdf
16. SEP. (2024b). Programa de estudio para la educación preescolar: programa sintético de la fase 3. https://educacionbasica.sep.gob.mx/wp-content/uploads/2024/06/Programa_Sintetico_Fase_3.pdf
17. SEP. (2024c). Programa de estudio para la educación preescolar: programa sintético de la fase 4. https://educacionbasica.sep.gob.mx/wp-content/uploads/2024/06/Programa_Sintetico_Fase_4.pdf
18. SEP. (2024d). Programa de estudio para la educación preescolar: programa sintético de la fase 5. https://educacionbasica.sep.gob.mx/wp-content/uploads/2024/06/Programa_Sintetico_Fase_5.pdf
19. SEP. (2024e). Programa sintético de la fase 6. <https://educacionbasica.sep.gob.mx/wp-content/uploads/2022/12/Avance-Programa-Sintetico-Fase-6.pdf>
20. UNESCO. (2021). School violence and bullying: Global status report. <https://unesdoc.unesco.org>
21. Zych, I., Farrington, D. P., & Ttofi, M. M. (2021). Protective factors against bullying and cyberbullying: A systematic review of meta-analyses. *Aggression and Violent Behavior*, 58, 101611. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2021.101611>

DATOS DE LA AUTORA.

1. **Georgina Monroy Segundo.** Doctora en Ciencias de la Educación. Docente investigadora de la Escuela Normal de San Felipe del Progreso, México. Correo electrónico: georginamonroysegundo@gmail.com
ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-5805-9828>

RECIBIDO: 10 de febrero del 2025.

APROBADO: 20 de marzo del 2025.