

# Inteligencia emocional y conciencia corporal para fomentar la convivencia escolar. Una experiencia investigativa desde Terapia Ocupacional y Fisioterapia

**Andrea Juliana Burbano Urbano**

**Angie Nathaly Cuastumal Mora**

Estudiantes de Terapia Ocupacional  
Universidad Mariana

**Daniel Fernando Morán Lagos**

**Adriana Maribel Rosero Maya**

Estudiantes de Fisioterapia  
Universidad Mariana

**Alexandra Marcela Canchala Obando**

**Eunice Yarce Pinzón**

Profesoras de Terapia Ocupacional  
Universidad Mariana

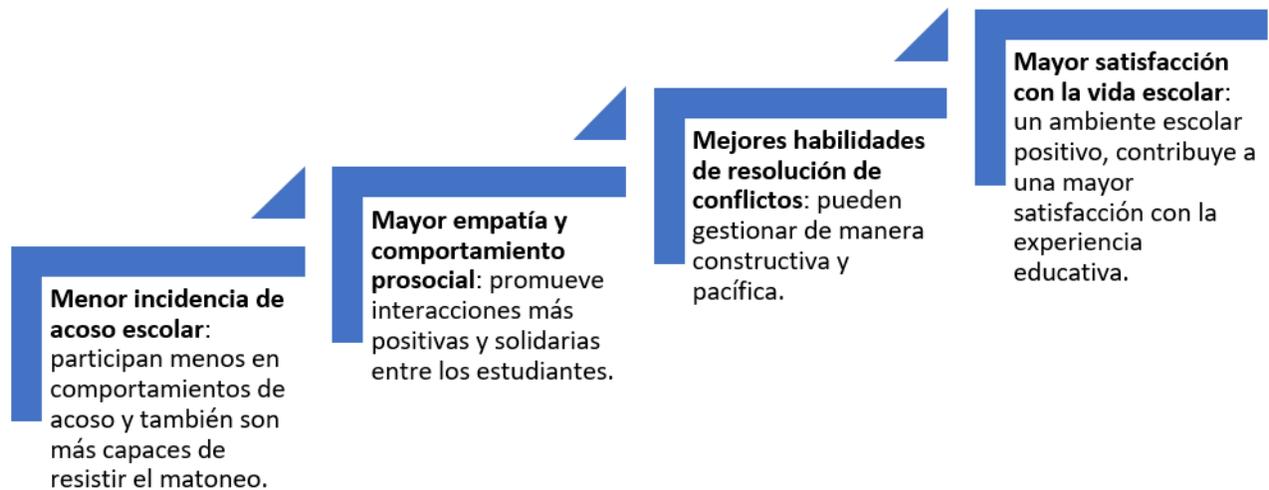
**Mayra Valeria Escobar Insuasti**

Profesora de Fisioterapia  
Universidad Mariana

La inteligencia emocional (IE) se ha convertido en un tema fundamental en el ámbito educativo, destacándose especialmente en el contexto de la convivencia escolar. Desde su aparición en la literatura científica, este concepto ha sido ampliamente estudiado y, numerosas investigaciones han indagado en cómo influye en diferentes aspectos del desarrollo y el rendimiento académico de los estudiantes. En el ámbito educativo, la IE ha demostrado tener una relación positiva con el rendimiento académico. Según un estudio realizado por MacCann et al. (2020), existe una correlación significativa entre la IE y el rendimiento académico en distintos niveles educativos. Este hallazgo sugiere que las habilidades emocionales son esenciales para el éxito escolar, influenciando varios aspectos del proceso de aprendizaje. La relación entre la IE y la convivencia escolar ha sido un tema de creciente interés en la investigación educativa. Un estudio de revisión sistemática elaborado por Zych et al. (2018) encontró que, niveles más altos de IE están fuertemente asociados con una mejor convivencia escolar. Los indicadores de esta mejor convivencia incluyen:

**Figura 1**

Indicadores de convivencia escolar



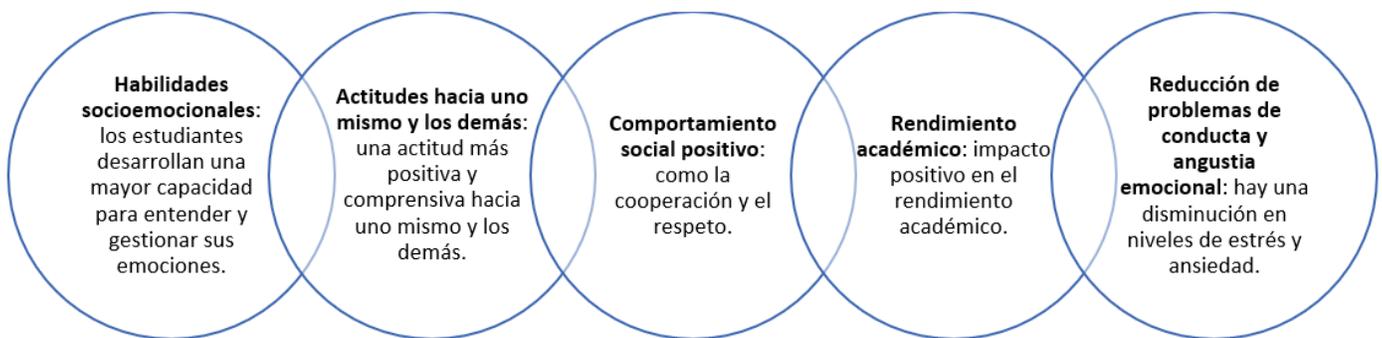
Nota. Zych et al. (2018).

### Implementación de programas de Inteligencia emocional en entornos escolares

La creciente evidencia sobre los beneficios de la IE ha llevado a la implementación de diversos programas en entornos escolares. Uno de los programas más destacados es el RULER, desarrollado por Brackett et al. (2019) en la Universidad de Yale. Este enfoque integral ha demostrado mejorar el clima escolar, el rendimiento académico y el bienestar emocional, tanto de estudiantes como de profesores, encontrando mejoras significativas en áreas como: habilidades socioemocionales, actitudes, comportamiento, rendimiento académico y reducción de problemas, como se puede apreciar en la Figura 2, a continuación:

**Figura 2**

Resultados de la implementación de programas de convivencia emocional en entornos escolares



Nota. Brackett et al. (2019).

Enfocado en las problemáticas sociales, el campo de la terapia ocupacional en el ámbito educativo se ha ampliado, abordando la convivencia escolar y la participación social. La Ley 949 de 2005 establece la necesidad de intervenir en estos aspectos, considerando que la educación es una de las principales áreas de ocupación para la mayoría de los adolescentes. Los problemas de convivencia escolar no solo afectan el desempeño ocupacional de los estudiantes, sino que tienen un impacto social a largo plazo. Si no se implementa estrategias de solución, la violencia y otros comportamientos negativos pueden reproducirse, como señala Oyarzún (2020). La intervención desde la terapia



ocupacional es crucial para responder a la realidad cotidiana que viven los niños, niñas y jóvenes. Oyarzun-Maldonado et al. (2020) enfatizan la necesidad de desarrollar acciones que aborden de manera efectiva los desafíos que enfrentan los estudiantes en su vida diaria. Desde terapia ocupacional se busca promover la IE con el fin de aportar a un ajuste social que, a su vez, favorezca la convivencia escolar; los programas de IE son importantes ya que potencian las habilidades necesarias para relacionarse con otros, lo cual puede favorecer su ámbito personal, ocupacional y académico (Fernández y Extremera, 2005; Puertas-Molero et al., 2020; Costa et al., 2021).

La IE en el entorno escolar tiene por objetivos:

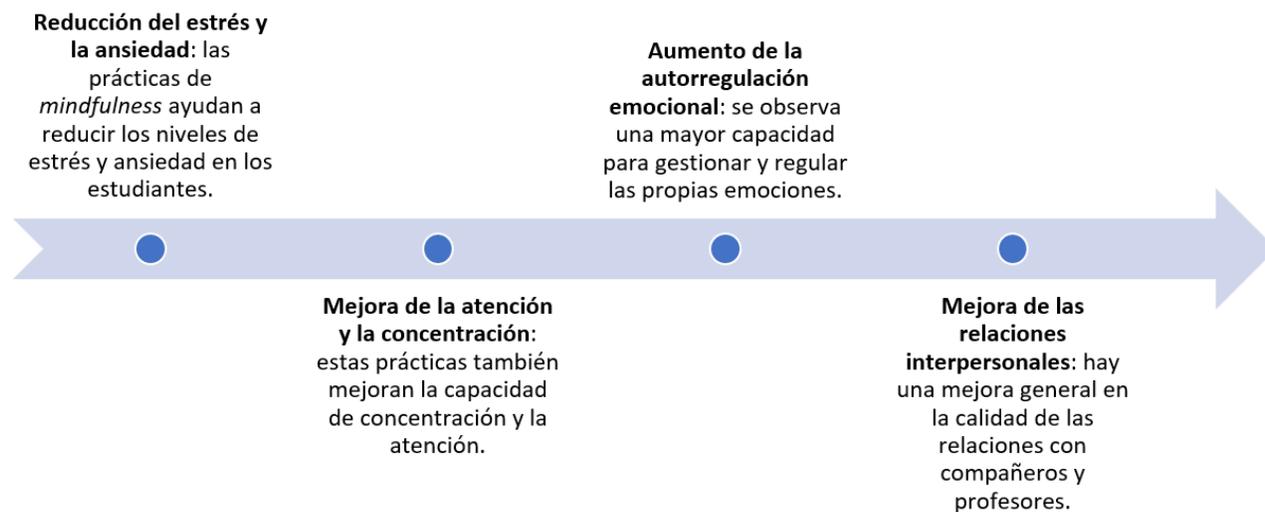
- Promover el crecimiento personal de los escolares para formarlos como personas con valores que desarrollarán una sociedad con una buena convivencia y trabajarán por un ajuste social (Oyarzun, 2020).
- Prevenir problemas que surgen en los colegios para mejorar procesos de aprendizaje y resultados académicos (Carrillo-Ramírez et al., 2020).
- Enseñar a los estudiantes a gestionar sus emociones mediante estrategias, técnicas o espacios donde puedan expresar lo que sienten (Guerra et al., 2022).
- Suscitar y fortalecer una cultura de paz, creando y consolidando espacios de aprendizaje, formación, reflexión y diálogo entre los actores educativos.

### Conciencia corporal y su relación con la inteligencia emocional

La conciencia corporal, entendida como la capacidad de percibir y comprender las sensaciones y los estados del propio cuerpo, es un componente importante en el desarrollo de la IE y la promoción de la convivencia escolar. Price y Hooven (2018) destacan que la conciencia corporal está estrechamente vinculada con la regulación emocional y la empatía. Investigaciones recientes han explorado la integración de prácticas de conciencia corporal, como el *mindfulness* y el yoga en programas de intervención en las instituciones educativas. Klingbeil et al. (2017) encontraron efectos positivos, tales como:

#### Figura 3

Efectos positivos de la conciencia corporal



Nota. Klingbeil et al. (2017).

Por lo anterior, desde los programas de Terapia Ocupacional y Fisioterapia, se está desarrollando la investigación profesoral titulada: *Inteligencia emocional, autopercepción corporal y ocupacional como estrategias mediadoras de convivencia en estudiantes de grado 11 de cuatro Instituciones públicas y privadas de la ciudad de Pasto, Nariño*, con vinculación de estudiantes de Terapia Ocupacional como coinvestigadores en modalidad 3 con el proyecto 'Programa de inteligencia emocional para fomentar la convivencia escolar en una institución educativa de la ciudad de Pasto'

y, estudiantes de Fisioterapia como coinvestigadores en modalidad 3 con el proyecto 'La conciencia corporal como estrategia para fomentar la convivencia escolar en estudiantes de grado once de instituciones educativas de la ciudad de Pasto'.

En este orden de ideas, el presente texto tiene como fin, dar a conocer el abordaje de Terapia Ocupacional en la IE, para favorecer la convivencia escolar en estudiantes de la Institución Educativa San Felipe Neri de la ciudad de Pasto. El abordaje se llevó a cabo durante el mes de noviembre de 2023 y los meses de febrero hasta mayo del año 2024; el objetivo fue evaluar las características emocionales estables y consistentes (percepción emocional, facilitación emocional, comprensión emocional y regulación emocional) de los escolares, mediante la aplicación del Test Teique (Fernández y Extremera, 2005), para seleccionar el grupo de estudiantes para la aplicación del taller de pintura del Modelo Kawa (Iwama y Algado, 2008), cuyo objetivo es, incluir la cultura dentro de la intervención de Terapia Ocupacional, tomando metafóricamente al río como el flujo de la vida que, a su vez, tiene cuatro componentes, denominados: roca, tronco, paredes y lecho del río. Mediante este modelo se puede implementar estrategias que consisten en la expresión por medio de la pintura para el manejo de las emociones y, promover la salud mental.

Se inició con la evaluación de 62 escolares, obteniendo como resultado, que la percepción de IE arrojó resultados positivos, con un puntaje promedio de 4,5. En la dimensión de bienestar se obtuvo la media más alta, indicando que los estudiantes tienen una percepción positiva de su vida emocional. Las dimensiones de emocionalidad y sociabilidad mostraron puntajes intermedios, lo cual puede representar dificultad para expresar emociones y relacionarse con otros. Sin embargo, la dimensión de autocontrol obtuvo la media más baja (4,1), lo que puede estar relacionado con la etapa de la adolescencia que se caracteriza por cambios emocionales y dificultades en el manejo de las emociones. Posteriormente, se realizó el taller de pintura del modelo Kawa; se seleccionó a un grupo de escolares para desarrollar una pintura del flujo de vida y la representación de los elementos dentro del ámbito escolar, dando respuesta a la pregunta problema: ¿Cómo expresa desde la metáfora del río las situaciones adversas y exitosas dentro del colegio? De este modo se pudo obtener información para explicar lo complejas que pueden llegar a ser las situaciones subjetivas de los estudiantes, indagando sobre el significado del dibujo y cada uno de sus elementos.

Con base en los resultados obtenidos, se hizo el diseño de estrategias para mejorar/favorecer la IE, como el *mindfulness* (atención plena), los juegos de roles y el origami, en aras de brindar a los escolares las herramientas para afrontar debilidades o aprovechar las fortalezas que poseen con relación a la IE para la convivencia escolar.

Finalmente, se recalca que el terapeuta ocupacional tiene un rol muy importante en el ámbito escolar, ya que se enfoca en la ocupación y el bienestar de la comunidad educativa, atendiendo la sana convivencia; por ello, es necesaria su intervención sobre la participación del estudiante en el área de convivencia escolar. La Terapia ocupacional permite abordar a toda la población educativa que presente alguna dificultad en su desempeño ocupacional y, en cuanto a las dificultades de interacción social, puede crear espacios que promuevan las habilidades sociales (Amaral et al., 2022).

## Referencias

- Amaral, C. A., Pileggi, T. y Berini, S. (2022). Responsive processes in the design, implementation and evaluation of programs for improving the quality of coexistence in schools. *Revista online de Política e Gestão Educacional, Araraquara*, 26(esp. 3), e022099. <https://doi.org/10.22633/rpge.v26iesp.3.16960>
- Brackett, M. A., Bailey, C. S., Hoffmann, J. D., & Simmons, D. N. (2019). RULER: A theory-driven, systemic approach to social, emotional, and academic learning. *Educational Psychologist*, 54(3), 144-161. <https://doi.org/10.1080/00461520.2019.1614447>
- Carrillo-Ramírez, E., Pérez-Verduzco, G., Laca-Arocena, F. A. y Luna-Bernal, A. (2020). Inteligencia emocional percibida y autoconcepto en adolescentes estudiantes de bachillerato. *Revista de Educación y desarrollo*, 55, 33-40.
- Costa, C., Palma, X. y Salgado, C. (2021). Docentes emocionalmente inteligentes. Importancia de la inteligencia emocional para la aplicación de la educación emocional en la práctica pedagógica de aula. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 47(1), 219-233. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052021000100219>
- Fernández, P. y Extremera, N. (2005). La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de formación del profesorado*, 19(3), 63-93



- Guerra, Y. R., Jiménez, W. I. y Colina, M. (2022). Inteligencia emocional como estrategia pedagógica en la convivencia escolar. *Revista Unimar*, 40(2), 130-172. <https://doi.org/10.31948/Rev.unimar/unimar40-2-art7>
- Iwama, M. K. y Algado, S. S. (2008). El modelo Kawa (Río). *Revista Electrónica de Terapia Ocupacional Galicia, TOG*, 5(2), 7-31.
- Klingbeil, D. A., Renshaw, T. L., Willenbrink, J. B., Copek, R. A., Chan, K. T., Haddock, A., Yassine, J., & Clifton, J. (2017). Mindfulness-based interventions with youth: A comprehensive meta-analysis of group-design studies. *Journal of School Psychology*, 63, 77-103. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2017.03.006>
- Ley 949 de 2005. (2005, 17 de marzo). Congreso de Colombia. Diario Oficial No. 45.853. [http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/ley\\_0949\\_2005.html](http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/ley_0949_2005.html)
- MacCann, C., Jiang, Y., Brown, L. E. R., Double, K. S., Bucich, M., & Minbashian, A. (2020). Emotional intelligence predicts academic performance: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 146(2), 150-186. <https://doi.org/10.1037/bul0000219>
- Oyarzún, P. A. (2020). Implicancias de la terapia ocupacional en convivencia escolar: desafíos disciplinarios hacia el bienestar de las comunidades educativas. *Contexto*, 6, 121-136. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4509462>
- Oyarzún-Maldonado, C., González, M., Soto, R., Merino, V., Morales, M., Toro, M. E. y Urzúa, A. (2020). Liderazgo y colaboración entre escuelas: la experiencia de una red autogestionada de mejoramiento escolar en contextos vulnerables. *Revista de estudios y experiencias en educación*, 19(41), 427-446. <http://dx.doi.org/10.21703/rexe.20201941oyarzun24>
- Price, C. J. & Hooven, C. (2018). Interoceptive awareness skills for emotion regulation: Theory and approach of mindful awareness in body-oriented therapy (MABT). *Frontiers in Psychology*, 9, 798. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00798>
- Puertas-Molero, P., Zurita-Ortega, F., Chacón-Cuberos, R., Castro-Sánchez, M., Ramírez-Granizo, I., y González Valero, G. (2020). La inteligencia emocional en el ámbito educativo: un meta-análisis. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 36(1), 84-91. <https://doi.org/10.6018/analesps.345901>
- Zych, I., Beltrán-Catalán, M., Ortega-Ruiz, R., & Llorent, V. J. (2018). Social and emotional competencies in adolescents involved in different bullying and cyberbullying roles. *Revista de Psicodidáctica (English ed.)*, 23(2), 86-93. <https://doi.org/10.1016/j.psicoe.2017.12.001>