

Francía Cabrera Piña y Rebeca Ortega Salas

# Compartiendo emociones entre las escuelas de Puerto Rico-México

## Proyecto Internacional, Expresa lo que sientes

### Resumen

Expresa lo que sientes es un proyecto colaborativo de RedEscolar ILCE, que tiene como finalidad reconocer e identificar las emociones para desarrollar la capacidad de regularlas; así como identificar las emociones de los demás, para establecer relaciones intrapersonales e interpersonales de manera armónica y saludable. Se implementa dos veces al año; en primavera y otoño.

Además se presentan las evidencias del trabajo conjunto realizado entre estudiantes de Puerto Rico y México, y la experiencia de la Maestra Francía Cabrera Piña, quien moderó las actividades de la escuela de Puerto Rico.



## Introducción

El proyecto colaborativo, *Expresa lo que sientes*, está dirigido a alumnos de primero a tercer grado de preescolar; de primero a sexto grado de primaria; y de primero a tercer grado de secundaria. Está estructurado en cuatro sesiones, que se trabajan en doce semanas, en las cuales los alumnos realizan actividades que les permiten desarrollar habilidades socioemocionales.

El proyecto apoya a los alumnos en tener un mejor aprendizaje en las asignaturas de Formación Cívica y Ética, Artes, Español y en el área de Educación Socioemocional. Estos aprendizajes se logran a través de la lectura de textos narrativos, casos de resolución de problemas de *bullying* y conflictos escolares; videos, técnicas y estrategias de autoconocimiento y autocontrol de emociones, entre otros.

Las actividades del proyecto se realizan utilizando herramientas digitales como el *Canva* y *Piktochard*, con éstas se crean infografías y presentaciones; *Pixton* y *Comic Life*, para diseñar cómics; y dispositivos móviles para elaborar videos.

La comunicación e interacción entre los estudiantes y la moderadora (en el ILCE), se lleva a cabo a través de foros de discusión; espacio donde se escriben opiniones y reflexiones sobre las emociones; videoconferencias en Zoom, donde se presentan los trabajos realizados en conjunto por los estudiantes de ambos países. También se cuenta con un muro digital (en *Padlet*), donde comparten sus trabajos y opiniones.

## Desarrollo

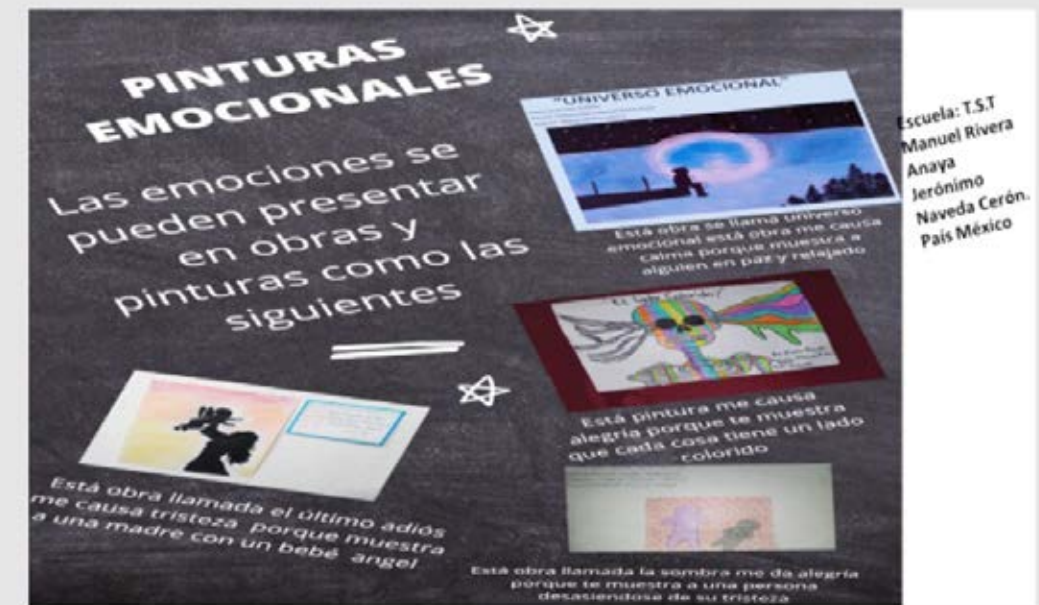
Cada emisión del proyecto nos deja experiencias de aprendizaje diferentes; en la emisión otoño 2021, se trabajó internacionalmente con estudiantes de Puerto Rico y México; el grupo de Puerto Rico estuvo a cargo de la Maestra Francia Cabrera Piña, integrado por 10 alumnos de edades de 9 a 16 años, de los niveles primaria y secundaria.

Este grupo tiene como particularidad ser parte del *Proyecto Doble Excepcionalidad 2e: Apoyo a Familias, Estudiantes, Escuelas, y Comunidad mediante Trabajo Interdisciplinario (DE AFECTo)*, el cual coordina la Universidad de Puerto Rico, en la Facultad de Educación, consiste en ofrecer apoyo a las familias con hijos/as con doble excepcionalidad; son estudiantes dotados con capacidades altas intelectualmente y con algún problema de aprendizaje; lectura, escritura o matemáticas.

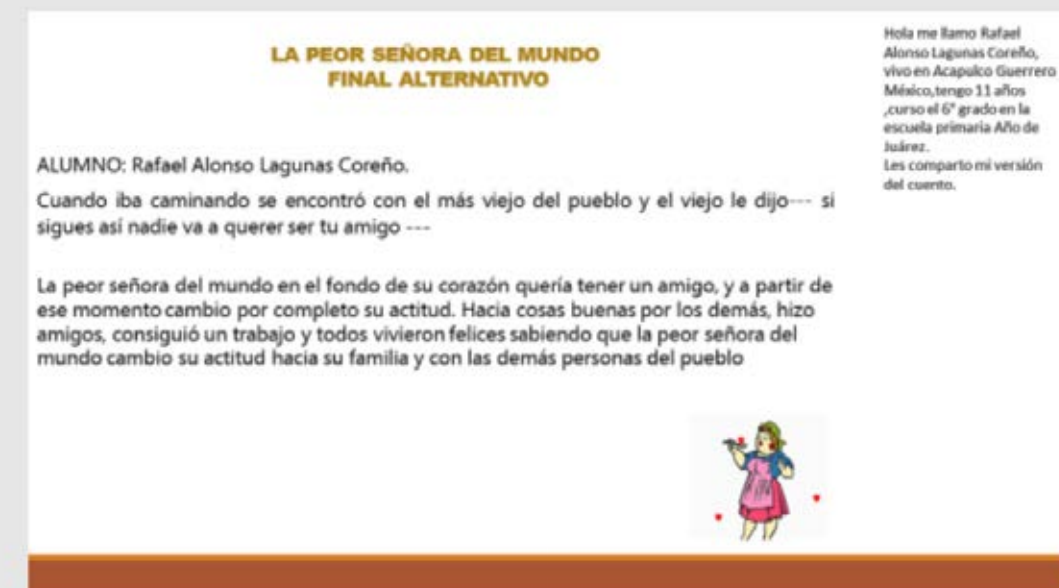
El propósito del proyecto es fortalecer las habilidades de estos estudiantes en estas áreas académicas y en el desarrollo de habilidades socioemocionales, la Maestra Cabrera, como investigadora del proyecto, convocó e invitó a los estudiantes de Puerto Rico a participar voluntariamente en el Proyecto Colaborativo de RedEscolar, *Expresa lo que sientes*, para reforzar a estos estudiantes en el área socioemocional.

El grupo de estudiantes de México, de Acapulco, Guerrero, estuvo a cargo de la profesora Karen Gessell Carrillo Carbajal y el Ing. Alejandro Quijas Gómez, quienes participaron con nueve estudiantes de once años de edad, de sexto de primaria.

El resultado obtenido del trabajo conjunto de los estudiantes de las clases entre México-Puerto Rico se muestran a continuación:



En la sesión 1, *Las emociones, mis emociones*, los alumnos con apoyo de un video, revisaron el concepto de emoción, los tipos de emociones; y plasmaron con dibujos lo que para ellos representan las emociones: también conocieron la manifestación de las emociones a través del arte y la música.



En la sesión 2, *Las emociones de los otros*, en textos narrativos, los estudiantes exploraron las emociones positivas y negativas, y los pensamientos e intenciones de los personajes que intervienen en cuentos e historias, como *La peor señora del mundo*; a través de este ejercicio identificaron las emociones que sienten otras personas y propusieron un final diferente de la historia.





17/nov/2021

PR, San Juan

Hola me llamo Paola y me contaron por lo que estas pasando, me siento con furia y tristeza de lo que te estan haciendo. Te propongo algo por que no de ahora en adelante no somos ¿amigos? Verdad buena idea. te prometo que intentare proteger lo más que puedo pero solamente si eres VALIENTE si no lo eres vale con el tiempo puedo hacer que mejores eso pero si tienes una autoestima grande mas valiente seras, por que te pedi ser valiente por que cuando yo no este quien te cuidara yo no sere (verdad) pues simplemente con la valentia podras vencer cualquier obstaculo. Ahira no dejes que esos mocosos/as te molesten o hagan algo defiendete y habla con un adulto de tu confianza o si sigue denunciarla/o. espero que te cuides y cojas estos consejos de todas las personas que te escribieron cartas

Con mucho amor 🍷 y cuidado

Pao

**En la sesión 3, Manejo de emociones**, los estudiantes hicieron lecturas de textos de casos de problemas que se viven en la escuela, como el *bullying*, donde, desde la empatía, escribieron una carta a *Jaime*; personaje de la historia quien es molestado por sus compañeros -aconsejándole y solidarizándose con él- para dar solución a su problema; también leyeron un caso hipotético de un conflicto que se genera entre compañeros, y desde la tolerancia, propusieron posibles soluciones al conflicto, a través de un cómic.

Nombre: **Paola.**

Lugar: **Puerto Rico.**

**Proyecto de la comunidad de 2e Doble excepcionalidad.**

Comparto con ustedes la carta que realicé para Jaime. Es una carta en la que comparto con él mis sentimientos y me pongo a disposición para ofrecer ayuda. El maltrato hacia los demás es una acción que no se puede promover. Por esto hay que realizar un paro y buscar ayuda.

**Foro 4 - Cómo expreso mis emociones (Oto21)** 1 mes 2 semanas antes #26824

• 10DPR0042C



Hola!

Yo durante la pandemia me senti, muy preocupada pensando que esto no se iba a terminar nunca y yo queria salir, ir con mis abuelitos, teníamos mucho miedo porque decían primero que era un virus que andaba en el aire, y yo hasta miedo salir al patio, luego mi mamá viendo las noticias todos los días, y muertos y más muertos, y yo con más miedo, cuando ya nos dijeron que íbamos a regresar a la escuela yo no quería por todo lo que decían en la tele, pero pues nos dijeron que teníamos que regresar y ni modo aquí estoy con miedo y llego a la casa y me siento a salvo.

**Foro 4 - Cómo expreso mis emociones (Oto21)** 1 mes 2 semanas ante #26856

• Anónimo



10DPR0042C escribió:

Buenos días.

Hoy escribimos acerca de cómo nos sentimos durante la pandemia, y yo escribi acerca de la muerte de mi abuelito, fue muy triste para mi, y si quería platicarles a mis amigos de la escuela que sentía yo y pues no se podía, pero fue muy triste, no supe que hacer para no sentirme así, porque toda la familia estaba igual que yo.

Quieran mucho a sus abuelitos.

Hola,

Siento mucho tu perdida, expresar tu dolor con tus amigos es importante te ayudará a entenderlo a manejarlo, también es importante que lo platiques con tus papás, tus hermanos para que sepan cómo lo están viviendo cada uno de ustedes y se apoyen.

Saludos

Rebeca Ortega Salas

Moderadora del Proyecto.

**En la sesión 4, Cómo expreso mis emociones**, los estudiantes realizaron una reflexión sobre las emociones que experimentaron durante el confinamiento por la pandemia; ¿cómo se sintieron? ¿Cómo lo vivieron? las cuales realizaron por escrito en el foro de discusión y en textos en sus cuadernos.

## Experiencia de la Maestra Francia Cabrera desde Puerto Rico Proyecto internacional: Expresa lo que sientes

Colaboración de México y Puerto Rico

Periodo: septiembre a diciembre de 2021

Profesoras: Francia Cabrera Piña, de Puerto Rico y Karen Gessell Carrillo Carbajal, de México



Para lograr la interacción y el trabajo de colaboración entre los participantes de ambos países en el proyecto, se utilizaron diferentes herramientas digitales, entre las que se encuentran: *Padlet*, *Google Sites*, *Zoom*, *Google Meet*, que sirvieron como espacio de interacción entre los estudiantes y profesores de México.

Durante el desarrollo del proyecto se realizaron dos videoconferencias en *Google Meet*, en donde se trabajaron las actividades del proyecto con los estudiantes de ambos países; derivado de estos encuentros sincrónicos, los alumnos elaboraron los trabajos que se presentan en el muro digital (*Padlet*).

La coordinadora general del proyecto *Expresa lo que sientes*, fue la Profesora Rebeca Ortega Salas, de Red Escolar del ILCE, quien moderó el trabajo del proyecto que desarrollamos con los estudiantes, una servidora -Francia Cabrera- y la profesora Karen Gessell Carrillo Carbajal, de Acapulco, Guerrero, México.

Al finalizar las actividades de las 4 sesiones, se aplicó la siguiente encuesta a los estudiantes de Puerto Rico, con los siguientes resultados:

- ¿Te sentiste incómodo en participar en las sesiones?  
Un 90% contestó que no y un 10% sí.
- ¿El proyecto cumplió con tus expectativas?  
Un 90% indicó que sí y un 10% comentaron que sobrepasó las expectativas.
- ¿Qué fue lo que más te gustó del proyecto?  
Las aplicaciones y animaciones, las reuniones, conocer gente nueva, la carta de Jaime; ya que lo hizo reflexionar sobre lo que ha pasado en su vida, compartir nuevas experiencias y emociones, los sentimientos y conocer las emociones de los compañeros.
- ¿Qué fue lo que menos te gustó?  
A veces no podía participar porque tenía Karate. Todo me gustó; y solo había un participante que no dejaba que los demás contestáramos; y algunos de los trabajos no me gustaron.
- ¿Qué te parece la experiencia de conectar con otros de manera virtual?  
Divertido, buenísima, la experiencia fue bastante única. A diferencia de una reunión en persona, ésta la pude hacer yo en cualquier sitio que logré conectarme; muy feliz, me gustó, pero me hubiera gustado más en presencial. Me gusta más porque estoy en mi casa, es increíble.
- ¿Cuál de las sesiones te gustó más?  
60% contestó que todas las sesiones, 20%, la sesión # 2, en 10% las sesiones # 1 y # 3.
- ¿Volverías a participar de un proyecto de red global con otros países?  
60% dijo sí y 40% no.



La oportunidad de haber fungido como investigadora, profesora para impartir las sesiones y facilitadora del proyecto, fue una experiencia grata, dando lo mejor de mí. Aportando todo el conocimiento que tengo, desde el inicio hasta el final del proceso para la implementación del proyecto virtual.

Desde el momento que seleccioné el proyecto, en mi corazón sentí la necesidad de impactar a los estudiantes. Al igual, me alegró mucho haberme dado la oportunidad de aportar y *apoyar en el área socioemocional, a los estudiantes del Programa DE AFFECTo en Puerto Rico.*

Todos los estudiantes lograron, en primer lugar, reconocer sus emociones, y las emociones de los demás. Sin embargo, desarrollar la habilidad de controlar las propias emociones, todavía es un proceso que deben seguir trabajando. Es algo, que realmente, por las etapas de crecimiento por las que están transitando, permanecerán en continuo cambio, así como seguir trabajando en prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas. Se les proveyó por medio de las actividades elaboradas del proyecto, *Expresa lo que sientes*, herramientas para regular y ayudar a controlar cualquier emoción que no deseaban seguir replicando.

## Conclusiones

### Resultados y hallazgos

Al final del proyecto, se aplicó una encuesta de satisfacción en donde los alumnos dieron su opinión sobre tres aspectos del proyecto; los contenidos, la moderación del proyecto y herramientas digitales. Con respecto a los contenidos opinaron: los contenidos que se les presentaron en el encuadre del proyecto se cubrieron en su totalidad; las actividades realizadas tienen estrecha relación con los contenidos abordados y con los recursos digitales y materiales didácticos empleados para el desarrollo de éstos; en consecuencia, se cumplió con lo que esperaban aprender del proyecto.

En cuanto al segundo aspecto; la moderadora del proyecto respondió a todas sus dudas y comentarios. Por último, con relación a las herramientas digitales utilizadas en el proyecto (*Canva y Piktochard, Pixton y Comic Life,*) no tuvieron problemas para manejarlas ni en la participación en los foros. Se sintieron a gusto en las videoconferencias en *Zoom*.

Los estudiantes también manifestaron que participarían nuevamente en este proyecto o en alguno otro de la oferta de RedEscolar y recomiendan a otros estudiantes y a profesores a participar en alguno de los proyectos.

Se logró que los estudiantes identificaran y reconocieran sus emociones, las emociones de los demás, desde la tolerancia, y que propusieran soluciones desde la empatía a los conflictos de *bullying* que se presentan en el aula. Todos estos aspectos los expresaron en diferentes escenarios; en el muro digital (*Padlet*), del proyecto; a través de escritos e imágenes y en las videoconferencias en *Zoom*, en forma oral.



### Reflexión

El trabajo conjunto que se llevó a cabo con alumnos de México y Puerto Rico fue una experiencia gratificante para los estudiantes de ambos países, les permitió conocer su forma de pensar, manifestaron la emoción que les provocó trabajar con las actividades del proyecto con sus pares de otro país, mostraron compromiso y gran entusiasmo en cada actividad que desarrollaron.

Abordar el tema sobre la pandemia y el confinamiento por el Covid-19, permitió a los alumnos compartir las situaciones y las emociones por las que atravesaron durante ese periodo: el intercambio de experiencias entre los estudiantes de México y Puerto Rico les permitió darse cuenta de que en otros sitios estaban pasando situaciones similares a las de ellos, que no fueron los únicos que sintieron miedo, enojo, frustración, tristeza, etcétera.



## Referencias

- Hernández, Z. M, T. T. H. M. (2018). *El desarrollo de habilidades socioemocionales de los jóvenes en el contexto educativo*. 18 de abril de 2022. <https://www.inee.edu.mx/wp-content/uploads/2019/05/10AIDia.pdf>
- López, C. E. (2005). *La educación emocional en la educación infantil*. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, vol. 19, núm. 3, diciembre, 153-167. Universidad de Zaragoza, España. 22 de abril de 2022. <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927009.pdf>
- RedEscolar (2021). *Proyecto colaborativo, Expresa lo que sientes*. 12 de abril de 2022. [https://redescolar.ilce.edu.mx/sitios/proyectos/inteligencia\\_emocional\\_oto22/presentacion.html](https://redescolar.ilce.edu.mx/sitios/proyectos/inteligencia_emocional_oto22/presentacion.html)
- RedEscolar (2021). *Proyecto colaborativo, Expresa lo que sientes. Muro digital (Padlet)*. 7 de mayo. [https://padlet.com/RedEscolar\\_Expresa/fs9eyhmq1gkuc1dh](https://padlet.com/RedEscolar_Expresa/fs9eyhmq1gkuc1dh)
- Revista de educación (2017). *Desarrollo de Habilidades Socioemocionales: una tarea que involucra a los colegios*. 23 de abril de 2022. <http://www.revistadeeducacion.cl/desarrollo-habilidades-socioemocionales-una-tarea-involucra-los-colegios/>

## Ficha de las autoras

**Francia Cabrera Piña:** [francia.cabrera@upr.edu](mailto:francia.cabrera@upr.edu)

Maestra en Investigación y Evaluación Educativa (Universidad de Puerto Rico)

Evaluadora y Terapeuta Educativa, ofrece apoyo a poblaciones desde la niñez hasta la adultez en la rehabilitación de destrezas académicas en las áreas de español (lectura y escritura) y matemáticas. Asesora académica en asuntos de tecnología educativa. Cursa estudios de Doctorado en la Facultad de Educación en Currículo y Enseñanza con subespecialidad en Tecnología del Aprendizaje.

**Rebeca Ortega Salas:** [rortega@ilce.edu.mx](mailto:rortega@ilce.edu.mx)

Licenciada en Biología (UNAM)

Investigadora Educativa del ILCE:

Ha trabajado en el ILCE en el desarrollo de contenidos educativos y diseño instruccional de cursos, diplomados y proyectos colaborativos en línea; capacitación y tutoría en línea y bimodal. Cuenta con cinco diplomados del ILCE en Tecnología Educativa; Certificada por CONOCER; por la *International Society For Technology in Education* (ISTE); y por CERTIPOINT.