

FORTALECIMIENTO DEL APRENDIZAJE Y PROMOCION DEL DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL A TRAVÉS DE LA HUERTA DE LAS EMOCIONES

Ana Elsa Sepúlveda Caro¹

Código Orcid: 0009-0004-4852-5583

e-mail: natas_01@hotmail.com

Universidad Pedagógica

Experimental Libertador/ Instituto pedagógico rural “Gervasio Rubio”

Edison Escobar Angulo²

Código Orcid: 0009-0009-2983-6358

e-mail: escobaredison694@gmail.com

Universidad Pedagógica Experimental

Libertador/ Instituto pedagógico rural “Gervasio Rubio”

Recibido 05/112/2025

Aprobado: 12/12/2025

RESUMEN

Hablar de inteligencia emocional es hablar de lo profundamente humano: nuestras emociones, nuestras relaciones y la forma en que enfrentamos los retos cotidianos. A lo largo de esta experiencia significativa, se pone de relieve cómo el reconocer y gestionar nuestras emociones no solo transforma nuestra manera de relacionarnos con los demás, sino también con nosotros mismos. Esta vivencia demuestra que, más allá de conceptos teóricos, la inteligencia emocional se vive, se aprende y se cultiva en cada interacción, convirtiéndose en una herramienta poderosa para construir entornos más empáticos, conscientes y saludables. La Huerta de las Emociones, una propuesta pedagógica desarrollada en año 2023 en la Institución Educativa Megacolegio El Progreso de la ciudad de Yopal, la cual tuvo como propósito fortalecer las competencias socioemocionales en estudiantes de grado quinto para mejorar la convivencia escolar. Esta se centró en mejorar los procesos educativos mediante el fortalecimiento de los aprendizajes y la promoción del desarrollo socioemocional y buscó crear un entorno educativo efectivo donde los estudiantes, no solo adquirieron conocimiento académico, sino que también desarrollaron habilidades esenciales para su vida social y personal. Este artículo, pretende compartir la experiencia formativa y significativa de la propuesta, resaltando su aporte en el ámbito académico y comportamental en los estudiantes de básica primaria. El desarrollo metodológico se implementó a través de una secuencia didáctica en tres fases: Exploración y construcción colectiva de un mural simbólico de la huerta; Puesta en marcha de seis

¹ Institución Educativa Megacolegio el Progreso, docente de aula, Colombia, Magister en docencia, Universidad de La Salle.

² Docente de aula, Colombia, Magister en educación, universidad Santo Tomas.

talleres didácticos basados en las competencias emocionales; Sensibilización con padres de familia para fortalecer el acompañamiento desde el hogar. Además, se integra al enfoque de Aprendizaje Basado en proyectos metodología usada por la institución educativa junto con su enfoque sociocultural.

PALABRAS CLAVE: competencias socioemocionales, convivencia escolar, aprendizajes, huerta.

STRENGTHENING LEARNING AND PROMOTING SOCIAL AND EMOTIONAL DEVELOPMENT THROUGH THE GARDEN OF EMOTIONS

ABSTRACT

The Garden of Emotions, a pedagogical proposal developed in 2023 at the Megacolegio El Progreso Educational Institution in the city of Yopal, aimed to strengthen socio-emotional skills in fifth-grade students to improve school coexistence. This initiative focused on enhancing educational processes by reinforcing learning and promoting socio-emotional development. It sought to create an effective educational environment where students not only acquired academic knowledge but also developed essential skills for their social and personal lives. This article aims to share the meaningful and formative experience of the proposal, highlighting its contribution to both academic and behavioral aspects in primary school students. The methodological development was implemented through a didactic sequence in three phases: (1) exploration and collective construction of a symbolic garden mural; (2) implementation of six didactic workshops based on emotional competencies; and (3) awareness sessions with parents to strengthen support from home. Additionally, the project was aligned with the Project-Based Learning (PBL) approach, a methodology used by the educational institution alongside its sociocultural focus.

KEY WORDS: socio-emotional skills, school coexistence, learning. garden.

INTRODUCCIÓN

Se pregunta si las emociones podían cultivarse como se cultiva un jardín, y la respuesta que encontró fue un proyecto innovador. En un momento en que las dificultades emocionales y la desintegración de la convivencia escolar amenazaban el ambiente educativo, se presentó "La Huerta de las Emociones" como una estrategia pionera para transformar dichas realidades en oportunidades de crecimiento.

Dice Zubiría, M. (2022) que: "la tragedia de la educación consiste en que sabemos mucho de lo otro, poco de los otros y nada sobre nosotros mismos" (p.21) La educación se ha preocupado por preparar a los estudiantes para la presentación de las pruebas estandarizadas y no para la vida. Por esta razón, es importante resaltar que una gran parte de la vida se encuentra en las relaciones sociales y en las emociones, es allí donde la escuela se torna el escenario preciso para gestionar y desarrollar las competencias socioemocionales.

Es necesario, que la escuela oriente hacia la búsqueda de soluciones a los problemas socioemocionales en el estudio de situaciones reales presentadas a los estudiantes en su contexto social. Ellos se ven enfrentados a diversas circunstancias que deben remediar en su contexto, es así, como desde la Institución Educativa Megacolegio El Progreso en su proyecto educativo institucional implementa un modelo pedagógico enfocado a minimizar y coadyuvar en la educación de la población infantil que reside en algunos puntos neurálgicos de la ciudad como invasiones y barrios marginados.

En este contexto social, los estudiantes viven de cerca problemas relacionados con el consumo y expendio de drogas, alcoholismo, trabajo sexual, pobreza, mendicidad, entre otros. Es por esta razón, que el modelo pedagógico humanista sociocultural pretende garantizar una educación formada en el liderazgo, en el fortalecimiento de la dignidad humana y el reconocimiento de la persona como ser social, capaz de relacionarse con otros, formando seres autónomos, resilientes y responsables. Por ello, y en concordancia con el modelo pedagógico, se desarrolló una propuesta: “La huerta de las Emociones” la cual buscó orientar a los estudiantes en el desarrollo de habilidades socioemocionales para la vida, que previniera los focos de violencia y contribuyera a minimizar la agresividad presentada por los niños en situaciones cotidianas y permitiera mejorar la sana convivencia en clase.

Además de formar en virtudes democráticas esenciales como la capacidad de escucha y la empatía, y nos ayudaran a cultivar: la alegría, la gratitud, la esperanza y el amor, que confluyeran en la construcción de una sociedad más pacífica y compasiva sin obviar la vinculación de la familia como ente de apoyo al proceso educativo de los estudiantes para fortalecer las habilidades comunicativas y afectivas en el entorno familiar y escolar. En la propuesta La huerta de las emociones, para promover el fortalecimiento del desarrollo emocional y aprendizajes se propuso la aplicación de seis secuencias didácticas que abarcaron las competencias socioemocionales: autoconciencia, autorregulación, conciencia social, comunicación positiva,

determinación y toma responsable de decisiones y se finalizó con socialización y sensibilización de las familias en torno a la estrategia.

Las competencias socioemocionales en estudiantes pequeños abarcan, entre otras situaciones, las relaciones y comportamientos entre sus pares, con ellos mismos y con su entorno dentro y fuera del aula. En este contexto, "La Huerta de las Emociones" se propuso como una estrategia innovadora que no solo permitió fortalecer el desarrollo de estas competencias, sino que también propició un notable mejoramiento de la sana convivencia en este grupo de estudiantes.

En un mundo donde los contextos educativos a menudo carecen de un enfoque integral que potencie el aprendizaje y el desarrollo socioemocional, es esencial reconocer la importancia de cultivar estas habilidades desde temprana edad. La educación no debe limitarse a la transmisión de conocimientos académicos; debe ser un espacio donde los estudiantes se sientan valorados, comprendidos y capacitados para enfrentar los desafíos emocionales y sociales que la vida les presenta. Al integrar iniciativas como "La Huerta de las Emociones", se abre la puerta a una formación más humanizada y consciente, donde cada niño puede florecer no solo como estudiante, sino también como ser humano pleno.

DESARROLLO TEMATICO

La estrategia la huerta de las emociones, se llevó a cabo en la Institución Educativa Megacolegio el progreso ubicado en la calle 44 No 8-40 del municipio de Yopal Casanare. Allí se contaba con 1745 estudiantes matriculados a febrero de 2023,

ubicados en los niveles de educación preescolar, básica y media en jornada regular y modelos flexibles (círculos de aprendizaje y aceleración). La población educativa se encontraba registrada en el grupo A del sisben y pertenecían a los niveles de pobreza extrema, pobreza moderada y población vulnerable por ser de carácter mixto y flotante. Las familias de los estudiantes se caracterizaban por ser biparentales con hijos, homoparental, reconstituida o compuesta, monoparental, de acogida, adoptivas y extensas.

La misión de la Institución es la formación integral de los educandos a través de principios humanísticos, valores éticos, espirituales y morales, generando espacios para la ciencia, la investigación y la tecnología para buscar la solución de problemas sociales. Se proyecta como una institución líder en inclusión social, en deporte y en cultura, fortalecida en una sana convivencia y con resultados académicos sobresalientes, basados en el modelo pedagógico socio cultural, para la formación de estudiantes con habilidades para la vida, que potencien la construcción de una sociedad más justa y humana. PEI (2020).

El grupo focalizado para el desarrollo de la estrategia “La huerta de las emociones” fue el grado quinto B en 2023. Este grupo estuvo conformado por 32 estudiantes con edades de 9 y 13 años, entre ellos una niña en condición de discapacidad. En general los niños del grupo eran activos, alegres, participativos, pragmáticos, con gran habilidad para las actividades manuales y artísticas. En su aspecto comportamental se detectó diferentes brotes de indisciplina debido a pequeños

conflictos derivados de la intolerancia y falta de empatía. Además, problemas de agresión verbal y física, sobre todo en las niñas que generaron discusiones y controversia entre ellas, creando así, una situación que desmejoró la convivencia en el grupo. En el aspecto académico se evidenció en algunos estudiantes la falta de compromiso en el cumplimiento de obligaciones escolares (tareas de casa). Así mismo, el acompañamiento familiar era escaso o nulo, evidenciado en la falta de materiales necesarios para que los niños realizaran sus actividades académicas, situación que favoreció el juego en clase, falta de atención y mal comportamiento.

Aunado a esto, los padres de familia de dichos casos poco colaboraron en el manejo y corrección de estas conductas, falta más compromiso y buen ejemplo del hogar. Existieron algunos casos que requirieron seguimiento y orientación por parte de las directivas de la institución para que hubiera más compromiso en padres y acudientes. Fue notoria la falta de hábitos de estudio y pautas de crianza en algunos estudiantes. Teniendo en cuenta el diagnóstico producto de la observación directa en el aula de clase, se evidenció que los estudiantes presentaban falencias significativas en el desarrollo de competencias comunicativas como: comprensión lectora y producción textual.

Por lo anterior, se consideró como punto de partida el concepto de inteligencia emocional, para enfocar un poco más la experiencia y darle mayor significado al ejercicio de fortalecer las habilidades comunicativas y afectivas en el entorno de los niños. Goleman (2010) refiere que:

Las habilidades de la inteligencia emocional son sinérgicas respecto de las cognitivas y los trabajadores “estrella” tienen unas y otras. Porque el hecho es que, cuanto más complejo sea un determinado trabajo, mayor es la importancia de la inteligencia emocional, aunque solo sea porque su deficiencia puede obstaculizar el uso de la experiencia o la inteligencia técnica que tenga la persona”. (p.33)

Decir que las habilidades emocionales y las cognitivas son sinérgicas es reconocer que están profundamente conectadas. No funcionan por separado; al contrario, se fortalecen mutuamente. Cuando una persona aprende a manejar sus emociones, le resulta más fácil concentrarse, recordar información y resolver problemas. A la vez, entender cómo pensamos también puede ayudarnos a regular mejor lo que sentimos. Esta relación entre lo emocional y lo cognitivo no solo mejora el desempeño individual, sino que permite aprender de forma más completa y actuar con mayor eficacia en distintos aspectos de la vida, ya sea en lo personal o lo profesional.

Adicionalmente, en este apartado puede observarse que Duque (2016) quien afirma que:

Las emociones ejercen mucha influencia sobre el comportamiento del individuo. Este algunas veces está colmado, otras alterado, a veces muy alegre, otras muy triste, en ocasiones es tranquilo, en otras explota con facilidad, en fin, el ánimo cambia frecuentemente y eso no es conveniente.

Este apartado recuerda que las emociones forman parte de la vida diaria y que, como personas, pasamos por una montaña rusa de estados de ánimo. Esa variabilidad es natural, pero cuando no sabemos manejarla, puede afectar la manera en que nos relacionamos y las decisiones que tomamos. Ser conscientes de cómo cambian nuestras emociones y aprender a regularlas no solo nos ayuda a mantener el equilibrio, sino que también nos permite responder con mayor calma y claridad ante lo que nos sucede.

Esta propuesta se fundamentó en las competencias socio emocionales, se planteó desde Goleman. (2022) las define como “Aquellas que permiten a las personas gobernar adecuadamente sus sentimientos impulsivos y sus emociones conflictivas, permanecer equilibrados, positivos e imperturbables aun en los momentos más críticos y pensar con claridad y permanecer concentrados a pesar de las presiones”. (p.98). El autor nos recuerda lo valioso que es aprender a manejar lo que sentimos, sobre todo cuando atravesamos situaciones difíciles. Mantener el equilibrio y la calma no significa ignorar las emociones, sino reconocerlas y darles un cauce que nos ayude a actuar con claridad. En los momentos de mayor presión, esta capacidad funciona como un sostén que nos permite pensar con serenidad y seguir enfocados, sin dejarnos arrastrar por el impulso del momento. Cultivar esta habilidad no solo nos fortalece a nivel personal, sino que también mejora la forma en que nos relacionamos y tomamos decisiones.

Algunos ejemplos de estas habilidades son autocontrol, confiabilidad, integridad, adaptabilidad e innovación entre otras. En esta misma línea, Pérez. (2021) afirma que “las competencias socioemocionales permiten comprender y expresar las emociones a fin de mantener comportamientos que faciliten la interacción afectiva y satisfactoria entre las relaciones con los demás” (p.19). Esto es especialmente importante en la adolescencia, en donde planear el futuro es una tarea fundamental que se puede ver afectada por la toma de decisiones apresuradas o poco pensadas, el autor define la competencia emocional como “la capacidad adquirida basada en la Inteligencia emocional que da lugar a un desempeño laboral sobresaliente”. Es decir, serían como habilidades adquiridas en la práctica diaria de nuestras competencias (por ejemplo, la habilidad de trato con el público). Estas capacidades son necesarias para el mundo laboral, pero no son menos indispensables en la vida diaria. El autor menciona, que la educación emocional y el fomento de la inteligencia emocional a cualquier edad y en cualquier entorno: familiar, escolar o laboral, se focaliza en el desarrollo de una serie de competencias.

En ese mismo sentido, Mayer y Salovey (1994) define la inteligencia emocional como “una parte de la inteligencia social que concierne a la habilidad de comprender los sentimientos propios, conocer los ajenos y utilizarlos para guiar nuestros pensamientos y nuestros actos” (p.25). Allí se plantea que la inteligencia emocional forma parte de la inteligencia social, pues implica reconocer y entender tanto las

emociones propias como las ajenas para guiar decisiones y conductas. Resalta que su gestión siempre está ligada a las relaciones y al contexto donde se viven.

Sumado a lo anterior se encuentran distintas competencias como la autoconciencia, la cual se destaca como pieza clave de esta propuesta, ya que según Casel. (2020) implica “la capacidad de reconocer y comprender las propias emociones, identificar su origen y anticipar su impacto en la conducta, lo que permite tomar decisiones más acertadas y regular las respuestas emocionales de manera constructiva” (p.2). mientras que Mayer y Salovey (1997) señalan que “este reconocimiento interno es la base para una gestión emocional eficaz, ya que sin la capacidad de identificar con precisión los estados emocionales resulta difícil regularlos de forma adecuada” (p. 10). Por su parte, Bisquerra (2015) explica que “la autoconciencia no se limita a reconocer lo que se siente, sino que también implica identificar fortalezas y debilidades personales, así como tener claridad sobre valores y metas que orienten la vida” (p. 84).

En el caso de La Huerta de las Emociones, esta habilidad se potenció a través de actividades centradas en reconocer emociones tanto básicas como complejas, prácticas de autoobservación y su representación simbólica en el mural de la huerta. Esto propició momentos de reflexión individual y ayudó a vincular experiencias con estados emocionales. Para estudiantes expuestos a contextos de alta violencia y entornos familiares inestables, la autoconciencia se vuelve un recurso crucial para

frenar reacciones impulsivas y optar por respuestas más constructivas, lo que favorece la convivencia escolar y fortalece relaciones interpersonales más saludables.

El autocontrol emocional, también conocido como autorregulación, es la capacidad de manejar de forma consciente y flexible lo que sentimos, ajustando las respuestas según lo que demande cada situación y conservando la calma incluso en momentos de alta presión o conflicto. Goleman (2010) lo define como la habilidad para “gobernar adecuadamente los sentimientos impulsivos y las emociones conflictivas, permanecer equilibrados, positivos e imperturbables aun en los momentos más críticos, y pensar con claridad para conservar la concentración a pesar de las presiones” (p. 98).

Esta capacidad no significa reprimir lo que se siente, sino orientarlo de manera constructiva para que contribuya al logro de metas personales y colectivas. Bisquerra (2015) “afirma que la autorregulación implica “gestionar de manera consciente los impulsos, desarrollar tolerancia a la frustración y posponer recompensas cuando sea necesario”, aspectos que facilitan una convivencia armónica y un mayor bienestar personal” (p. 62).

En el ámbito educativo, López-Cassá (2017) señala que el autocontrol “se fortalece con la práctica constante de estrategias como la reestructuración cognitiva, la respiración consciente y la pausa reflexiva antes de actuar”, lo que ayuda a que los estudiantes enfrenten los retos académicos y sociales con mayor serenidad (p. 47).

Un manejo adecuado de las emociones estimula el optimismo realista, la resiliencia y la iniciativa; cualidades clave para que niñas, niños y adolescentes mantengan su enfoque y no se dejen vencer por las dificultades. En la labor pedagógica, promover la autorregulación implica diseñar experiencias que permitan identificar señales internas de activación emocional, comprender cómo influyen en el comportamiento y aplicar recursos efectivos de afrontamiento. Así, se impulsa un desarrollo integral que fortalece tanto el desempeño académico como las relaciones interpersonales.

En este mismo orden la revista electrónica de psicología Iztacala (2011) define la empatía como “el reconocimiento cognitivo y afectivo del estado de ánimo de una persona por parte de otra. Supone comprensión profunda, intelectual y emocional, de la situación vital del otro” (p.2) en este sentido el enunciado habla de la empatía en todo su sentido: no es solo darse cuenta de lo que siente alguien más, sino también entenderlo y conectar de corazón con su experiencia. Cuando pasa eso, las relaciones se vuelven más sinceras y solidarias, y la comunicación fluye de forma más humana. La clave radica en captar los mensajes tanto verbales como no verbales de nuestro interlocutor. Así, por un lado, tenemos que la mente racional se transmite a través de las palabras, y por otro, que la mente emocional se transmite a través del lenguaje corporal. Las relaciones sociales se basan muchas veces en saber interpretar las señales que los demás emiten de forma inconsciente y que a menudo son no verbales. El reconocer las emociones ajenas, aquello que los demás sienten y que se puede

notar por la expresión de la cara, por un gesto, por una mala contestación, nos puede ayudar a establecer lazos más reales y duraderos con las personas de nuestro entorno.

Finalmente, se puede observar las habilidades sociales como un conjunto de conductas que aprendemos con la experiencia y que nos permiten interactuar de manera efectiva y cordial con las personas, construyendo y manteniendo relaciones positivas. Como explica Goleman (2010), esta dimensión de la inteligencia emocional “consiste en la capacidad de conocer los sentimientos de los demás y de poder hacer algo para transformarlos” (p. 101). En otras palabras, implica reconocer cómo lo que decimos o hacemos puede influir en el ánimo de quienes nos rodean. En la convivencia diaria, enviamos señales emocionales —muchas veces sin darnos cuenta y, en gran parte, no verbales— que impactan en los demás. Tal como señala Goleman (2010), las emociones son “contagiosas” (p. 102): una actitud tensa u hostil puede despertar enojo, mientras que una sonrisa y una disposición positiva suelen generar buen humor y acercar a las personas.

Bisquerra (2015) destaca que dentro de estas habilidades se incluyen “la empatía, la comunicación asertiva, la cooperación y la resolución pacífica de conflictos” (p. 67), competencias esenciales para la convivencia y la cohesión social. Caballo (2012) añade que dichas capacidades pueden desarrollarse y fortalecerse mediante entrenamiento constante, lo que contribuye a prevenir la violencia escolar y mejorar el clima en el aula (p. 54).

En definitiva, saber relacionarse es un arte que respalda cualidades como el liderazgo, la popularidad y la eficacia en el trato interpersonal. Se refleja en personas capaces de generar emociones positivas, resolver diferencias sin recurrir a la agresión y adaptarse con soltura a distintos contextos de comunicación. En concordancia con lo anterior se implementó como metodología de la propuesta una secuencia didáctica denominada “La huerta de las emociones”, la cual cuenta con actividades para trabajar el desarrollo de competencias socioemocionales que se llevaron a cabo en el aula de clase, también se creó una guía de consejos para padres para que tengan más capacidad para proteger y acompañar a los estudiantes en su desarrollo integral y sus trayectorias educativas. Los indicadores de evaluación de esta propuesta se basan en la idea del mejoramiento de las relaciones y el trato con sus iguales. Se mejora la convivencia con la disminución de actos de agresión, tanto verbal como física y relacional. Lo que los estudiantes expresan de manera escrita o verbal, también es un indicador de valoración; pues esta acción implica un ejercicio cognitivo, reconociendo y analizando diferentes puntos de vista sobre lo que sienten ellos u otras personas.

“La huerta de las emociones” es una metáfora que busca en los estudiantes cultivar las competencias socioemocionales como una actividad que requiere tiempo, paciencia y especialmente organización para poder obtener una cosecha en pocos meses. De tal manera que en el momento indicado dé o produzca sus frutos, representados en su construcción y consolidación que redunden en la mejora de las relaciones interpersonales y los resultados positivos de los aprendizajes.

Esta idea surge a partir del año anterior donde los estudiantes desarrollaron en el área de matemáticas la secuencia didáctica “la huerta de los gigantes” propuesta desde el ministerio de educación nacional y el programa todos a aprender grado 4°, la cual inició indagando en ellos sobre: El concepto y conocimiento sobre una huerta, ¿Qué se requiere para formarla? ¿Qué pasos se deben tener en cuenta para su construcción? ¿Qué insumos se requiere y sobre todo qué cuidados debe tener para poder obtener unos frutos de calidad? Cuando esto ya estuvo definido mediante una lluvia de ideas, se construyó con los estudiantes un mural dentro del aula de clase con material manipulable, donde se esquematizó una huerta, con unas medidas y condiciones de diseño específica. Teniendo ya elaborado el mural, se iniciaron los talleres mediante seis secuencias didácticas que abarcaron las temáticas: autoconciencia, autorregulación, conciencia social, comunicación positiva, determinación y toma responsable de decisiones. Que incluyen las dimensiones: conmigo mismo, con los demás y con el entorno.

La presente estrategia se desarrolló en horas de clase donde se orienta el área de ética y dirección de grado como docente directora del grupo y titular del área. Cada estudiante obtuvo un fruto que se ubicó en la huerta que posteriormente se cosecho en forma grupal. Los talleres propuestos fueron tomados de las sugerencias didácticas Navegar seguro, guía de docente grado quinto (2020). Estos han sido adaptados y ajustados a los estudiantes a intervenir. El indicador para identificar si se logró el

propósito de esta propuesta, fue determinado por la observación directa en el actuar de los estudiantes.

PROPUESTA							
1. Propósito General:							
ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES DE LA PROPUESTA							
2. Fases de la propuesta	3. Necesidades y problemáticas identificadas	4. Propósitos	5. Área de incidencia	6. Estrategia	7. Actividad	8. Aprendizajes esperados	
Fortalecimiento de aprendizajes y desarrollo socioemocional	Fase 1. Exploración y elaboración de la estrategia		(Indique los aprendizajes y competencias socioeconómicas a fortalecer)	(Integre opciones dentro del aula, jornadas específicas, interacción con otras organizaciones, trabajo con padres de familia, proyectos transversales u otras que considere)	(Señale las actividades a realizar)	(Integre los aprendizajes que se esperan alcanzar)	
	Fase 2. Implementación						
	Fase 3. Socialización con padres						

Fuente: Ministerio de Educación Nacional

El plan de acción descrito en la Tabla No. 1 siguió un orden claro, primero se realizó un diagnóstico para conocer las necesidades, después se planificaron las actividades y finalmente se implementaron de forma organizada. Cada etapa tuvo

objetivos, plazos y responsables, lo que permitió dar seguimiento y hacer ajustes cuando fue necesario. Esta estructura garantizó que las estrategias respondieran a la realidad del grupo y que la propuesta fuera viable.

El análisis también muestra que la participación de docentes, estudiantes y familias fue clave. La colaboración de todos fortaleció el sentido de pertenencia y la cohesión comunitaria. Involucrar a las familias permitió reforzar en casa las habilidades socioemocionales trabajadas en clase. Además, la metáfora de la huerta hizo que las actividades fueran más significativas y motivadoras, manteniendo el interés de los estudiantes. En conjunto, la propuesta destaca por su planificación cuidadosa, su carácter participativo y su potencial para aplicarse en otros entornos educativos que busquen impulsar el desarrollo socioemocional.

CONCLUSIONES

Las competencias socioemocionales son como la base para que un estudiante pueda crecer de manera integral. Con ellas, los pelados aprenden a manejar lo que sienten, a llevarse bien con otros y a tomar decisiones que les sirvan para la vida. En el colegio, donde se vive rodeado de gente y las interacciones son todo el tiempo, no tener estas habilidades suele traer problemas y hasta frena el aprendizaje. La propuesta de la Huerta de las Emociones deja claro que es necesario incluirlas en lo que enseñamos. Así se logra un ambiente más tranquilo y agradable, y se prepara a los estudiantes para afrontar lo que venga. Por eso, la educación no puede quedarse en lo académico: también hay que trabajar en lo emocional.

Para que la Huerta de las Emociones funcione de verdad, no basta con buenas intenciones; hay que aplicar estrategias pensadas para el contexto y las necesidades de cada grupo. Actividades que inviten a pensar en lo que sentimos, a trabajar en equipo y a practicar la empatía logran que el aprendizaje sea más profundo y con sentido. Además, ayudan a que los muchachos se sientan parte de algo y quieran colaborar. Cuando se adapta la estrategia a cada grupo, los estudiantes sienten que los tienen en cuenta, y eso les da más ganas de participar. Así se construye un espacio donde todos pueden aprender y aportar lo mejor de sí.

La Huerta de las Emociones también le apunta de frente al bienestar emocional de los estudiantes. Enseñarles a identificar y expresar lo que sienten les da herramientas para manejar momentos difíciles y quitarse un poco de estrés de encima. Esto no solo se nota en el colegio, sino también en cómo se relacionan en la casa y con los amigos. Un estudiante que se siente seguro de sí mismo se atreve a participar más y a crear relaciones más sanas. Y si además desarrolla su inteligencia emocional, gana resiliencia, que es lo que les permite levantarse con fuerza cuando las cosas se ponen duras.

Cuando en la institución se implementa la Huerta de las Emociones, la convivencia cambia para bien. Promover un espacio donde la empatía sea importante y donde se escuchen las emociones ayuda a que haya menos peleas y más trabajo en conjunto. Los estudiantes aprenden a hablar las cosas, a escucharse y a buscar soluciones sin pelear. Todo eso crea un ambiente más agradable para aprender y

convivir. Cuando la convivencia es buena, se ve reflejado en las notas, en la motivación y en las ganas de ir a clase. La Huerta de las Emociones demuestra que sembrar emociones también es cosechar paz.

En últimas, la Huerta de las Emociones es una propuesta que nos acerca a una educación más completa y transformadora. Integrar las competencias socioemocionales al día a día escolar es aceptar que aprender no es solo saber datos o fórmulas, sino también aprender a manejar lo que sentimos y a convivir con otros. Este enfoque prepara a los estudiantes para afrontar la vida real, con sus retos académicos, emocionales y sociales. Al adoptar este modelo, los profes ayudamos a formar personas más conscientes, empáticas y con mejor equilibrio emocional. Y ese cambio no solo beneficia a los estudiantes, sino que se siente en toda la comunidad.

Si bien se han identificado desafíos en la implementación de esta propuesta, como la necesidad de recursos y formación docente, es fundamental considerar que estos obstáculos son superables. La capacitación adecuada y la colaboración entre docentes, padres y la comunidad pueden facilitar la integración de la Huerta de las Emociones en el entorno escolar.

La solución planteada en esta investigación, basada en la creación y mantenimiento de una huerta escolar, ofrece una aproximación efectiva para abordar el desarrollo socioemocional de los estudiantes. Este enfoque no solo promueve un aprendizaje activo y significativo, sino que también contribuye a la creación de un ambiente escolar más positivo y colaborativo.

La Huerta de las Emociones es una propuesta pedagógica que nació para ayudar a los estudiantes de primaria a desarrollar sus habilidades emocionales y sociales. Todo empezó con una mirada cuidadosa a la realidad de cada colegio y con un plan claro para actuar, buscando mejorar la forma en que ellos se entienden a sí mismos, manejan sus emociones, se comunican, toman decisiones y se relacionan con los demás. En la práctica, se ha visto que, con actividades dinámicas y pensadas para el contexto de cada grupo, es posible lograr cambios bonitos: más empatía, mejor manejo de conflictos, un ambiente escolar más tranquilo y, como consecuencia, también un mejor rendimiento académico. La idea de la huerta no es solo una metáfora bonita: estudiantes, profes y familias se involucran, trabajan juntos y aprenden en un ambiente que motiva y une. Gracias a su forma sencilla pero bien organizada, esta experiencia se puede llevar a otros colegios, ayudando a formar personas más fuertes, solidarias y listas para enfrentar lo que venga, apostándole a una educación más humana, incluyente y transformadora.

Referencias

- Bisquerra, R. (2015). *Psicopedagogía de las emociones*. Editorial Síntesis. Madrid
- Bisquerra, R. (2015). *Educación emocional: Propuestas para educadores y familias*. Octava edición. Ed. Desclée de Brouwer. España.
- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. (2020). *Aprendizaje social y emocional*. (pagina WEB). <https://casel.org/core-competencies/>.
- Goleman, D. (2010). *La práctica de la inteligencia emocional*. Ed. Kairós. Barcelona
- López, É. (2017). *Educación emocional: Programa para educación primaria*. Octaedro. Barcelona.
- Mayer, J. y Salovey, P. (1994). *The Intelligence of Emotional Intelligence*. Basic Books. New York.
- Ministerio de Educación Nacional. (s.f.). *La importancia de las competencias socioemocionales para el aprendizaje*. Colombia Aprende. <https://www.colombiaprende.edu.co/agenda/tips-y-orientaciones/la-importancia-de-las-habilidades-socioemocionales-para-el-aprendizaje>
- Ministerio de Educación Nacional. (2021). *Emociones para la vida*. (página WEB). https://colombiaprende.edu.co/sites/default/files/files_public/2021-06/guia-docente. Cuestionario auxiliar, cuadernillo Educación Básica Primaria_sinID_V3
- Ministerio de Educación Nacional. (2022). *Cuadernillo-cuestionario auxiliar*. (página WEB) <https://www.icfes.gov.co/documents/39286/2920210/Cuadernillo-CuestionarioAuxiliar>
- Instituto Colombiano para el Fomento de la educación superior. (2022). *Histórico de reportes* <https://evaluarparaavanzar311.icfes.gov.co/listado-instituciones>
- Jaramillo, P. et al. (2019). *Competencias Socioemocionales, Guía del Docente Grado Quinto*. Navegar Seguro. https://www.colombiaprende.edu.co/sites/default/files/files_public/2020-11/grado quinto-guia-docente.pdf
- Proyecto Educativo Institucional (2020). *Megacolegio el Progreso*. Yopal
- Pérez, M. (2021). *Caja de herramientas. Desarrollo de habilidades sociales y emocionales para entornos educativos armónicos*. Segunda edición. Secretaria de educación pública de hidalgo. México.
- Zubiria, M. (2022). *¿Por qué son importantes las competencias socioemocionales?* [comentario sobre una publicación]. Revista Semana. Colombia. <https://www.semana.com/educacion/articulo/por-que-son-importantes-las-competencias-socioemocionales/202256/>