

**LA ARTETERAPIA COMO ESTRATEGIA DE FORMACIÓN EN
COMPETENCIAS EMOCIONALES PARA EL EQUIPO DE TRABAJO DE LA
ASOCIACIÓN PERENNE
(Resumen Analítico)**

***ART THERAPY AS A TRAINING STRATEGY IN EMOTIONAL COMPETENCIES
FOR THE WORK TEAM OF THE PERENNIAL ASSOCIATION
(Analytical Summary)***

Autores (Authors): ERAZO ZAMUDIO Nathalia

Facultad (Faculty): EDUCACION

Programa (Program): MAESTRIA EN PEDAGOGIA

Asesor (Support): Mg. CAMILA ANDREA LEÓN VÁSQUEZ

Fecha de terminación del estudio (End of the research) Diciembre 2023

Modalidad de Investigación (Kind of research): Trabajo de Grado

PALABRAS CLAVE

ARTETERAPIA
COMPETENCIAS EMOCIONALES
BIENESTAR EMOCIONAL

KEY WORDS

*ART THERAPY
EMOTIONAL COMPETENCES
EMOTIONAL WELL-BEING*

RESUMEN: La investigación muestra una experiencia de intervención pedagógica en la que se trabajó la contribución de la arteterapia en la formación de competencias emocionales para un grupo de personas, con el propósito de mejorar su desempeño individual y grupal. Para ello, primero se analizaron las competencias presentes mediante una entrevista semiestructurada, luego se implementaron talleres de arteterapia para mejorar estas competencias. A través del análisis de estas experiencias se destaca las principales cualidades del uso de la arteterapia mediante el diseño de una guía que recopila las técnicas y estrategias vistas donde las personas pueden acercarse a sus conflictos internos de manera segura y establezcan relaciones sanas que impulsen una convivencia armónica consigo mismo y los demás. Las conclusiones muestran cómo la participación en los talleres facilitó la gestión asertiva y el amor por sus propias emociones, ayudándoles a incorporar cambios esenciales a nivel personal y

laboral.

ABSTRACT: *The research shows a pedagogical intervention experience in which the contribution of art therapy in the formation of emotional competencies for a group of people was worked on, with the purpose of improving their individual and group performance. To do this, first the present competencies were analyzed through a semi-structured interview, and then art therapy workshops were implemented to improve these competencies. Through the analysis of these experiences, the main qualities of the use of art therapy are highlighted through the design of a guide that compiles the techniques and strategies seen where people can approach their internal conflicts safely and establish healthy relationships that promote coexistence harmonious with self and others. The conclusions show how participation in the workshops facilitated assertive management and love for their own emotions, helping them to incorporate essential changes at a personal and work level.*

CONCLUSIONES: La educación emocional es uno de los recursos más prolijos que pueden adquirir los docentes de primera infancia a nivel personal y laboral, puesto que les permite gestionar sus propias emociones y tener en cuenta las de los demás, especialmente de su grupo de trabajo; lo cual les va a permitir poder afrontar las pequeñas batallas que se presentan en su día a día para poder respirar y mantener la calma ante ellas.

El equipo de trabajo coincidió en afirmar que la educación emocional no sólo es interesante sino necesaria por la metodología trabajada y el papel fundamental que tienen las emociones en la interacción profesor/a – niño o niña inmerso en el proceso de enseñanza y aprendizaje; y consideran que la formación sea de manera continua, pero como capacitaciones fuera del trabajo, ya que dentro de su quehacer pedagógico no hay recursos especializados disponibles y el tiempo que pueden dedicarse a sí mismos también es limitado.

Del análisis de los resultados de esta investigación se concluye que la formación en el desarrollo de las competencias emocionales al igual que en arteterapia, es relevante el proceso porque en la medida en que la persona aprenda a amar sus emociones, aprende a amar, respetar su proceso, lo que puede fortalecer sus competencias emocionales, para lograr gestionar sus emociones de manera asertiva y mantener su equilibrio emocional.

Aunque la intervención no desarrolló las cinco dimensiones que presentan las competencias emocionales, el equipo de trabajo al finalizar los tres primeros talleres de formación percibió una mejora en su capacidad para conocer y comprender sus emociones y tener en cuenta las emociones de los demás para así no tomarse las cosas de manera personal. De igual manera, la participación

en los tres talleres restantes incidió positivamente en aquellas secciones relacionadas con la regulación emocional y la capacidad para lograr amar sus emociones y afrontar de manera resiliente los desafíos de su día a día.

Mediante esta investigación y teniendo en cuenta sus limitaciones, se ha querido aportar tanto a la comunidad científica como a los profesionales de la educación, una propuesta alternativa en el desarrollo de competencias emocionales a través de la arteterapia que puede constituir un punto de partida para investigaciones más amplias y para la mejora del rol docente de primera infancia en su quehacer pedagógico y a nivel personal.

Los resultados permiten extraer conclusiones acerca del impacto que tiene la arteterapia en el desarrollo de las competencias emocionales, porque el arte tiene un elevado potencial para expresar emociones libremente, logrando aumentar la percepción de una emoción incluso cuando es contraria a la actividad artística que se está realizando y de esta manera lograr un bienestar emocional y empatía consigo mismo y los demás, pues este tipo de actividades refuerzan la capacidad para enfrentar desafíos, especialmente en tiempos difíciles y adaptarse a situaciones cambiantes.

CONCLUSIONS: *Emotional education is one of the most extensive resources that early childhood teachers can acquire on a personal and professional level, since it allows them to manage their own emotions and take into account those of others, especially their work group; which will allow them to face the small battles that arise in their daily lives so they can breathe and remain calm in the face of them.*

The work team agreed in affirming that emotional education is not only interesting but necessary due to the methodology worked and the fundamental role that emotions have in the teacher-child interaction immersed in the teaching and learning process; and they consider that the training is continuous, but as training outside of work, since within their pedagogical work there are no specialized resources available and the time they can dedicate to themselves is also limited.

From the analysis of the results of this research, it is concluded that training in the development of emotional competencies, as well as in art therapy, is a relevant process because to the extent that the person learns to love their emotions, they learn to love, respect their process, which can strengthen your emotional competencies, to manage your emotions assertively and maintain your emotional balance.

Although the intervention did not develop the five dimensions of emotional competencies, at the end of the first three training workshops the work team perceived an improvement in their ability to know and understand their emotions and take into account the emotions of others so as not to take things personally.

Likewise, participation in the three remaining workshops had a positive impact on those sections related to emotional regulation and the ability to love your emotions and face the challenges of your daily life in a resilient way.

Through this research and taking into account its limitations, we wanted to provide both the scientific community and education professionals with an alternative proposal for the development of emotional competencies through art therapy that can constitute a starting point for research broader and for the improvement of the role of early childhood teachers in their pedagogical work and on a personal level.

The results allow conclusions to be drawn about the impact that art therapy has on the development of emotional competencies, because art has a high potential to express emotions freely, managing to increase the perception of an emotion even when it is contrary to the artistic activity being carried out carrying out and in this way achieving emotional well-being and empathy with oneself and others, since these types of activities reinforce the ability to face challenges, especially in difficult times and adapt to changing situations.

RECOMENDACIONES: Frente a los resultados encontrados, se recomienda priorizar estrategias, proyectos, o programas que favorezcan el desarrollo personal del talento humano de primera infancia, antes, durante y después de su jornada laboral, teniendo en cuenta sus gustos e intereses con el fin de fortalecer su bienestar emocional y mejorar su desempeño dentro de la asociación.

Asimismo, frente a los hallazgos que se manifestaron por medio de las estrategias planteadas, se sugiere que los espacios de esparcimiento estén enfocados en el apoyo grupal y social por parte de los mismos compañeros y/o asociación para evitar que se sigan presentando síntomas de estrés, ansiedad o inestabilidad emocional frente a la gran demanda social y a las condiciones laborales a las que se ven enfrentados diariamente.

En virtud de lo anterior, se invita a la muestra escogida para que utilice las actividades propuestas por la investigadora frente al desarrollo de las competencias emocionales, y a su vez, se conviertan en el grupo ideal que replique los aprendizajes y conocimientos obtenidos a todo el equipo de trabajo para lograr juntos la construcción de un bienestar emocional a nivel personal y laboral.

De manera similar, se recomienda, implementar jornadas pedagógicas para la mejora y la cualificación en educación emocional, donde se potencialice la realización de las estrategias propuestas y conlleve a un mayor dominio de las competencias emocionales, dado que este tipo de procesos requieren actualización constante para obtener nuevos aprendizajes que favorezcan el bienestar emocional de sí mismos y de su grupo a cargo.

Dados los anteriores aportes, se sugiere emplear esta investigación como un documento guía en la gestión asertiva de emociones, ya que su realización no sólo se logró en base a las diversas fuentes teóricas, sino también, gracias a las descripciones y representaciones artísticas que compartieron los participantes sobre su vida personal y laboral. Seguir con este tipo de investigaciones, puede brindar una perspectiva innovadora a nivel pedagógico porque se invita a la población a explorar a profundidad la importancia que tiene el desarrollo de las competencias emocionales en el ámbito educativo inicial, fortaleciendo su bienestar emocional junto con su aprendizaje cognitivo.

RECOMMENDATIONS *Given the results found, it is recommended to prioritize strategies, projects, or programs that favor the personal development of early childhood human talent, before, during and after their work day, taking into account their tastes and interests in order to strengthen their emotional well-being and improve their performance within the association.*

Likewise, given the findings that were manifested through the strategies proposed, it is suggested that leisure spaces be focused on group and social support from the same colleagues and/or association to prevent symptoms of stress from continuing to occur. , anxiety or emotional instability in the face of the great social demand and the working conditions they face daily.

By virtue of the above, the chosen sample is invited to use the activities proposed by the researcher for the development of emotional competencies, and in turn, become the ideal group that replicates the learning and knowledge obtained to the entire team. of work to achieve together the construction of emotional well-being on a personal and work level.

Similarly, it is recommended to implement pedagogical sessions for improvement and qualification in emotional education, where the implementation of the proposed strategies is enhanced and leads to greater mastery of emotional competencies, given that these types of processes require constant updating to obtain new learning that promotes the emotional well-being of themselves and their group in charge.

Given the previous contributions, it is suggested that this research be used as a guiding document in the assertive management of emotions, since its realization was not only achieved based on the various theoretical sources, but also, thanks to the descriptions and artistic representations that the participants shared. Participants about their personal and work lives. Continuing with this type of research can provide an innovative perspective at a pedagogical level because the population is invited to explore in depth the importance of the development of emotional competencies in the initial educational field, strengthening their emotional well-being along with their cognitive learning.