

EL ESTOICISMO COMO MARCO ESTRATÉGICO PARA LA ENSEÑANZA DE LA CATEDRA DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

Luisa Fernanda Ramos Villada¹

ORCID: 0009-0005-9566-1518

E-mail: luisitaramos@gmail.com

Doctorando en Education

Universidad Pedagógica Experimental

Libertador (Upel-Rubio)

Venezuela

Erica Yasmín Pinzón Santos²

E-mail: ericajazminpin@hotmail.com

ORCID: 0000-0002-8895-0451

Doctorando en Education

Universidad Pedagógica Experimental

Libertador (Upel-Rubio)

Venezuela

Recibido: 05/02/2026

Revisado: 09/03/2026

Aprobado: 13/04/2026

RESUMEN

La educación en los últimos tiempos se enfrenta a infinidad de cambios y transformaciones algunos signados por los avances tecnológicos y otros por el devenir histórico a donde apunta la misión y visión de la educación, es así que se busca dar una mirada profunda a lo que acontece en las aulas de clase, cuando se juntan las emociones y los factores socioeconómicos que requieren ser atendidos para garantizar cambios en función de una formación integral de los estudiantes. Desde esa mirada surge el objetivo reflexionar sobre las posturas del estoicismo como marco estratégico para la cátedra que viene a fortalecer la gestión emocional. La metodología se enmarcó en el enfoque cualitativo; es oportuno señalar que se trabajó con la técnica de análisis de contenido; con la intención de ofrecer un conjunto de acciones pedagógicas que contribuyen a que los docentes logren el equilibrio emocional en los estudiantes durante su formación académica; razón que va a contribuir con ofrecer mejoras al hecho educativo en función a lo que la sociedad requiere ajustado a los cambios y transformaciones que se vive en el país; en busca de impulsar el progreso y desarrollo de las comunidades desde las aulas de clase.

¹ Licenciatura en español y comunicación educativa-Universidad Surcolombiana. Magister en Gestión de la Tecnología Educativa-Universidad de Santander UDES. Trabajo en: Instituto Técnico Empresarial El Yopal. Yopal, Casanare. Soy docente de Lengua Castellana. Estudiante de Doctorado UPEL.

² Licenciatura en lengua Castellana y comunicación. Universidad de Pamplona. Magister en Educación UNIMINUTO

Trabajo en la Institución Educativa Lucila Piragauta de Yopal, Casanare. Soy docente de Lengua Castellana. Estudiante de Doctorado UPEL

Palabra clave: Educación secundaria, recurso formativo, estoicismo y gestión emocional.

ABSTRACT

Education in recent times has faced countless changes and transformations, some marked by technological advances and others by historical developments that point to the mission and vision of education. Thus, we seek to take an in-depth look at what happens in classrooms when emotions and socioeconomic factors come together and need to be addressed in order to guarantee changes in line with a comprehensive education for students. From this perspective, the objective is to reflect on the positions of stoicism as a strategic framework for teaching that strengthens emotional management. The methodology was based on a qualitative approach; it should be noted that content analysis techniques were used with the aim of offering a set of pedagogical actions that help teachers achieve emotional balance in students during their academic training. This will contribute to improving education in line with society's needs, adjusted to the changes and transformations that the country is undergoing, seeking to promote the progress and development of communities from the classroom.

Keywords: Secondary education, training resources, stoicism, and emotional management.

INTRODUCCIÓN

Al pasar de los años, es de suma importancia resaltar diferentes aspectos que son importantes para el crecimiento continuo de los seres humanos, además es necesario considerar, cada uno de los elementos que trabajan en pro de un aprendizaje significativo, los cuales son necesarios para el proceso formativo de los seres humanos ya que al momento de pasar por estos espacios educativos, se genera un sinnúmero de conocimientos, que son usados para la formación continua de los mismos, es por ello que se genera un aprendizaje significativo, por ende entran en juego diferentes aspectos filosóficos que emplean algunas técnicas para buscar el mayor provecho de estas etapas.

Uno de esos sistemas filosóficos es el estoicismo, el cual se refiere a aspecto bastante antiguo que recae en el autor control de las emociones, aceptar lo que se puede y lo que no se puede cambiar, ya que cada uno de esos elementos son significativos en la educación básica secundaria. Cuando se hace utilización pedagógica, promueve valores significativos, para que el joven aprenda a reconocer en primer lugar sus propias emociones, además no solo reconoce sino también controla y por último orienta, cuando el joven consigue hacer uso correcto de esta filosofía, los resultados a nivel educativo son extraordinarios, ya que cada uno de estos aspectos trabajan en pro de una mejor formación y en el desarrollo de habilidades.

De igual forma, es necesario hacer énfasis que este sistema filosófico como lo es el estoicismo, se usa como un recurso, al momento de enfrentar algunas problemáticas que van sucediendo dentro del campo educativo, una de esas problemáticas, es el entres por carga académica, esto quizás se debe a que los estudiantes se ven agobiados por cada una de las áreas del conocimiento, cuando las tareas son demasiadas, genera aspectos negativos en los jóvenes perjudicando el rendimiento académico y su proceso formativo, por lo tanto haciendo uso pedagógico de este sistema filosófico ayuda al ser humano a tener un control total de sus emociones, usando cada una de ellas de una forma positiva con el objetivo de poder aportar fundamentos positivos a la preparación significativa.

El estoicismo, aplicado como recurso formativo en la educación secundaria en Colombia, se presenta como una herramienta pedagógica que ayuda a los estudiantes a reconocer y regular sus emociones en un contexto marcado por la presión académica y las tensiones sociales propias de la adolescencia. Este enfoque fomenta la resiliencia, la disciplina y la capacidad de diferenciar entre lo que está bajo su control y lo que no lo está, fortaleciendo así la autonomía emocional y la convivencia escolar. Según Ramírez (2023)

El estoicismo en la escuela secundaria permite que los jóvenes comprendan que la gestión emocional no consiste en reprimir sentimientos, sino en aprender a gobernarlos con racionalidad y virtud, convirtiendo las dificultades cotidianas en oportunidades de crecimiento personal y académico. (p. 64).

En relación con lo anterior se debe resaltar que la filosofía estoica no busca eliminar las emociones, sino enseñar a los estudiantes a manejarlas de manera consciente y constructiva, fomentando así un valor al proceso personal de cada una de los estudiantes.

La implementación del estoicismo como recurso formativo también abre la oportunidad de integrar valores universales como la fortaleza interior, la prudencia y la empatía en los programas de educación secundaria en Colombia. El investigador considera que este modelo filosófico puede convertirse en un recurso pedagógico que ayude a los adolescentes a enfrentar la incertidumbre y los cambios propios de su etapa vital, promoviendo un equilibrio entre razón y emoción. Por lo tanto, es necesario resaltar lo que indica Torres (2020):

La filosofía estoica aplicada a la educación secundaria ofrece un marco para que los estudiantes aprendan a enfrentar la frustración, la ansiedad y el conflicto escolar desde una perspectiva reflexiva, fortaleciendo su capacidad de adaptación y su bienestar emocional. (p. 52).

De acuerdo con lo propuesto por el autor el estoicismo no solo aporta herramientas de autocontrol, sino que también contribuye a la formación integral de los jóvenes en un entorno educativo complejo, ya que es necesario que los estudiantes comprendan la importancia del manejo de emociones para así poder lograr fortalecer un proceso educativo bastante formidable.

De igual forma, es necesario que los docentes apliquen sus estrategias por medio de este sistema filosófico y recurso formativo que es significativo para el crecimiento de

los seres humanos ya que cada uno de ellos, genera en los jóvenes valores y diferentes aspectos positivos, además, no solo crea control de las emociones sino que empieza a entender el porqué de las cosas desde una realidad bastante asertiva, ya que con los avances que muestra el mundo, el ser humano demuestra diferentes complicaciones en e entendimiento de las emociones, he incluso algunos jóvenes se ven afectado y lo refleja en su rendimiento académico, es por ello que el docentes deben ser los guías para poder implementar este proceso con el objetivo de poder garantizar una educación de calidad.

DESARROLLO

Cabe destacar que el estoicismo es un sistema filosófico bastante antigua, que fomenta en primer lugar un autocontrol de las emociones, es decir le enseña a cada uno de los jóvenes de educación básica secundaria especialmente en Colombia, a manejar cada una de sus emociones y trabajar a pesar de los diferentes estímulos que se va generando en el día a día del contexto educativo. Sin embargo, es necesario destacar que la gestión emocional se enmarca en un proceso formativo bastante productivo, en una época donde cada uno de los estudiantes tienen un sinfín de problemas busca garantizar una educación de calidad, donde se genere un aprendizaje, con el objetivo de lograr evidenciar que el estudiante en el futuro exitoso, ya que, si comprenden como manejar cada una de sus actitudes y emociones, estarían formando un futuro asertivo.

Asimismo, la formación integral del estudiante se forma, al partir del momento cada alumno se empieza a conocer así mismo, es decir a tener control de sus propias

acciones, ya que muchas veces es notorio que cuando un estudiante recibe algún estímulo que no sea positivo para él su estímulo de respuesta puede ser bastante agresivo, es por ello que haciendo uso de este elemento filosófico, logra crear jóvenes que entiendan a tener control de sus propias emociones, eliminando así respuestas repentinas que no les colabore con su crecimiento personal, por el contrario, cuando se hace correcto de este aspecto filosófico, se logra evidenciar un cambio rotundo en la formación integral del mismo.

Además, es necesario resaltar que la gestión emocional inspirada en el estoicismo también aporta a la formación integral de los estudiantes de secundaria al promover la reflexión crítica y la capacidad de actuar con serenidad frente a la adversidad. Este enfoque fomenta la convivencia escolar y el respeto mutuo, elementos esenciales para el desarrollo humano en la adolescencia. Por lo tanto, es importante destacar lo expuesto por Según Delgado (2021) “el estoicismo fortalece la educación emocional en la escuela” (p. 47). En relación con lo anterior se resalta que este elemento filosófico se convierte en un recurso pedagógico que ayuda a los estudiantes a construir relaciones más sanas y aprendizajes más duraderos, esto se debe a que comprende cómo manejar cada una de las acciones que le van sucediendo dentro del contexto educativo y dentro de la sociedad.

En este mismo orden de ideas, es necesario hacer énfasis que este elemento filosófico, crea en cada uno de los estudiantes un pensamiento crítico, ya que crea una reflexión antes de responder algún estímulo, obteniendo allí un control de sí mismo,

fortaleciendo no solo aspectos de crecimiento personal sino también convivencias dentro del aula de clases, ya que, su estructura de analizar, comprender e interpretar se basa en la premisa de poder comprender el porqué de las cosas y que no todas las cosas que le suceden son malas para su proceso formativo, por el contrario que las malas experiencias las convierta en un aprendizaje significativo.

El estoicismo, aplicado en la educación secundaria, se convierte en un enfoque formativo que ayuda a los adolescentes a comprender que las emociones no deben ser reprimidas, sino gobernadas con racionalidad y virtud. En el contexto colombiano, este modelo filosófico se integra como una estrategia pedagógica que fortalece la resiliencia, la autonomía y la capacidad de enfrentar los retos académicos y sociales con equilibrio. De acuerdo con Morales (2022)

La filosofía estoica, cuando se adapta a la educación secundaria, ofrece a los estudiantes un marco para reconocer sus emociones, aceptar las circunstancias externas que no pueden controlar y concentrarse en el desarrollo de virtudes como la disciplina, la prudencia y la empatía, lo que contribuye a una formación integral que trasciende lo académico y se proyecta hacia la vida cotidiana. (p. 93).

En tal sentido se garantiza que el estoicismo no busca eliminar las emociones, sino enseñar a los jóvenes a gestionarlas de manera consciente y constructiva. Es importante resaltar, que existen varias acciones pedagógicas para promover el estoicismo como un enfoque formativo para la gestión emocional de los estudiantes, es por ello que se debe resaltar, la importancia de como los docentes pueden aplicar esta filosofía mediante algunas estrategias pedagógicas con la finalidad de poder

proporcionar aspectos positivos y valores que ayuden al desarrollo de diferentes habilidades, asimismo, es necesario hacer énfasis que este enfoque filosófico ayuda a preparar al estudiante para el control propio de sus propias emociones es decir ayuda a crear nuevas habilidades, resaltando la creatividad y la parte critica de cada ser humano.

Las acciones pedagógicas orientadas al estoicismo buscan que los estudiantes aprendan a reconocer sus emociones y a gobernarlas con serenidad, convirtiendo la reflexión y el autocontrol en hábitos formativos dentro de la escuela. Estrategias como talleres de escritura emocional, debates guiados sobre virtudes y simulaciones de conflictos permiten que los adolescentes comprendan la diferencia entre lo que está bajo su control y lo que no lo está, fortaleciendo así la resiliencia y la convivencia escolar. En este sentido, Pérez (2023) afirma que “el estoicismo aplicado mediante prácticas pedagógicas favorece la gestión emocional y la formación integral de los jóvenes” (p. 71), lo que demuestra que esta filosofía no se limita a lo teórico, sino que se convierte en un recurso práctico para humanizar el aprendizaje y preparar a los estudiantes para enfrentar la vida con equilibrio.

Una de las acciones que ayuda a promover este aspecto filosófico, es la realización de talleres que permita la conversación continua del estoicismo, lo cual es necesario que los docentes adopten esta estrategias en sus aulas de clases, con la finalidad de poder aportar fundamentos asertivos hacia el crecimiento de cada una de las personas, por ende, la educación, permite la aplicación de esta técnica y es así como se puede aplicar mediante un taller, donde el autocontrol de emociones sea el aspecto

principal a trabajar, con la finalidad de poder generar en los jóvenes de educación secundaria un conocimientos de ellos mismo y de ese modo saber como responder antes esos estímulos.

Otras de las estrategias que se podría usar para la promoción de la misma, es la simulación de conflicto dentro del aula de clases, siendo esta una de las as efectiva para que el docente logre observar cómo actúa cada estudiante cuando se le presenta alguna problemática en específico, es por ello que se debe fomentar un desarrollo continuo, donde la aplicabilidad de los valores resalten mediante cualquier inconveniente, asimismo, el docente cuando aplica esta estrategia se convierte más que un docente un guía y un consejero que ayuda a controlar esas emociones mediadas desde un aspectos pedagógico para el fortalecimiento de algunas debilidades que pueden demostrar los estudiantes de educación básica secundaria.

Otras de las acciones que ayuda a fortalecer esta perspectiva filosófica, es la aplicación de lectura, ya que mediante la lectura se genera conocimientos solidos con el fin de poder potenciar diferentes aspectos significativos los mismos están sujetos a un sinfín de elementos que son necesarios que las personas adapten para que así conozcan como actuar. Sin embargo, existen muchas más estrategias que se usan como acciones pedagógicas para promover el estoicismo como un enfoque integral que promueva un saber efectivo en la ejecución de un conocimiento crítico y significativo. En este mismo orden de ideas es necesario hacer énfasis, que una de esas estrategias que se puede

hacer uso es la utilización de las herramientas de debates guiados que permite fomentar el valor de poder garantizar un autocontrol significativo.

Las acciones pedagógicas que buscan promover el estoicismo en la educación secundaria se centran en actividades que permiten a los estudiantes reflexionar sobre sus emociones y aprender a gobernarlas con serenidad. Estrategias como talleres de escritura reflexiva, debates guiados y simulaciones de conflictos ayudan a los adolescentes a diferenciar entre lo que está bajo su control y lo que no lo está, fortaleciendo así su resiliencia y disciplina. Este recurso fomenta la autonomía emocional y la capacidad de enfrentar la frustración con racionalidad, lo cual contribuye a la formación integral. Según Gutiérrez (2022) “El estoicismo en el aula se convierte en un recurso pedagógico que fortalece la gestión emocional y la convivencia escolar” (p. 84). Es importante hacer mención que esta filosofía no es simplemente un conocimiento abstracto, sino una práctica que humaniza el aprendizaje y prepara a los jóvenes para la vida cotidiana.

De igual forma, es necesario hacer énfasis que se debe promover el estoicismo como un enfoque formativo que implica diseñar acciones pedagógicas que integren valores éticos y emocionales en la dinámica escolar. Actividades como proyectos de convivencia, lecturas adaptadas de textos estoicos y ejercicios de reflexión crítica permiten que los estudiantes desarrollen empatía, prudencia y pensamiento crítico. Estas prácticas ayudan a que los adolescentes comprendan que las dificultades no son

obstáculos insuperables, sino escenarios para fortalecer su carácter y aprender a responder con calma.

La primera característica que da realce, es la gestión emocional, ya que la misma ayuda, a fortalecer las emociones, las cuales son necesarias que tenga un control de las mismas, para poder entender algún estímulo, en la etapa de secundaria se evidencia que los docentes por los cambios hormonales que van recibiendo en su cuerpo y quizás por la edad que van adquiriendo quieren accionar algunas decisiones, por lo tanto la gestión emocional garantiza trabajar en pro de un desarrollo académico positivo y no solo ello sino que también trabaja la partes emocional, comprendiendo, analizando y obteniendo un aprendizaje significativo duradero, el cual lo pondrá en práctica en su círculo social, es decir la gestión emocional no solo funciona dentro del aula de clase, sino también en el entorno en que se desenvuelva.

Otra caracterización del estoicismo como recurso de formación integral en la educación secundaria es que ayuda a manejar pensamientos, emociones y como accionar a los mimos, lo cual es muy importante que los docentes apliquen esta filosofía y se la enseñen a cada uno de los jóvenes con la finalidad de poder garantizar este proceso formativo ya que este aspecto engloba cada uno de elementos, cuando el docente aplica esta metodología, el primer beneficiado es el estudiante porque entiende la importancia de poder valorar el manejo de sus emociones sin necesidad de dejarse a llevar por estímulos negativos, por el contrario cuando sucede algún inconveniente

educativo saberlo enfrentar de la mejor manera y por ende poder dar una solución positiva.

El estoicismo, caracterizado como recurso de formación integral en la educación secundaria, se entiende como una filosofía práctica que ayuda a los estudiantes a reconocer sus emociones y a gobernarlas con racionalidad, evitando que las reacciones impulsivas dominen su vida escolar. En este nivel educativo, marcado por la adolescencia y la construcción de identidad, el estoicismo se convierte en un recurso pedagógico que fomenta la resiliencia, la disciplina y la capacidad de enfrentar la adversidad con serenidad. Además, promueve valores como la prudencia y la empatía, que fortalecen la convivencia escolar y la formación ciudadana. Según Méndez (2021) “el estoicismo aporta herramientas para la gestión emocional en la adolescencia” (p. 73). En relación con lo anterior se debe hacer énfasis que esta filosofía no solo es teórica, sino que ofrece recursos prácticos para que los jóvenes aprendan a manejar sus emociones en un entorno educativo complejo.

De igual forma, es necesario hacer énfasis que otras de las características, es el modelo formativo que busca que los estudiantes generen autocontrol, resiliencia y pensamiento crítico, lo cual es necesario para garantizar un desarrollo formativo personal e intelectual, ya que todo esto conlleva analizar y a desarrollar un pensamiento lógico de respuesta, trabajando en pro de poder obtener mejores respuestas con la finalidad de obtener una educación de calidad, que genere un conocimiento bastante alto.

La caracterización del estoicismo en la educación secundaria también se relaciona con su capacidad de integrar la dimensión ética y emocional en la formación integral de los estudiantes. Este recurso fomenta que los adolescentes comprendan la diferencia entre lo que está bajo su control y lo que no lo está, fortaleciendo así la autonomía y el pensamiento crítico. En el contexto colombiano, donde los estudiantes enfrentan presiones sociales y académicas, el estoicismo se convierte en un marco pedagógico que les permite construir proyectos de vida más sólidos y conscientes. De acuerdo con Rojas (2023) “El estoicismo en la escuela secundaria fortalece la resiliencia y la reflexión crítica” (p. 88). Además, es necesario resaltar que no solo ayuda a gestionar emociones, sino que también contribuye a formar jóvenes capaces de enfrentar los retos de la sociedad contemporánea con equilibrio y responsabilidad.

Es importante hacer énfasis a los diferentes desafíos y oportunidades de este enfoque filosófico, en relación con la formación integral de la educación secundaria en Colombia, uno de esos desafíos principales es la resistencia cultural pedagógica la cual surge en primera estancia porque no todas las personas que integran el contexto cultura se familiariza en primera estancia con este enfoque filosófico, entonces existe un rechazo significativo, provocando así una perspectiva bastante digna de analizar, porque al momento de intentar hacer uso de la misma no logran los docentes porque no la conocían anteriormente es por ello que es necesario que dentro de las oportunidades se creen recursos y espacios para el proceso formativo de los seres humanos.

Aunado a ello es de suma importancia hacer énfasis que otro de los desafíos que existen dentro del campo educativo es la poca formación docente mediada por la filosofía, es por ello que cuando el contexto educativo quiere aplicar diferentes técnicas como este aspecto filosófico, se obtiene una negación de inmediata ya que algunos docentes no conocen sobre dicho tema, por lo cual, es necesario que este desafío se convierta en aspecto positivo para que la educación se integre de tal forma que pueda sustentar el proceso educativo, resaltando un aprendizaje significativos.

De igual forma es necesario resaltar que uno de los principales desafíos de aplicar el estoicismo en la educación secundaria es la resistencia inicial que puede surgir entre estudiantes y docentes frente a una filosofía que parece lejana a la vida cotidiana. Los adolescentes atraviesan una etapa marcada por emociones intensas y cambios constantes, lo que puede dificultar la aceptación de un enfoque que promueve la serenidad y el autocontrol. Además, la falta de formación docente en filosofía práctica limita la capacidad de integrar estos principios en las dinámicas escolares. Sin embargo, este reto abre la posibilidad de repensar la educación emocional desde una perspectiva más profunda. Como señala López (2021) “el estoicismo enfrenta barreras culturales en la escuela, pero abre caminos para la educación emocional” (p. 56), en relación con lo antes expuesto se evidencia que, aunque existan resistencias, esta filosofía puede convertirse en una herramienta valiosa para transformar la manera en que los jóvenes gestionan sus emociones.

A pesar de las dificultades, el estoicismo ofrece oportunidades significativas para la formación integral de los estudiantes de secundaria. Al enseñarles a diferenciar entre lo que está bajo su control y lo que no lo está, se fomenta la resiliencia y la capacidad de enfrentar la frustración con serenidad. Este recurso formativo también fortalece la disciplina y la empatía, valores esenciales para la convivencia escolar y la construcción de ciudadanía responsable. En un contexto como el colombiano, donde los jóvenes enfrentan presiones sociales y académicas, el estoicismo se convierte en una herramienta pedagógica que ayuda a transformar las dificultades en oportunidades de crecimiento personal y colectivo. Tal como afirma García (2022) “el estoicismo es una vía pedagógica para fortalecer la resiliencia en adolescentes” (p. 74), por lo cual, se debe resaltar que esta filosofía no solo aporta claridad emocional, sino que también contribuye a formar estudiantes más preparados para la vida adulta.

El verdadero potencial del estoicismo como enfoque de formación integral radica en su capacidad de unir la dimensión académica con la ética y la emocional. Las oportunidades que ofrece se reflejan en la posibilidad de construir una educación más humana, que no solo busque resultados académicos, sino también el bienestar emocional y la formación de ciudadanos críticos. Al mismo tiempo, los desafíos invitan a diseñar estrategias pedagógicas innovadoras que adapten los principios estoicos a la realidad escolar, evitando que se perciban como imposiciones rígidas. En este sentido, Fernández (2024) sostiene que “el estoicismo aplicado en secundaria integra razón y emoción en la formación integral” (p. 88), lo que implica que esta filosofía puede

convertirse en un puente entre la tradición filosófica y las necesidades actuales de la educación secundaria.

Otro de los aspectos a considerar es que en Colombia se creó Ley No. 2503 de 2025 que presento como norte la creación de la catedra de educación emocional en las instituciones educativas, lo cual da respaldo significativo a la formación académica del estudiante y es allí donde se considera el estoicismo como un recurso que contribuye de buena manera a la formación académica; es significativo señalar que se asume un conjunto de elementos enfocados en la realidad que se presenta en las instituciones educativas y desde esa mirada es conveniente que los docentes manejen en sus aulas de clase e instituciones educativas lo concerniente a la catedra de las emociones, más cuando hoy día se vive en tiempos de incertidumbre que conduce a repensar que hacer frente para una educación efectiva.

Conclusiones

Es necesario resaltar que esta filosofía, busca en primer lugar que el estudiante se conozca así mismo promoviendo en si un aprendizaje constante, por ende, es necesario que esta filosofía, se integre como una formación constante con el objetivo de que el estudiante comprenda la importancia de poder tener control de sus propias emociones, entender lo crucial que cada estudiante de educación básica secundaria, logre aprender a conocer sus emociones y que tenga un manejo positivo de la misma, lleva a garantizar un proceso significativo obteniendo con ello un conocimiento intelectual bastante asertivo.

El estoicismo, aplicado en la educación secundaria colombiana, se consolida como un enfoque formativo que permite a los estudiantes comprender que la gestión emocional no consiste en reprimir lo que sienten, sino en aprender a gobernar sus emociones con racionalidad y virtud. Esta filosofía ofrece un marco pedagógico que fortalece la resiliencia y la disciplina, preparando a los adolescentes para enfrentar los retos académicos y sociales con mayor equilibrio. Por ende, es necesario resaltar lo que afirma Castillo (2022) “el estoicismo en la escuela secundaria ayuda a transformar la ansiedad y la frustración en aprendizajes significativos” (p. 67), en relación con lo antes expuesto se logra evidenciar que su aplicación práctica contribuye directamente a la formación integral de los jóvenes.

Sin embargo a pesar de algunos desafíos que sea van presentando es necesario que los docentes sean una guía constante para que hagan ese acompañamiento y así poder evidenciar un proceso formativo personal, donde el control de emociones sea lo

mas resaltante, por lo tanto, cuando este elemento filosófico logra mezclarse con la educación los resultados que se obtienen son bastante aceptables, por ende, la educación se caracteriza por ser un aspecto de calidad que genera conocimientos solidos para la generalización de un aprendizaje significativo, los cuales serán aplicados en el día a día con el objetivo de poder obtener un desarrollo, social, emocional y personal, donde cada uno de los jóvenes salgan netamente preparados y tengan control de sí mismo fomentando los valores como principio único.

Además, la incorporación del estoicismo en la educación secundaria también abre oportunidades para integrar valores universales como la prudencia, la empatía y la responsabilidad en la vida escolar. Al promover la reflexión crítica y el autocontrol, esta filosofía se convierte en un recurso pedagógico que humaniza el aprendizaje y fortalece la convivencia. En el contexto colombiano, donde los estudiantes enfrentan presiones sociales y académicas, el estoicismo se presenta como una herramienta que ayuda a construir proyectos de vida más sólidos y conscientes. Por lo cual Moreno (2023) indica que “el estoicismo aplicado en adolescentes fortalece la gestión emocional y la convivencia escolar” (p. 82), lo que demuestra que su impacto trasciende lo académico y se proyecta hacia la vida cotidiana.

En síntesis, los desafíos y oportunidades del estoicismo como enfoque formativo para la gestión emocional en estudiantes de secundaria en Colombia se relacionan con la necesidad de adaptar esta filosofía a la realidad escolar, pero también con su enorme potencial para transformar la educación en un proceso más humano e integral. Al unir la

dimensión académica con la ética y la emocional, el estoicismo ofrece un camino para formar jóvenes resilientes, críticos y conscientes, capaces de enfrentar la incertidumbre con serenidad y de construir relaciones más sanas dentro y fuera del aula.

REFERENCIAS

- Castillo, J. (2022). *Estoicismo y gestión emocional en la educación secundaria*. Editorial Universidad Nacional.
- Congreso de la República de Colombia. (2025, 28 de julio). Ley 2503 de 2025. Por medio de la cual se crea y se implementa la Cátedra de Educación Emocional en todas las instituciones educativas de Colombia en los niveles de preescolar, básica y media y se adoptan otras disposiciones. Departamento Administrativo de la Función Pública.
- Delgado, R. (2021). *Gestión emocional y filosofía estoica en adolescentes*. Editorial Universidad Pedagógica.
- Fernández, P. (2024). *Formación integral y filosofía estoica en jóvenes*. Editorial Universidad de Antioquia.
- García, L. (2022). *Resiliencia y filosofía estoica en la educación secundaria*. Editorial Universidad Nacional.
- López, J. (2021). *Estoicismo y educación emocional en adolescentes*. Editorial Universidad Pedagógica.
- Méndez, L. (2021). *Gestión emocional y filosofía estoica en la educación secundaria*. Editorial Universidad Pedagógica.
- Morales, C. (2022). *Estoicismo y formación integral en la educación secundaria*. Editorial Universidad Nacional.
- Moreno, L. (2023). *Filosofía estoica y formación integral en adolescentes*. Editorial Universidad Pedagógica.
- Pérez, M. (2023). *Acciones pedagógicas y filosofía estoica en la educación secundaria*. Editorial Universidad Nacional de Colombia.
- Ramírez, J. (2023). *Estoicismo y gestión emocional en la educación secundaria*. Editorial Universidad Nacional.
- Rojas, A. (2023). *Estoicismo y formación integral en adolescentes*. Editorial Universidad Nacional.
- Torres, M. (2020). *Filosofía estoica y formación integral en adolescentes*. Editorial Universidad Pedagógica