



*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. 7223898475*

RFC: ATI120618V12

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

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

**Año: XIII    Número: 2    Artículo no.:38    Período: 1 de enero del 2026 al 30 de abril del 2026**

**TÍTULO:** Educación Positiva en México: fundamentos para una escuela humanista que promueve el bienestar.

**AUTORES:**

1. Dr. José Guillermo Marreros Vázquez.
2. Dra. Cynthia Lizeth Ramos Monsivais.
3. Dra. Estefanía Lema Moreira.

**RESUMEN:** El artículo propone la Educación Positiva como fundamento para una escuela humanista que promueva el bienestar en México. Recorre la evolución desde la educación humanista y la educación emocional hasta la Psicología Positiva de Seligman, y la articula con la Nueva Escuela Mexicana (NEM). Identifica la carencia de un plan sistemático de implementación y la necesidad de capacitar docentes en habilidades socioemocionales y salud mental. Recomendamos emplear el modelo PERMA y el Inventario VIA de Fortalezas para diagnosticar y potenciar virtudes del profesorado, favoreciendo autoconocimiento, resiliencia y clima escolar positivo; sin embargo, su impacto dependerá de transformar la propuesta en estudios empíricos, planes de implementación detallados y evaluaciones longitudinales que atiendan la heterogeneidad regional y las condiciones reales del magisterio.

**PALABRAS CLAVES:** psicología positiva, educación humanista, NEM, docentes, bienestar.

**TITLE:** Positive Education in Mexico: Foundations for a humanist school that promotes well-being.

**AUTHORS:**

1. PhD. José Guillermo Marreros Vázquez.
2. PhD. Cynthia Lizeth Ramos Monsivais.

3. PhD. Estefanía Lema Moreira.

**ABSTRACT:** This article proposes Positive Education as the foundation for a humanistic school that promotes well-being in Mexico. It traces the evolution from humanistic and emotional education to Seligman's Positive Psychology and connects it to the New Mexican School (NEM). It identifies the lack of a systematic implementation plan and the need to train teachers in socio-emotional skills and mental health. It recommends using the PERMA model and the VIA Strengths Inventory to diagnose and enhance teachers' strengths, fostering self-awareness, resilience, and a positive school climate; however, its impact will depend on transforming the proposal into empirical studies, detailed implementation plans, and longitudinal evaluations that address regional heterogeneity and the real-world conditions of the teaching profession.

**KEY WORDS:** positive psychology, humanistic education, NEM, teachers, well-being.

## **INTRODUCCIÓN.**

En los últimos años, se han creado propuestas curriculares para actualizar el sistema educativo en distintos países, con el propósito de dotar a las nuevas generaciones de estudiantes con habilidades blandas, las cuales se requieren para formar profesionistas que puedan adaptarse a diferentes entornos y afrontar los desafíos de una realidad que cambia de manera constante.

La mayoría de estas propuestas carecen de un plan de implementación claro y preciso, lo cual deriva en soluciones incompletas para su ejecución por parte de los docentes. Esta situación provoca que la efectividad de las propuestas se vea reducida en el aula; no obstante, es importante reconocer, que se han logrado avances significativos en cuanto a la sensibilización sobre la importancia de actualizar el sistema educativo incorporando como parte de sus ejes centrales el bienestar, la salud mental y el desarrollo social. En México, esto se hace visible mediante las políticas públicas y las actualizaciones en la normativa constitucional que sustenta la propuesta curricular denominada Nueva Escuela Mexicana (NEM), la cual de acuerdo con la Secretaría de Educación Pública (SEP), busca formar al estudiante con consciencia

social para fomentar una cultura de paz y transformar la sociedad, a través de un enfoque humanista que centra a la comunidad como núcleo del modelo educativo (SEP, 2019).

Aunque la NEM se formalizó en el año 2019, se presentó de manera oficial en agosto de 2022 y su aplicación inició a partir del ciclo escolar 2022-2023; a nivel nacional no queda del todo claro la manera de cómo llevar a cabo las acciones puntuales de bienestar y salud mental que los docentes deben realizar para cumplir los objetivos planteados. Aunado a lo anterior, la transición del modelo educativo anterior hacia la NEM se realizó “sin mediar una evaluación rigurosa de sus alcances y limitaciones del primero” (Mexicanos Primero, 2024, p.3).

Por tal motivo, este trabajo se busca enfatizar en la necesidad de brindar a los docentes recursos socioemocionales y cognitivos que les permita fortalecer su práctica pedagógica, promover y crear entornos de aprendizaje inclusivos positivos, así como también mejorar su bienestar y salud mental.

En este trabajo, se hace un recorrido de los antecedentes y evolución de la educación humanista hasta llegar a los fundamentos de la educación positiva; para posteriormente, trazar una ruta en la cual se hace visible la compatibilidad entre la enseñanza basada en el bienestar con la filosofía de la NEM, que permita seguir habilitando a los docentes en el manejo de nuevas herramientas socioemocionales.

El motivo principal de comenzar con los docentes es porque son las figuras educativas que tienen relación directa de manera diaria con el alumnado, y en quienes recae la gran responsabilidad de transmitir con su trabajo, esfuerzo y ejemplo, la visión y el objetivo fundamental de la educación; que de acuerdo con Gardner (2012) consiste en exponer lo verdadero, lo bello y lo bueno mediante la formación de personas, la transmisión de valores, el modelado de roles, así como el dominio de notaciones y disciplinas.

Esta visión coincide con González (2021) al afirmar, que difícilmente se podrán alcanzar los objetivos planteados en el ámbito educativo si al docente no se le proveen los recursos y un plan definido para llevarlos a cabo. Por lo que es menester que las autoridades educativas continúen brindando capacitaciones para que “los principios, postulados, alcances y metodologías puedan permear el quehacer docente”

(González, 2021, p.22).

## **DESARROLLO.**

### **Antecedentes y Evolución: de la Educación Humanista a la Educación Positiva.**

La educación humanista aparece a mediados del siglo XX, entre los años 50 y 70. Tiene sus raíces en la psicología humanista también conocida como la tercera fuerza psicológica, cuyos precursores fueron Abraham Maslow y Carl Rogers. La psicología humanista considera al ser humano como un ser global “en el que convergen sentimientos, pensamientos, conductas y acciones” (Sardà, 2025, p.53). Esta perspectiva marcó una diferencia respecto a la primera y segunda fuerza psicológica y una evolución en torno a la percepción del ser humano y del origen de su comportamiento.

La primera fuerza psicológica constituida principalmente por Sigmund Freud y sus seguidores, se centró en el psicoanálisis. En el cual se trabajan principalmente los aspectos negativos y patológicos de la persona, particularmente los instintos. Mientras que la segunda fuerza psicológica fue constituida por los conductistas quienes aseguraban que el comportamiento se podía observar y medir mediante mecanismos de acción-reacción y refuerzo (Sardà, 2025).

La educación humanista implica recuperar la idea de que educar es un acto ético, político y profundamente humano. Significa ver al estudiante como un sujeto de derechos, emociones y potencialidades y no solo como un objeto de evaluación. Rogers (1969) lo expresó claramente al afirmar que “la función principal de la educación es ayudar al ser humano a desarrollar su potencial al máximo” (p.157).

Pensar la escuela como un ecosistema de bienestar obliga a cuestionar las prácticas tradicionales centradas en la competencia, el castigo o la productividad. En palabras de Freire (1997), “enseñar exige la convicción de que el cambio es posible” (p.34.). En ese sentido, Darling-Hammond (2006) asegura que los estudiantes aprenden mejor cuando se sienten emocionalmente seguros, conectados, apoyados y comprometidos con su entorno, y Waters (2017) añade que enfocarse en lo negativo a los estudiantes solo les ayuda a sobrevivir, pero enfocarse en lo positivo les permite prosperar.

Para la educación humanista, el ser humano es el centro del aprendizaje. Es a partir de esta educación que se busca formar de manera integral al alumnado, considerando el desarrollo intelectual, ético, emocional y social; de tal manera, que una vez que se conviertan en profesionistas, además del conocimiento técnico posean un pensamiento exploratorio, creativo, crítico y respeten la dignidad humana.

Posterior a la visión de la educación humanista, en la década de los 90 surge en Estados Unidos la educación emocional, la cual se fundamenta en el desarrollo de las competencias de inteligencia emocional con el objetivo de brindar a los estudiantes una educación para la vida; es decir, una formación que les permita afrontar los retos diarios y a regular sus emociones. La educación emocional antecede a la educación positiva (Ramos, 2022).

### **Psicología positiva y bienestar aplicado en la educación: Educación Positiva.**

El término Educación Positiva fue consolidado por Martin Seligman y otros investigadores, que a inicios de la década de los 2000, comenzaron a demostrar que los alumnos que desarrollan habilidades como la gratitud, la resiliencia y el optimismo, tienen un mejor rendimiento académico, mejores relaciones interpersonales y mayor bienestar general; por lo tanto, la Educación Positiva emerge como una propuesta que responde a la necesidad de integrar el aprendizaje y las habilidades académicas con el bienestar emocional, social y mental de los alumnos.

La Educación Positiva complementa la formación académica de los estudiantes al brindar herramientas que contribuyen a su desarrollo personal integral como al incremento del bienestar, desde un enfoque científico. Es además la actualización más reciente a los planes educativos de las escuelas, que por más de un siglo, han “trazado el camino para convertir a los niños únicamente en adultos para el trabajo” (Seligman, 2011, p.78).

En resumen, tanto la educación humanista, la educación emocional y la educación positiva comparten la visión general centrada en el bienestar integral. La educación humanista propone una mirada holística del aprendizaje, donde las emociones, la experiencia y la autonomía del estudiante tienen un papel

fundamental. En la inteligencia emocional se busca que la persona desarrolle competencias y estrategias de afrontamiento que le permitan gestionar sus emociones para afrontar los retos diarios, una educación para la vida. Mientras que la educación positiva incorpora el estudio científico del bienestar y las fortalezas de carácter.

### **La Nueva Escuela Mexicana (NEM) y el bienestar escolar.**

La NEM es el modelo educativo vigente en México desde el 2019, el cual propone transformar la educación mexicana hacia un modelo integral, humanista y comunitario; en donde el bienestar socioemocional de estudiantes y docentes es un eje transversal del proceso educativo.

Para lograr lo anterior, la NEM tiene tres principios fundamentales: Inclusión, Bienestar y Comunidad. De acuerdo con la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OECD), esta visión amplia del aprendizaje aspira a que la educación no solo proporcione conocimientos académicos, sino también desarrolle al ser humano como un ser social y emocional, promoviendo el florecimiento integral de alumnos y comunidades (OECD, 2019).

En este contexto, el docente asume un papel clave, ya que es mediador de procesos emocionales, éticos y cognitivos en el aula. El profesor deja de ser únicamente un transmisor de conocimientos para convertirse en guía, facilitador educativo, acompañante emocional y constructor de comunidades de aprendizaje positivas, inclusivas y solidarias.

En relación con la inclusión, la NEM exige que el cuerpo docente reconozca la riqueza que se encuentra en la diversidad cultural y emocional del alumnado; y para ello, se requiere del desarrollo de fortalezas de carácter como *la empatía, la justicia, amabilidad y la inteligencia social*, que les permitan responder con sensibilidad a las necesidades individuales y colectivas. Estas competencias posibilitan la creación de espacios en los que todas las voces son escuchadas y las diferencias valoradas.

El componente de bienestar, que en el modelo curricular de la NEM se vincula con el campo formativo de vida saludable, enfatiza la importancia de la educación emocional y la salud mental en la vida escolar.

El bienestar docente es un tema de gran interés, ya que las emociones de los docentes influyen directamente en la motivación, la convivencia, la dinámica de aprendizaje y en las propias emociones de los estudiantes. En esa línea, Mora (2013) sostiene que la emoción es esencial para el aprendizaje, porque sin ella no hay curiosidad ni memoria significativa.

Desde la educación positiva, fortalezas como *la autorregulación, la esperanza, la gratitud y la vitalidad* son recursos internos que promueven y fortalecen la resiliencia y la satisfacción laboral del profesorado (Peterson & Seligman, 2004; Niemiec, 2019). Fomentar estas virtudes personales es, por tanto, una estrategia importante para promover un bienestar sostenido en la comunidad docente.

De destaca también, el principio de comunidad, situado en el centro del proyecto pedagógico de la NEM, que apunta a una escuela que va más allá de sus muros físicos: debe ser un espacio participativo, colaborativo y conectado con su entorno social. Las fortalezas como el *liderazgo, el trabajo en equipo y la perspectiva* permiten a los docentes construir redes de aprendizaje basadas en la cooperación y la corresponsabilidad. Este tipo de práctica refuerza el sentido de pertenencia y propósito compartido entre docentes, estudiantes y familias.

A pesar de la relevancia de estos ejes, no existe hasta ahora en México un diagnóstico nacional que mida de manera sistemática las fortalezas de carácter del profesorado vinculadas con los principios fundamentales del bienestar de la NEM. La investigación actual en educación socioemocional se ha concentrado principalmente en estudiantes o en intervenciones curriculares, sin explorar con profundidad las virtudes del magisterio. Este vacío de información limita el diseño de políticas y programas formativos que respondan al bienestar personal del profesorado con eficacia.

Realizar un estudio nacional que evalúe las fortalezas de carácter en el cuerpo docente abre la posibilidad de identificar patrones territoriales, virtudes dominantes y áreas de mejora emocional; además, permitiría explorar la relación entre estas fortalezas y variables como la satisfacción profesional, la convivencia escolar y el bienestar institucional. Generar esta evidencia es fundamental para materializar los objetivos

de la NEM: fortalecer a un profesorado emocionalmente competente, capaz de impulsar aulas armoniosas, comunidades resilientes y una educación ética y humana.

### **¿Para qué identificar las fortalezas de carácter?**

De acuerdo con Roca (2014), la mayoría de las cosas que producen bienestar o lo disminuyen se relacionan con las interacciones sociales y con las relaciones que se mantienen con otras personas; de tal manera, que al desarrollar o mejorar en habilidades sociales, implícitamente también se está trabajando en incrementar el bienestar general y en mejorar la calidad de vida. Una de las maneras de comenzar el desarrollo de estas habilidades es incrementando el nivel de autoconocimiento, mediante la identificación de las fortalezas de carácter que se poseen.

Estudios demuestran que las personas que tienen una consciencia sobre sus fortalezas tienen nueve veces mayor probabilidad de florecer sobre quienes las desconocen (Seligman, 2011). Otras investigaciones demuestran que quienes utilizan sus fortalezas tienen 18 veces más probabilidad de prosperar que quienes no las utilizan; aunado a lo anterior, las fortalezas también se vinculan con el nivel de compromiso, satisfacción laboral y con la vocación (Niemiec, 2019).

El autoconocimiento es el punto de partida del pensamiento sistémico, y esto quiere decir, que para poder escalar a niveles de consciencia más elevados y que la persona desarrolle un enfoque hacia los demás, basado en la empatía y desarrollar, de manera posterior; por tanto, el enfoque sistémico que se necesita para la resolución de problemas sociales y el cual representa un nivel de consciencia incluso superior, se tiene que comenzar con el enfoque en uno mismo; es decir, incrementando el nivel de autoconocimiento (Goleman y Senge, 2016).

Aunado a lo anterior, el autoconocimiento es la primera dimensión de la inteligencia emocional en la teoría de Daniel Goleman y corresponde a la inteligencia intrapersonal en la teoría de las inteligencias múltiples de Howard Gardner. Ambas teorías coinciden en que el autoconocimiento implica aptitudes emocionales como la conciencia emocional, la autoevaluación precisa, y la confianza en uno mismo



(Gardner, 2001; Goleman, 2012).

El autoconocimiento ayuda a incrementar la autoestima y a construir un autoconcepto positivo. La autoestima a su vez se relaciona con la empatía y con las habilidades sociales, pues Centeno (2018) afirma que entre mayor es la autoestima de una persona, mejor trata a los demás. Otros estudios afirman que las personas que se conocen a sí mismas son más honestas, toman decisiones acordes a sus principios y reconocen como sus emociones impactan en el ámbito personal y laboral (Ramos et al., 2022).

La importancia del desarrollo de habilidades socioemocionales en los estudiantes es una necesidad que el sector empresarial ha enfatizado y solicitado al sector educativo. En respuesta a esta petición, se han modificado planes de estudio para que los egresados puedan cubrir las necesidades en entornos cambiantes. Pues los profesionistas de hoy en día, además del conocimiento técnico, necesitan poder comunicarse con asertividad, promover la colaboración y el trabajo en equipo, ser resilientes y flexibles para poder adaptarse y afrontar los retos diarios (Ramos y Roque, 2021).

Que el alumnado adquiera estas habilidades en los centros escolares implica que el docente las posea también. En esa línea, Ariza (2017) afirma que es importante capacitar a los docentes con estrategias y herramientas de inteligencia emocional que les ayude, en primera instancia, mejorar sus salud mental y satisfacción personal, para poder trasladarlas al aula y aplicar estrategias que contribuyan a la creación de vínculos basados en el respeto y colaboración con y entre los estudiantes.

### **Impacto de la inteligencia emocional en la docencia.**

El vínculo entre los docentes y los estudiantes influye en el logro del aprendizaje significativo. En la investigación de Garay et al. (2017) se encontró, que algunos de los elementos que impactan en el aprendizaje de los estudiantes son la colaboración y la calidad del vínculo que existe entre estos y sus profesores. Un factor que ayuda a que los vínculos entre los docentes y sus estudiantes sea positivo, es el grado de inteligencia emocional del docente.

En la investigación de Puertas et al. (2018) se encontró, que los docentes que tienen un grado alto de

inteligencia emocional sienten una mayor satisfacción laboral, son más empáticos y poseen relaciones positivas con sus estudiantes. Mientras que en el estudio de Alivernini y Lucidi (2011) se encontró, que la empatía y el apoyo de los docentes hacia los estudiantes se relaciona con la motivación del alumnado. La motivación es un factor importante que impacta directamente en el aprendizaje y en el desempeño académico. De acuerdo con los mismos autores, la desmotivación es el mayor predictor de la intención en abandonar los estudios. En esa línea, en el estudio de Ramos y Roque (2021) se encontró, que los universitarios con más docentes que los tendían a desmotivar obtuvieron el peor desempeño académico; por lo que es importante destacar que las emociones que expresan los profesores en el aula influyen en el aprendizaje de los estudiantes (Ariza, 2017).

La inteligencia emocional funciona también como estrategia de afrontamiento y factor protector ante el síndrome burnout (Torres, 2020). Mejorar la salud mental de los profesores es muy importante considerando que la docencia se ha convertido en los últimos años, en una de las profesiones más afectadas por la ansiedad y por el estrés, debido a la intensa carga de trabajo y a los constantes cambios que demanda la profesión (Puertas et al., 2018). Con base en lo anterior, se puede justificar la importancia y la necesidad de brindar al magisterio herramientas para desarrollar habilidades socioemocionales que les permitan mejorar su bienestar y salud mental.

### **¿Cómo implementar los principios fundamentales de la NEM mediante la promoción del bienestar en los docentes?**

Existen varios modelos del bienestar que comparten el objetivo común de alcanzar la plenitud y tener una vida satisfactoria. Dos de los más conocidos son el PERMA de Martin Seligman y el Modelo de Bienestar Psicológico de Ryff (Ramos y Llamas, 2025). El modelo PERMA sustenta que el bienestar se integra cinco dimensiones: emociones positivas, compromiso, relaciones positivas, sentido, y logro (Seligman, 2019); mientras que el de Carol Ryff se compone de seis: relaciones positivas, propósito de vida, crecimiento personal, autonomía, autoaceptación y dominio del entorno (Ryff, 2013).

El presente trabajo propone como base el modelo PERMA de Martin Seligman y el Inventario de Fortalezas del Carácter desarrollado por Peterson y Seligman (2004) por varios motivos. En primer lugar, por su amplia aceptación empírica en el contexto educativo, en la salud y en las organizaciones. Otro motivo es que es un modelo integral al incluir dimensiones afectivas, relacionales y motivacionales, en donde cada uno de sus elementos contribuyen de manera independiente al bienestar y se pueden medir de manera individual.

El modelo PERMA ha sido utilizado en diversas investigaciones que comprueban su validez. Se ha encontrado que las dimensiones que lo componen se vinculan con indicadores de salud mental y satisfacción con la vida. Este modelo brinda a las instituciones educativas la posibilidad de comprender y promover el bienestar de forma sistemática (Kern et al., 2014). El modelo PERMA también ha motivado a otros investigadores a crear instrumentos que midan cada una de las dimensiones que lo componen. Un ejemplo es la herramienta diseñada por Butler y Kern (2016), que nombraron PERMA-Profiler para medir y monitorear el bienestar en múltiples dominios psicosociales; no obstante, y debido a su universalidad, para dar seguimiento a este trabajo se sugiere utilizar la Encuesta VIA, también conocida como Inventario VIA de Fortalezas (VIA-IS) por sus siglas en inglés. Este instrumento ofrece una vía sistemática para explorar las virtudes personales que inciden en el desempeño docente, el clima escolar y la felicidad en el aula.

El VIA-IS es un instrumento que se ha traducido a 37 idiomas y que ha sido respaldado por más de 300 publicaciones (Niemiec, 2019). En su primera versión constaba de 240 preguntas, 10 preguntas para cada fortaleza; no obstante, en la actualidad se cuenta con un instrumento de 120 reactivos que es gratuito en la página del Instituto VIA sobre el carácter, así como en la página de Auténtica Felicidad del Centro de Psicología Positiva de la Universidad de Pensilvania. A su vez, se han creado otras versiones adicionales dirigidas a niños y a jóvenes. Dichas versiones también se encuentran online de manera gratuita.

Conocer estas fortalezas permite generar estrategias de desarrollo profesional que fortalezcan tanto la

formación ética y emocional del profesorado, como su capacidad para formar a niñas, niños y adolescentes emocionalmente equilibrados, resilientes y comprometidos con su comunidad. Tener consciencia sobre las fortalezas de carácter del alumnado, le permite al profesor identificar las acciones para impulsar el bienestar, activar logros y ayudar a los estudiantes a construir un autoconcepto positivo y en convertirse en su mejor versión (Niemiec, 2019); por último, se describen algunos proyectos de formación para escuelas derivados del estudio de las fortalezas de carácter en diferentes regiones.

En el año 2010, un grupo de docentes en Zaragoza, España, diseñaron un programa al cual nombraron Aulas Felices que se compone de más de 300 actividades que permiten desarrollar en los alumnos de educación básica las fortalezas de carácter (Arguis et al., 2010). Aulas Felices tiene como fundamento la práctica de la meditación mindfulness y el modelo de bienestar PERMA creado por Martin Seligman. El programa Aulas Felices se encuentra disponible de manera gratuita en internet.

Otro programa diseñado para promover la gestión emocional, la empatía, las habilidades sociales y un ambiente escolar positivo en niños entre 8 y 12 años es el Programa de Educación Emocional Gamificado Happy 8-12. Este videojuego fue creado en el año 2016 por el Grupo de Investigación en Orientación Psicopedagógica (GROP) de la Universidad de Barcelona y la Universidad de Lleida en España y se enfoca en la resolución de problemas de manera asertiva utilizando el juego como herramienta didáctica (Filella et al., 2017).

El programa de educación positiva Creciendo Fuertes fue creado en el año 2020 en Uruguay por la organización Jóvenes Fuertes y tiene como propósito promover la salud mental mediante el aprendizaje de las virtudes y las fortalezas de carácter (Jóvenes Fuertes, 2021).

Es importante mencionar, que en México, aunque se han realizado algunas investigaciones exploratorias de pequeña escala, no se cuenta con publicaciones o evidencia de un programa estandarizado que se encuentre validado científicamente para desarrollar las fortalezas de carácter.

Por todo lo anterior y con el propósito de brindar a los docentes acompañamiento en el cumplimiento de

los objetivos de la NEM, se sugiere partir de la elaboración de un diagnóstico nacional de las fortalezas de carácter en los docentes de educación básica utilizando el VIA-IS. Este diagnóstico les brindará, en un primer momento, incrementar el autoconocimiento. Con esta información, podrán identificar y valorar la importancia de contar con estos rasgos personales en su práctica educativa. De manera posterior, podrán descubrir las potencialidades de sacar provecho de las fortalezas propias para promover entornos de aprendizaje inclusivos y colaborativos con sus estudiantes.

Partiendo de este diagnóstico, se pueden trazar acciones, que permitan a los docentes, diseñar actividades para incrementar el autoconocimiento en el alumnado y aprovechar la diversidad cultural que se encuentra en las aulas. En un segundo momento, se podría utilizar la versión de la encuesta VIA dirigida a los niños y jóvenes para identificar las fortalezas de carácter que poseen y contribuir en el desarrollo de su autoconcepto de manera positiva.

## **CONCLUSIONES.**

En un mundo marcado por la incertidumbre, la sobrecarga informativa, las crisis emocionales y los desafíos sociales, resulta urgente recordar y reflexionar el propósito de la educación. Las escuelas ya no pueden ser únicamente espacios de instrucción académica; hoy más que nunca deben ser comunidades de cuidado, vínculo y desarrollo humano.

En México, a través de la SEP se ha implementado un modelo educativo que precisamente busca brindar una educación integral, inclusiva y que promueve el bienestar; no obstante, aunque el propósito y la intención es orientada de manera adecuada, a nivel nacional no se cuenta con un plan de implementación sistémico y estandarizado, lo cual provoca grandes dificultades para cumplir los objetivos planteados.

Aunado a lo anterior, en la actualidad la salud mental de los docentes y debido a diversos motivos como la carga laboral, la necesidad de adquirir nuevas competencias técnicas y mantenerse actualizados en contenidos y en tecnología, se ha visto afectada. La falta de claridad y de recursos para lograr los objetivos trazados provoca ansiedad y estrés; por lo que resulta fundamental proporcionar un seguimiento al

magisterio y capacitación para asegurar el cumplimiento de la NEM sin dejar de lado su bienestar.

Considerando lo anterior, y con el propósito de formar estudiantes integrales, se necesita dotar de habilidades a los docentes que día con día llevan a cabo esa importante tarea. Los estudiantes siguen roles, y en la formación escolar, el maestro es el principal modelo a seguir; por lo tanto, se debe fortalecer a los docentes para que se conozcan a sí mismos, seguros, con confianza, con empatía, que sepan comunicarse y expresarse con asertividad. Porque no se puede enseñar algo que no se conoce, no se puede transmitir algo que no se siente, que no se vive.

Construir una comunidad de aprendizaje inclusiva y positiva en el aula, implica que la escuela en su totalidad promueva y transmita con el ejemplo de sus profesores una atmosfera donde se pueda percibir el respeto, la igualdad, la disciplina, la colaboración y se reconozca el talento, la creatividad, la diversidad y la paz.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.**

1. Alivernini, F. & Lucidi, F. (2011). Relationship between social context, self-efficacy, motivation, academic achievement, and intention to drop out of high school: A longitudinal study. *The Journal of Educational Research*, 104(4), 241-252. <https://doi.org/10.1080/00220671003728062>
2. Arguis, R., Bolsas, A., Hernández, S. & Salvador, M<sup>a</sup>. (2010). Programa «Aulas felices». Psicología positiva aplicada a la educación. Equipo SATI
3. Ariza, M. (2017). Influencia de la inteligencia emocional y los afectos en la relación maestro-alumno, en el rendimiento académico de estudiantes de educación superior. *Educación y Educadores*, 20(2), 193-210. <https://doi.org/10.5294/edu.2017.20.2.2>
4. Butler, J., & Kern, M. L. (2016). The PERMA-Profil: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*, 6(3), 1–48. <https://doi.org/10.5502/ijw.v6i3.526>
5. Centeno, M. (2018). *Grafomaniatics*. Penguin Random House.

6. Darling-Hammond, L. (2006). *Powerful Teacher Education*. Jossey-Bass.
7. Filella, G., Pérez-Escoda, N., & Ros-Morente, A. (2017). Evaluación del programa de Educación Emocional “Happy 8-12” para la resolución asertiva de los conflictos entre iguales. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 14(40), 582-601. <https://doi.org/10.25115/ejrep.40.15164>
8. Freire, P. (1997). *Pedagogía del oprimido*. Siglo XXI.
9. Gardner, H. (2001). *Estructuras de la mente: La teoría de las inteligencias múltiples*. Fondo de Cultura Económica
10. Garay, U., Tejada, E. & Romero, A. (2017). Rendimiento y satisfacción de estudiantes universitarios en una comunidad en línea de prácticas. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 22(75), 1239-1256
11. Gardner, H. (2012). *La educación de la mente y el conocimiento de las disciplinas*. Paidós.
12. Goleman, D. (2012). *Inteligencia Emocional en la empresa*. Ediciones B.
13. Goleman, D., y Senge, P. (2016). *Triple focus*. Ediciones B.
14. González, B. (2021). Reforma educativa 2019: Retos y perspectivas. *Dilemas contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 8(1). <https://doi.org/10.46377/dilemas.v8i.2555>.
15. Jóvenes Fuertes (2021). Programa Creciendo Fuertes. <https://www.jovenesfuertes.org/portfolio/programa-creciendo-fuertes/>
16. Kern, M. L., Waters, L. E., Adler, A., & White, M. A. (2014). A multidimensional approach to measuring well-being in students: Application of the PERMA framework. *The Journal of Positive Psychology*, 10(3), 262–271. <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.936962>
17. Mexicanos Primero (2024) Modelo educativo y aprendizaje en México. <https://www.mexicanosprimero.org/nota-tecnica.php?id=3>
18. Mora, F. (2013). *Neuroeducación: solo se puede aprender aquello que se ama*. Alianza Editorial.
19. Niemiec, R. (2019). *Fortalezas de carácter. Guía de intervención*. Editorial Manual Moderno, S.A. de

C.V.

20. OECD. (2019). TALIS 2018 Results (Volume I): Teachers and School Leaders as Lifelong Learners. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/1d0bc92a-en>
21. Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification. Oxford University Press.
22. Puertas, P., Ubago, J., Moreno, R., Padial, R., Martínez, A. & González, G. (2018). La inteligencia emocional en la formación y desempeño docente: una revisión sistemática. Revista Española de Orientación y Psicopedagogía, 29(2), 128-142.  
<https://doi.org/10.5944/reop.vol.29.num.2.2018.23157>
23. Ramos, C. (2022). Inteligencia de la pasión: Una perspectiva del comportamiento humano a través de la neurociencia. Fontamara. <https://doi.org/10.29059/LUAT.307>
24. Ramos, C. & Llamas, Y. (2025). Promoción del bienestar mediante el rescate de espacios públicos: introducción al Aprendizaje-Servicio en México. Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores, 12(3). <https://doi.org/10.46377/dilemas.v12i3.4664>
25. Ramos, C. & Roque, R. (2021). La influencia docente y el rendimiento académico en estudiantes de una Universidad Pública Mexicana. Dilemas contemporáneos: educación, política y valores, 8(spe4). <https://doi.org/10.46377/dilemas.v8i.2755>
26. Ramos, C., Roque, R. & Ramos, J. (2022). Asociaciones entre los rasgos de personalidad de los estudiantes y el programa educativo en bachillerato. SUMMA. Revista disciplinaria en ciencias económicas y sociales. 4(1), 1-13. <https://doi.org/10.47666/summa.4.1.07>
27. Roca, E. (2014). Como mejorar tus habilidades sociales. Acde Ediciones
28. Rogers, C. (1969). Freedom to Learn. Merrill.



29. Ryff, C. D. (2013). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*. 83(1),10- 28.  
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1159/000353263>
30. Sardà, Z. (2025). *Escribir para vivir mejor*. Arpa
31. Seligman, M. (2011). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being*. Free Press.
32. Seligman, M. (2019). *El círculo de la esperanza*. Penguin Random House
33. SEP. (2019). *La Nueva Escuela Mexicana: principios y orientaciones pedagógicas*.  
<https://goo.su/2dU8YLV>
34. Torres, E. (2020). Habilidades intrapersonales y su relación con el burnout en docentes de educación básica en León, México. *Revista de estudios y experiencias en educación*, 19(39), 163-179.
35. Waters, L. (2017). *The Strength Switch: How The New Science of Strength-Based Parenting Can Help Your Child and Your Teen to Flourish*. Avery.

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

1. **José Guillermo Marreros-Vázquez.** Doctorado en Desarrollo de Competencias Educativas, Profesor Investigador de la Universidad Autónoma de Tamaulipas, México. Correo electrónico: [jgmarreros@docentes.uat.edu.mx](mailto:jgmarreros@docentes.uat.edu.mx)
2. **Cynthia Lizeth Ramos-Monsivais.** Doctorado en Ciencias de la Educación, Profesora Investigadora de la Universidad Autónoma de Tamaulipas, México. Correo electrónico: [cynthia.ramos@docentes.uat.edu.mx](mailto:cynthia.ramos@docentes.uat.edu.mx) [clrmsivais@hotmail.com](mailto:clrmsivais@hotmail.com)
3. **Estefanía Lema-Moreira.** Doctorado en Psicología, Profesora Investigadora de la Universidad de la Coruña, Galicia, España. Correo electrónico: [estefania.lema@udc.es](mailto:estefania.lema@udc.es)

**RECIBIDO:** 28 de octubre del 2025.

**APROBADO:** 6 de diciembre del 2025.