



Sistematización de la experiencia “Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE”- en la Institución Educativa Fe y Alegría La Paz de Manizales (2022–2025)

Olmer Ramírez Castañeda

Omer Luis Redondo Cavadia

Iván Wilson Zambrano Castillo

Artículo de investigación presentado para optar al título de
Magíster en Educación

Tutora

Diana Carolina Fandiño Tabares, Magíster (MSc) en Desarrollo Infantil y Musicoterapia

Universidad de Manizales
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
Maestría en Economía - Virtual
Manizales, Caldas, Colombia
2026

Citar/How to cite	(Ramírez Castañeda et al., 2022)
Referencia/Reference	Ramírez Castañeda, O., Redondo Cavada, O., Zambrano Castillo, I. & Fandiño Tabares, D. C. (2026). Sistematización de la experiencia “Red de Apoyo Cuidadores Emocionales –REDACE”- en la Institución Educativa Fe y Alegría La Paz de Manizales (2022–2025) [Tesis de maestría]. Universidad de Manizales. RIDUM: Repositorio Institucional Universidad de Manizales.
Estilo/Style: APA 7ma ed. (2020)	

Maestría en Educación - Virtual, XVIII

Grupo de Investigación Educación y Pedagogía: Saberes, Imaginarios e Intersubjetividades

Línea de Investigación Desarrollo Humano.

Centro de Estudios Avanzados en Niñez y Juventud - CINDE.

Declaración de inteligencia artificial: el o los autores de este trabajo de grado declaran que han utilizado herramientas de inteligencia artificial (IA), tales como [mencionar herramientas utilizadas, por ejemplo, ChatGPT, Grammarly, Turnitin, Copilot, Gemini, entre otras], de manera ética y responsable, tal como se establece en el Acuerdo UManizales 002 (julio 26 de 2023) sobre propiedad intelectual e IA. Estas herramientas son empleadas como apoyo en la redacción, revisión gramatical y generación de ideas, pero en ningún caso sustituyen el análisis crítico, la argumentación académica ni la originalidad del trabajo. Asimismo, cualquier contenido generado con asistencia de IA está citado y referenciado adecuadamente, garantizando la integridad académica y el cumplimiento de los principios éticos de la investigación.

Biblioteca y Centro de Recursos: <https://biblioteca.umanizales.edu.co/>

Repositorio Institucional: <http://ridum.umanizales.edu.co/>

Universidad de Manizales: www.umanizales.edu.co

Revistas: <http://revistasum.umanizales.edu.co/>

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Manizales ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

Resumen

La necesidad de involucrar la educación emocional en la escuela no solamente es respaldada por investigaciones a nivel internacional, sino que obedece a las últimas disposiciones legales en Colombia, respondiendo a la complejidad de los desafíos sociales, psicoafectivos y cognitivos que enfrenta el sistema educativo. Este ejercicio de sistematización se configura como una mirada retrospectiva y reflexiva tras cuatro años de trabajo con los estudiantes de la Institución Educativa Fe y Alegría la Paz de la ciudad de Manizales, entre 2022 y 2025, mediante el cual se pretendía brindar alternativas para el mejoramiento de la salud mental y soslayadamente propender por un mejor desempeño académico. El proyecto 'Red de Apoyo Cuidadores Emocionales' - REDACE, implementado entre 2022 y 2025, constituye un caso paradigmático que bien vale la pena analizar desde lo pedagógico y lo emocional. Se concibió como una iniciativa orientada a la identificación de factores de riesgo emocional, con miras a diseñar estrategias encaminadas a la gestión de las emociones, a través de la mediación artística, buscando canalizarlas y direccionarlas desde una perspectiva más humanizante. Sistematizar esta experiencia significó profundizar en lo que representa para los actores escolares, y determinar el impacto en los participantes directos, junto con la influencia en la transformación del ambiente escolar, articulando evidencias, perspectivas teóricas y hallazgos cualitativos.

Palabras clave: emociones, educación emocional, grupos de apoyo, mediación artística, cuidadores emocionales.

Abstract

The need of involving emotional education in school processes is not only supported by international investigations but also obeys to legal requirements in Colombia in response to social, cognitive and psycho-affective challenges that educational system must face. This systematization exercise emerges as a reflexive flashback after four-years-hardwork with the students of “Institución Educativa Fe y Alegría la Paz” of Manizales City, from 2022- 2025, intended to give new strategies to improve mental health and to get a better academic performance. The ‘Red de Apoyo Cuidadores Emocionales’ - REDACE, project, that took place between 2022 and 2025, becomes a paradigmatic case which is well worth analyzing from pedagogic and also emotional

points of view. It was conceived to identify emotional risk factors and after that designing strategies to manage emotions through artistic mediation aiming to know what to do with them from a real human point of view. Systematizing this investigative experience meant delving deeper into what it truly represents for school actors and determining the extent of its impact on direct participants, as well as its influence on transforming the school environment, bringing together evidence, theoretical perspectives, and quantitative findings.

Keywords: scientific article, review article, research, citation styles

Introducción

Figura 1

Collage: Encuentro REDACE.



La presente sistematización surgió de la necesidad de comprender con rigurosidad un fenómeno que adquiere creciente relevancia en el ámbito educativo: la expresión emocional de los estudiantes como manifestación de procesos internos que, con frecuencia, no son identificados ni abordados de manera adecuada en el contexto escolar.

En la cotidianidad de las instituciones educativas, es habitual encontrar estudiantes catalogados como “desobedientes”, “perezosos” o “irreverentes”, sin considerar que tales comportamientos pueden constituir expresiones de dificultades en la regulación emocional o intentos incipientes de comunicar afectos que aún no logran ser verbalizados.

Frente a este panorama, se hizo necesario problematizar el aula como escenario socioemocional, interrogando las dinámicas que allí se configuran y su relación con los procesos cognitivos que sustentan el aprendizaje.

La experiencia que fue objeto de la sistematización es el proyecto “Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE”, desarrollado en la Institución Educativa Fe y Alegría la Paz de la ciudad de Manizales, en el periodo de 2022 y 2025.

La sistematización se desarrolló con el objetivo de analizar de manera estructurada el proceso pedagógico implementado, reconstruyendo los hitos, tensiones y aprendizajes que emergieron durante su ejecución. Este ejercicio permitió integrar la revisión de datos, la reflexión crítica sobre la práctica, el análisis de las voces de docentes, estudiantes, graduados y la confrontación de los hallazgos con referentes teóricos pertinentes.

Su propósito central fue comprender cómo la mediación artística, utilizada como estrategia pedagógica alternativa, incidió en el reconocimiento, la expresión y la gestión emocional de la comunidad educativa involucrada.

Desde esta perspectiva, el proceso se enmarca en los postulados de la educación emocional, entendida —siguiendo a Bisquerra (2020)— como un proceso educativo continuo y permanente, orientado a potenciar el desarrollo emocional como componente indispensable del desarrollo cognitivo. Bajo este enfoque, el proyecto “Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE” buscó consolidar al docente como agente mediador de interacciones armónicas y como facilitador de experiencias formativas que integran lo afectivo y lo cognitivo. La mediación artística se configuró así, como un recurso didáctico para favorecer la expresión simbólica, la toma de conciencia emocional y la adquisición de habilidades socioemocionales.

En consecuencia, esta sistematización tiene un doble propósito: por un lado, ofrecer una comprensión profunda de los procesos, metodologías y resultados obtenidos; y por otro, generar insumos que permitan fortalecer, ajustar o redireccionar futuras intervenciones en educación emocional. La reconstrucción analítica del camino transitado posibilita no solo evaluar la pertinencia de las estrategias empleadas, sino también formular nuevas preguntas y orientar líneas de acción que contribuyan a mejorar el bienestar y el desarrollo integral de los estudiantes, quienes —como señala Bisquerra— requieren recursos y estrategias para afrontar los desafíos inherentes a su formación y a la vida cotidiana.

En las siguientes páginas se describe el marco, la metodología, los hallazgos, las técnicas y conceptos que se utilizaron, a través de los cuales se detalla de qué manera un proceso pedagógico alternativo, en particular a través de la mediación artística, puede llegar a transformar las realidades de docentes, estudiantes y graduados esperando aportar claridad, generar nuevas preguntas y fomentar un aprendizaje colectivo.

En lo que tiene que ver con experiencias previas encaminadas a la gestión emocional en el aula, un antecedente investigativo es “El arte como generador de emociones: estudio de ocho narrativas de estudiantes de posgrado”.

En el marco del Máster de Divulgación Científica de la Universidad Pública de Navarra y la Universidad del País, se pidió a 35 estudiantes de posgrado, en la asignatura Ciencia y Arte, impartida por la Investigadora Margarita Lorenzo, que eligieran una obra de arte y describieran las emociones que les provocaba en no más de 500 palabras. Este grupo, compuesto por 20 mujeres y 15 hombres de entre 24 y 45 años, no tenía experiencia previa en Bellas Artes. El objetivo era mostrarles que podían emocionarse con el arte, a pesar de su falta de curiosidad en el tema. Se permitió una amplia definición de arte, incluyendo videoclips musicales.

Los trabajos se entregaron en una semana mediante una plataforma online de la universidad. Aunque el ejercicio no tenía fines terapéuticos, se presentaron tanto emociones positivas como negativas en todos los participantes. Se seleccionaron las narraciones de 8 estudiantes, destacando una en particular que ilustra la conexión entre arte y emociones, donde la música ofrece un refugio y ayuda al lidiar con los problemas.

Otro antecedente, sobre el cual se indagó y vale la pena destacar por la cercanía al contexto de Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE, es “El arte para el manejo de las emociones. El arte como estrategia pedagógica para el manejo de emociones en niños y niñas de

grado preescolar de la Institución Educativa Inmaculada”. Experiencia de investigación propuesta por estudiantes de la licenciatura de pedagogía infantil de la UNAD, Colombia en San Andrés de Tumaco, municipio ubicado al sur del departamento de Nariño, en límites con la provincia de Esmeraldas (Ecuador).

La investigación se realizó con un grupo de 22 niños (12 niños y 10 niñas), de transición, junto con su docente titular. “A través del trabajo directo en el aula, se identificó una problemática recurrente relacionada con el manejo de emociones, manifestándose en conductas disruptivas que afectan la dinámica escolar y el proceso de enseñanza-aprendizaje”.

Tras los hallazgos se determinó que era necesario convertir el espacio escolar en un entorno de contención emocional, mediante “estrategias pedagógicas basadas en actividades artísticas y de relajación que favorecieron la creación de un ambiente más seguro, empático y motivador. A través de juegos, cuentos, dinámicas plásticas y expresivas, se logró establecer una conexión emocional positiva con los estudiantes, promoviendo la confianza, el reconocimiento de las emociones y su regulación.”

Metodología

La sistematización se ha convertido en una herramienta clave en el ámbito de la investigación educativa y social, especialmente en el enfoque cualitativo. Esto se debe a que permite recuperar, analizar y resignificar experiencias vividas en contextos reales de intervención. Como lo afirma Jara (2018) “un proceso de sistematización: las reflexiones de fondo que nos permiten, a través de procesos de análisis y síntesis construir interpretaciones críticas sobre lo vivido y desde la riqueza de la propia experiencia” (p. 157). En este sentido, la sistematización prioriza una comprensión profunda de los fenómenos sociales a partir de la voz de los participantes, el análisis crítico y la interpretación colectiva.

Entre las ventajas más destacadas de la sistematización está su capacidad para transformar la práctica en una fuente de conocimiento científico, permite identificar aciertos, dificultades y aprendizajes que surgen durante la ejecución de proyectos educativos o comunitarios, lo que favorece la mejora continua de las prácticas pedagógicas.

El enfoque cualitativo de la sistematización no sigue métodos específicos u organizados, es una vía de investigación que no necesariamente implica mediciones numéricas; se toman entrevistas, encuestas, las opiniones de los investigadores y descripciones.

La persona que investiga realiza primero el estudio del contexto que trabajará, luego observa el fenómeno de estudio y después prosigue con teorías según lo que observa. Sin lugar a duda la sistematización no es una simple técnica de investigación, sino un proceso epistemológico y holístico que fortalece la comprensión crítica de las experiencias contextuales. Al articular la reflexión con la acción, la sistematización aporta significativamente a la investigación cualitativa, permitiendo que la práctica se convierta en fuente abundante de conocimiento, innovación y transformación social.

En el caso de Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE, la sistematización ha vertebrado no solo el diseño, sino el seguimiento, la evaluación y la interpretación del impacto sobre los actores escolares. El proceso ha transitado desde la reconstrucción histórica (identificación de momentos clave, actores, recursos y obstáculos), pasando por la reflexión crítica sobre sentidos, hasta llegar a la formulación de aprendizajes clave para la mejora y la continuidad futura. Esta lógica participativa y reflexiva ha permitido, además, el empoderamiento de docentes, estudiantes, egresados y la apropiación colectiva de la experiencia, potenciando su incidencia transformadora a nivel institucional y comunitario.

Vivir la experiencia

REDACE surge como respuesta educativa a un incremento notable de casos asociados a salud mental tras la pandemia (autolesiones, ideación suicida, ansiedad y depresión). Desde 2022, se consolidan espacios seguros de expresión y contención, basados en mediación artística (música, teatro, artes plásticas, escritura creativa), con participación voluntaria de estudiantes de secundaria y acompañamiento de orientador escolar y docentes; desde la fundamentación del “Manual de formación para la salud mental: componente comunitario”, del Ministerio de salud y protección social del año 2018.

La experiencia se vivió de manera situada, con registro continuo mediante diarios de campo (2022–2025), testimonios, entrevistas, encuestas, fotografías y productos artísticos; y con participación de estudiantes, egresados y docentes como actores claves.

Registros disponibles: diarios de campo (2022–2025), entrevistas a docentes y egresados, encuestas a estudiantes 2025, evidencias audiovisuales y fotográficas, y productos artísticos colectivos.

Plan de sistematización

El objetivo de la sistematización fue analizar de manera crítica y ordenada el proceso, los sentidos y los resultados de REDACE, para comprender cómo la mediación artística y las redes de apoyo entre pares contribuyeron al desarrollo de competencias socioemocionales y a la transformación del clima escolar; y derivar orientaciones para su sostenibilidad y réplica.

El objeto a sistematizar fue la experiencia pedagógica REDACE en la Institución Educativa Fe y Alegría La Paz (Manizales) durante 2022–2025, con énfasis en los procesos de mediación artística, apoyo entre pares y construcción de sentido de pertenencia.

El eje de la sistematización fue “la mediación artística como estrategia para el desarrollo de competencias socioemocionales y la consolidación de redes de apoyo estudiantil en contextos de postpandemia”.

Para la obtención de la información se utilizaron las siguientes fuentes:

- Diarios de campo de prácticas de Psicología (2022–2025).
- Entrevistas estructuradas a docentes y egresados (validación de expertos).
- Encuesta descriptiva a estudiantes activos (37 ítems, 2025).
- Registros fotográficos, audiovisuales y productos artísticos.
- Documentos institucionales (PEI, Manual de Convivencia, legislación colombiana)

Técnicas e instrumentos en la sistematización

La sistematización de esta experiencia incorporó fases de recolección de testimonios, análisis discursivo, identificación de ejes temáticos y triangulación de múltiples fuentes, en línea con los criterios de rigor propios de la investigación cualitativa educativa. Esto ha permitido trascender la esfera de lo anecdótico, consolidando un corpus de experiencias, aprendizajes y modelos que contribuyen tanto al saber teórico como a la mejora práctica de la educación socioemocional.

Para comprender el verdadero impacto de la experiencia Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE en los docentes, estudiantes y egresados objeto de estudio se utilizaron

las siguientes técnicas e instrumentos: entrevista semiestructurada, encuestas y revisión documental.

Entrevista estructurada

Como lo mencionan Hernández et al. (2014) la entrevista busca “conocer a fondo las perspectivas de los participantes respecto de sus vidas, experiencias o situaciones” (p. 394). Se define como una reunión que favorece la interacción entre los participantes (entrevistador – entrevistado) para conversar y así obtener información detallada que no sería posible recaudar de otro modo.

Su aplicación es muy útil para explorar significados y construir interpretaciones en torno a procesos educativos y pedagógicos. Las entrevistas se diseñaron con gran rigor académico, de forma tal que se contó con expertos académicos que llevaron a cabo una revisión exhaustiva para su posterior validación.

Durante el proceso de sistematización se construyeron dos formularios de entrevista. Uno para los graduados que hicieron parte de Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE y culminaron su ciclo de educación básica secundaria, el cual contó con 25 preguntas, que indagaron acerca de lo que representó el proyecto para ellos, junto con preguntas sobre aprendizajes emocionales y lo que les aportó para su proyecto de vida.

Por su parte, el otro instrumento se diseñó para los docentes que hicieron parte de la iniciativa, buscando conocer su percepción sobre el impacto que pudo tener tanto a nivel individual como colectivo, junto con la lectura que otros miembros de la comunidad educativa le dieron al proyecto.

Encuestas

De acuerdo con Arias (2012), la encuesta permite “recoger información de manera sistemática con el propósito de describir actitudes, opiniones o características de una población” (p. 67). Las encuestas de tipo descriptivo que se aplicó durante la sistematización brindaron un insumo de gran valor pedagógico que posibilitó el análisis y la comparación de tendencias entre los grupos de estudiantes actuales. Se aplicó una encuesta de 37 preguntas a estudiantes que hacían parte en el año 2025.

Revisión documental

En la sistematización de la experiencia Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE, se tiene como uno de los principales puntos de partida, determinar qué información se requiere para recobrar lo que se vivió en ella, así como ubicar dónde se halla tal información, junto con sus elementos más significativos.

En este aspecto se recurrió a búsqueda documental y revisión de archivos, entre otros, buscando siempre el enfoque en las competencias socioemocionales, que son el eje de la experiencia, procurando recopilar información significativa, que diera cuenta de lo vivido por los protagonistas, escuchando sus propias voces, de manera que ello se convirtiera en alma y nervio de la sistematización, se realizó revisión de los diarios de campo del periodo 2022 a 2025 que construyeron las practicantes del programa de psicología de la Universidad Católica Luis Amigó de la ciudad de Manizales como insumo principal para el desarrollo de otros instrumentos de recolección de información.

Sustancialmente, se pretendió reconstruir la experiencia de forma estructurada y cronológica, en tanto que la sistematización diera cuenta clara de lo que sucedió, donde sucedió y tal como sucedió, de modo que se contara con los materiales necesarios y suficientes para hacer un análisis y una interpretación crítica de los mismos, confrontar hallazgos y establecer relaciones con experiencias similares.

Marco teórico

Para comprender la problemática descrita anteriormente, se presentan a continuación los estudios realizados en torno a los conceptos centrales y las categorías de interés para el presente trabajo.

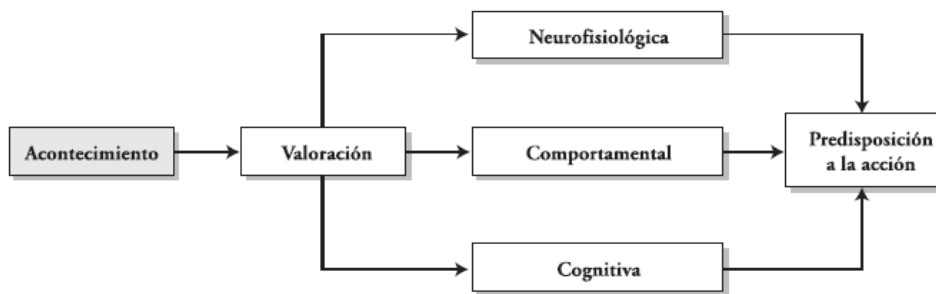
La educación emocional

Para poder acercarnos a una comprensión de lo que implica la Educación Emocional debemos inicialmente tener como referente el concepto de “Emociones”. Aunque en los últimos años son muchos los especialistas y académicos que han intentado dar una definición específica de este término, ha gozado de amplia aceptación la planteada por Bisquerra (2000) cuando afirmó que “una emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación

que predispone a la acción”. Para él las emociones surgen como una respuesta a estímulos (reales o imaginarios; intrapersonales o externos) que generan diversas reacciones neurofisiológicas, comportamentales y cognitivas en el sujeto.

Figura 2

Modelo de emoción



Nota. Bisquerra (2016).

Las emociones generalmente se desarrollan en nuestra relación con otras personas y pueden clasificarse en “Emociones Negativas” como el miedo, la ira, los celos, la ansiedad o la vergüenza; “Emociones Positivas” entre ellas la felicidad, el amor, la satisfacción o la paz, y las emociones ambiguas que pudieran ser positivas o negativas dependiendo de cada situación como la sorpresa, la esperanza y la compasión (Bisquerra, 2000).

Desde esta perspectiva, la educación emocional que se debe impartir desde la familia y las escuelas debe estar centrada en ayudar a que los niños y jóvenes sean capaces de comprender que no son meros sujetos biológicos y cognitivos, sino que tienen una gran variedad de emociones que están ligadas a su personalidad y que por ello deben aprender a regularlas para tomar decisiones conductuales de acuerdo con la circunstancia que estén enfrentando, en la medida en que ellos aprendan a conocer y regular sus propias emociones estarán en la capacidad de comprender las emociones de los demás y actuar con respeto, buscando de esta manera una mejor calidad de vida tanto en lo personal como en lo social.

Este paradigma supone un desafío para los docentes, quienes deberían abrir espacios para la reflexión y la gestión emocional, en lugar de centrarse únicamente en impartir conocimientos que fomenten las habilidades cognitivas. Como lo expresa Retana (2012):

La cognición y la emoción constituyen un todo dialéctico, de manera tal que la modificación de uno irremediablemente influye en el otro y en el todo del que forman parte. Por ello en el aula muchas veces el aprender depende más de la emoción que de la razón con que se trabajan los objetivos del aprendizaje, y se actúa sobre los mismos. Todo esto nos conduce a señalar que, si se gana el corazón del alumno o de la alumna, el aprendizaje está prácticamente asegurado (p. 107)

La inteligencia emocional

Indagando sobre el origen de este término, se encuentra que uno de los primeros en usar la Expresión “Inteligencia Emocional” fue Wayne Payne (1986), quien en su tesis doctoral sobre las emociones plantea que la inteligencia y las emociones están estrechamente ligadas y que las escuelas deberían enseñar a los niños a tener respuestas emocionales. Más adelante Salovey y Mayer (1990) retoman el concepto, pero se le da poca consideración en ese tiempo, hasta que en el año 1995 Goleman publica su libro “Emotional Intelligence” que fue un éxito mundial y a partir de allí se empieza a profundizar sobre el tema. Luego en 1997 Mayer y Salovey redefinen el concepto de inteligencia emocional así:

“La inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual.” (Mayer y Salovey, 1997, p. 10)

Según esta definición, es evidente que se necesita un proceso de formación o educación reflexiva y dinámica para lograr que la inteligencia emocional llegue a su máximo desarrollo. Lo que las escuelas pueden hacer es dar una motivación inicial a los estudiantes para que ellos continúen forjando sus emociones y conociendo las de los demás. Al respecto, la inteligencia emocional para Goleman (1995) tiene los siguientes elementos fundamentales:

- Conocer las propias emociones (autoconsciencia)
- Manejar las emociones (autorregulación)
- Motivarse a uno mismo (automotivación)
- Reconocer las emociones de los demás (empatía)
- Establecer buenas relaciones (habilidades sociales)

Este modelo propuesto por Goleman parte del auto reconocimiento emocional para llevarnos a controlar o suavizar aquellas emociones que pueden hacernos daño o tener un efecto negativo en los demás. A partir de allí el sujeto puede ser empático con las emociones de los demás, lo que lo lleva a desarrollar cualidades que pueden serle de mucha utilidad en su futura vida profesional pues lo ayuda a fortalecer el liderazgo y desarrollo de habilidades comunicativas y sociales efectivas.

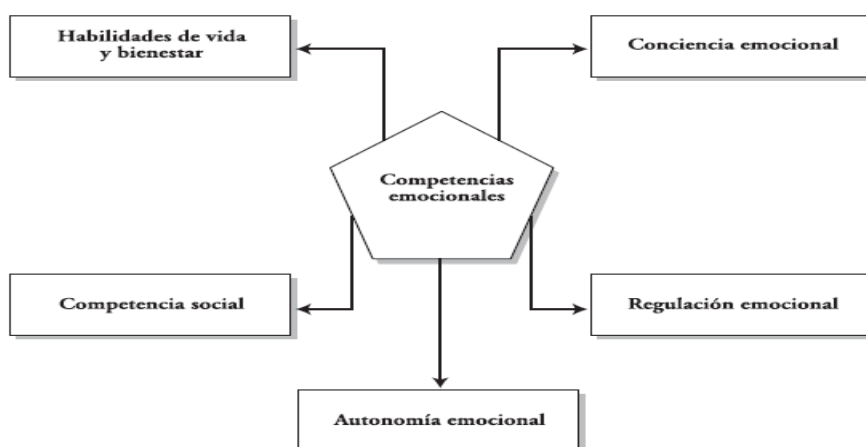
Por esta razón las escuelas que quieren alcanzar la meta de dar una verdadera formación integral deben enfocar esfuerzos en diseñar e implementar estrategias y actividades pedagógicas que fomenten las competencias emocionales en sus estudiantes. Esto implica un proceso de reflexión del currículo y la praxis pedagógica, pero también un proceso de motivación en los estudiantes para que comprendan la importancia que tienen las emociones en su vida.

El modelo pentagonal de las competencias emocionales

Según Bisquerra (2000, 2016), define las competencias emocionales como “el conjunto de conocimientos, capacidades habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales”. Desde este concepto las competencias emocionales se fundamentan en cinco pilares o grandes competencias, conocidas popularmente como el modelo pentagonal.

Figura 3

Modelo pentagonal de competencias emocionales



Nota. Bisquerra (2016)

- La conciencia emocional: Es la capacidad para identificar las emociones propias y las de los demás, poder asignarles un nombre dentro del vocabulario cultural y comprender la estrecha relación que hay entre emoción, comportamiento y cognición.
- Regulación emocional: Es la habilidad para ejercer control apropiado de las emociones ante situaciones de conflicto inesperadas y tener la capacidad de generar de forma consciente emociones positivas a pesar de los retos, llevándonos a tener una mejor calidad de vida.
- Autonomía emocional: Comprende una amplia variedad de elementos relacionados con la autoestima, la automotivación personal, social y profesional; la autoeficacia emocional, la responsabilidad, la actitud positiva que nos lleva a ser justos y compasivos y la resiliencia que nos permite lograr el éxito a pesar de condiciones adversas (guerras, enfermedad, pobreza, etc.)
- Competencia social: Implica la capacidad de comunicarse de forma efectiva y respetuosa. Para ello se debe aprender a escuchar con atención y poder comprender las expresiones gestuales y no verbales que se dan en las relaciones sociales. Esta competencia también abarca ser altruista con quienes lo necesitan, aunque no nos pidan ayuda, anticiparse a los posibles conflictos y de ser necesario poder negociar o mediar para resolver pacíficamente los problemas.
- Competencias para la vida y el bienestar: Es la capacidad de afrontar responsablemente los desafíos de la vida diaria, fijándonos objetivos realistas y positivos y de ser necesario buscar la ayuda y el apoyo en las personas u organizaciones que estén a nuestro alcance. Esta competencia nos lleva a esforzarnos por ser ciudadanos participativos, democráticos, respetuosos de la multiculturalidad y la diversidad, propendiendo por nuestro propio bienestar, el de nuestra familia y el de la comunidad en la que nos encontramos.

Como se puede ver, estas cinco grandes competencias están estrechamente ligadas entre sí y en conjunto tienen como propósito que las personas sean seres íntegros. Desde esa óptica el desarrollo de competencias emocionales debe ser una prioridad para las instituciones educativas, considerando el impacto positivo que pueden tener en la vida de los estudiantes, así como la amplia aplicabilidad en diferentes contextos de su vida personal, familiar y laboral.

Grupos de apoyo: motores de resiliencia

George Herbert Mead afirmó: " Todos los organismos vivos están ligados en su medio o situación social general, en un complejo de interacciones sociales del cual depende su existencia continuada" (Mead, 1934). Es claro que toda persona por naturaleza es un ser sociable, que necesita

estar en constante relación con otros en los diferentes ámbitos o esferas en los que se desenvuelve. Esta necesidad se hace más evidente cuando afrontamos eventos adversos o situaciones complejas que nos hacen debilitar en sentido físico, intelectual o emocional. Es precisamente en esos momentos cuando cobran más importancia los grupos de apoyo social o redes de apoyo para ayudarnos a salir a flote y seguir batallando con nuestras limitaciones y conflictos.

Según Caplan (1974), existen tres maneras de brindar estímulo o apoyo social a otras personas que viven momentos de tensión emocional o social:

- Estimular al otro a operar sus propios recursos psicológicos y a controlar con eficiencia sus bloqueos emocionales.
- Compartir responsabilidades para el logro común.
- Brindar ayuda material, consejo e información para motivarlos a desenvolverse en circunstancias estresantes o desafiantes.

Musitu (1998) expresó lo siguiente:

“Tanto Cassel como Cobb comprobaron, por separado, que los sujetos sometidos a situaciones estresantes en compañía de pares significativos o en un contexto interactivo de apoyo no mostraban los cambios negativos en la salud que presentaban aquellos que enfrentaban tales situaciones en condiciones de aislamiento social. Ambos autores concluyeron que las personas que experimentan sucesos vitales estresantes amortiguan las consecuencias nocivas tanto psíquicas como físicas cuando tales eventos se experimentan con la contribución de apoyos sociales (Cassel, 1974; Cobb, 1976).”

En este contexto, la sistematización de esta experiencia adquiere un gran significado ya que la población objeto de estudio está conformada por alumnos que venían de una experiencia traumática como fue el encierro producto del COVID-19 y muchos llegaron al colegio con sentimientos de temor, desesperanza, frustración por la muerte de seres queridos y otros sentimientos negativos. Muchos de ellos no encontraban en casa el espacio afectivo que necesitaban para desahogarse, ni el apoyo para manejar adecuadamente sus emociones, además porque sus padres o cuidadores estaban atravesando circunstancias emocionales similares. Los grupos de apoyo conformados por pares con edades y circunstancias similares les brindaron la posibilidad de abrirse y poder expresar a través de manifestaciones artísticas, (emociones y sentimientos que tenían reprimidos y eran causa de agobio).

Procedimiento y cronograma

Procedimiento: (i) delimitación del objeto y eje; (ii) acopio y organización de registros; (iii) reconstrucción histórica por hitos; (iv) codificación temática y análisis cualitativo (ATLAS.ti: nubes de palabras y diagramas Sankey); (v) triangulación entre actores (docentes, estudiantes, egresados); (vi) síntesis interpretativa y formulación de recomendaciones.

Cronograma histórico de la experiencia: 2021 (Génesis, alerta en salud mental); 2022 (Salvavidas Emocionales: configuración del espacio creativo y contenedor); 2023 (Consolidación: REDACE como red y semillero artístico); 2024 (Pausa reflexiva y evaluación); 2025 (REDACE 2.0: reinicio con integración académica y vocacional).

Recursos y presupuesto

Recurso humano: orientador escolar, docentes acompañantes, estudiantes líderes, egresados mentores, practicantes universitarios. Recurso material: insumos artísticos (pintura, instrumentos, utilería), espacios físicos de creación y presentación. Recurso tecnológico: ATLAS.ti v25 para análisis cualitativo. Presupuesto: aprovisionamiento básico de materiales, tiempos docentes y logística de eventos.

Recuperando el proceso vivido: Hitos Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE

2021 la génesis

En este año, al que se puede denominar año postpandemia, el orientador escolar de la Institución Educativa Fe y Alegría la Paz de la ciudad de Manizales, se encontró con un panorama desalentador en materia de salud mental de sus estudiantes: más de 250 casos atendidos, enmarcados en episodios de autolesión (cutting), ideación e intento suicida, episodios de ansiedad y depresión, disminución de las habilidades sociales entre otros, hecho que generó alarma en él, y naturalmente en todos los actores escolares.

Se puede decir que esta experiencia tuvo origen en la necesidad de comprender mejor un fenómeno que afectaba a la comunidad educativa, pero ante todo buscar soluciones.

2022 Nace Salvavidas Emocionales

El Comité de Calidad de la Institución Educativa Fe y Alegría la Paz de la ciudad de Manizales visibilizó tanto la situación, como la urgencia de buscar estrategias para abordarla con proyectos de prevención y seguimiento pedagógicos.

En este contexto y teniendo en cuenta la experiencia del orientador como agente primario en salud mental, se pensó en una manera de hacer frente a la problemática, y buscar salidas. Bajo estas circunstancias, se llegó a la conclusión que era menester ofrecer a los estudiantes, alternativas para la gestión emocional, que fuesen más allá del mero discurso y el típico taller, planteando posibles soluciones tanto a corto como a largo plazo.

Tras estas consideraciones se gestó “Salvavidas Emocionales”, cuyos cimientos se construyeron sobre la mediación artística, partiendo de “el aquí y el ahora” de los estudiantes, considerando que los contextos barriales y familiares desencadenaban en distintas situaciones que detonaban en el colegio. El objetivo era claro y sencillo: brindarles espacios de libre expresión, no convencionales, fuera de las aulas y con la mira puesta en la gestión emocional, que les ayudaran a identificar, comprender y actuar para sentirse mejor.

Los estudiantes participantes fueron seleccionados bajo estos criterios: que estuvieran atravesando dificultades en salud mental, que mostraran un alto desempeño académico y que declarasen un interés genuino en vincularse a la experiencia. Además, a partir de una intervención con personal de la secretaría de salud de Manizales, se determinó que deberían estar cursando desde el grado de séptimo en adelante.

Durante esta etapa del proyecto, se consolidó un espacio seguro y creativo en el que los estudiantes de secundaria pudieron explorar y expresar sus emociones a través de diferentes lenguajes artísticos —pintura, música, teatro y escritura creativa— promoviendo la identificación y comprensión de las emociones propias y ajenas, fomentando la empatía, la autorregulación y el trabajo colaborativo.

Este hito representa un avance significativo en el desarrollo socioemocional del grupo, evidenciado en una mayor disposición al diálogo, una mejora en la convivencia escolar y un incremento en la autoestima y la expresión creativa de los participantes. La experiencia reafirma el valor del arte como herramienta pedagógica para el bienestar emocional y la construcción de vínculos saludables dentro del entorno educativo, mediante acciones que anticiparon la presencia de crisis y dotaron a los involucrados de herramientas para enfrentarlas.

De 250 casos atendidos en la oficina de orientación escolar entre el 2020 - 2021, la atención se redujo a 180, hecho que es muy relevante, dada la magnitud y la complejidad de la problemática.

2023 Nace Red De Apoyo: Cuidadores Emocionales – REDACE

Se logró establecer un semillero distante del currículo, en el cual los estudiantes escogían de manera libre y voluntaria un centro de interés artístico en el cual deseaban vincularse.

Tras el fortalecimiento de las competencias emocionales y la consolidación del trabajo artístico, los estudiantes participaron en una etapa de integración en la que plasmaron sus aprendizajes en creaciones colectivas. Estas producciones —exposiciones, performances, composiciones literarias y pictóricas— permitieron visibilizar el proceso vivido y compartirlo con la comunidad educativa, transformando la experiencia individual en una manifestación colectiva de expresión y empatía.

Este hito marca la transición del proceso introspectivo a la proyección escolar, destacando cómo el arte en su condición de mediador pedagógico se convierte en un vehículo para la comunicación emocional, la cohesión grupal y la construcción de una cultura escolar más sensible y respetuosa de la diversidad emocional.

A través de la continuidad de los espacios de mediación y creación, los participantes demostraron una mayor capacidad de expresión simbólica, originalidad y sensibilidad estética, junto con un desarrollo notable en habilidades socioemocionales como la empatía, la autorregulación y la comunicación asertiva.

Los procesos creativos se transformaron en escenarios de autoconocimiento y reflexión, favoreciendo una relación más consciente con las propias emociones y con las de sus pares. Este hito consolida el impacto del proyecto en la formación integral de los estudiantes, reafirmando el potencial del arte como herramienta pedagógica para el bienestar emocional, la convivencia escolar y el fortalecimiento del sentido de pertenencia a la institución.

Durante esta etapa, el proyecto alcanzó un punto de madurez en el que se hicieron visibles los avances tanto en el desarrollo artístico como en la gestión emocional de los estudiantes. Los espacios de mediación artística se consolidaron como entornos de confianza, contención y expresión simbólica, donde cada participante pudo explorar sus emociones, reconocerlas y transformarlas en manifestaciones creativas cargadas de sentido personal y colectivo.

Este proceso favoreció no solo la adquisición de herramientas expresivas, sino también una evolución en su manera de relacionarse con los demás: se observó un mayor asertividad, disposición al diálogo, colaboración y respeto por las diferencias emocionales y resolución de conflictos.

Desde el punto de vista educativo, este hito evidenció que el arte, entendido como mediador, más allá de un simple producto, se convierte en un espacio de aprendizaje integral. Los estudiantes fueron capaces de identificar y gestionar emociones como la ira, la frustración, la tristeza o el agobio, canalizándolas hacia procesos creativos que promovieron la introspección, la reflexión y la autoestima. Asimismo, el acompañamiento docente facilitó la contención emocional y la lectura pedagógica de los avances, integrando las experiencias artísticas con los objetivos formativos del proyecto.

En síntesis, este hito representa la consolidación de un proceso en el que la práctica artística se transformó en una vía para el desarrollo emocional, la autonomía personal y la construcción de vínculos más saludables dentro del entorno escolar. Los logros alcanzados durante esta fase sientan las bases para la sostenibilidad del proyecto, reafirmando la importancia de la mediación artística como herramienta esencial en la educación emocional de los adolescentes.

2024 Periodo de reflexión

Desde una perspectiva objetiva, se podría afirmar que no es propiamente un hito, en tanto que en la de la Institución Educativa Fe y Alegría la Paz de la ciudad de Manizales se vieron avocados a hacer un alto, por diversas razones y por tanto no se llevaron a cabo acciones propiamente dichas dentro del proyecto. Sin embargo, hubo lugar para la reflexión, el análisis y la evaluación de lo recorrido, lo logrado, lo que quedó atrás, lo que podría venir y sobre todo la nostalgia por haberse detenido.

Este proceso permitió reconocer que Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE tenía vida propia y que solamente necesitaba un pequeño impulso para ponerse nuevamente en marcha. Generó conciencia sobre lo que se había alcanzado y lo importante que era para la IE, contar con una iniciativa de tal magnitud, que de forma directa e indirecta contribuía con los aprendizajes y el clima dentro y fuera del aula.

La Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE de alguna manera estaba convirtiéndose en el ADN institucional; sin pretensión alguna se había consolidado como algo

esencial en la vida escolar y por lo tanto debía ser sacado de la caja, puesto que se había anticipado a lo que por estos días se ha convertido en norma: enfoque pedagógico a la salud emocional en el contexto escolar.

2025 Red de Apoyo: Cuidadores Emocionales 2.0

Esta etapa implica un renacer de la experiencia, a la que se denominó Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE 2.0, en la cual se evidencia una especie de fusión con lo académico y la orientación vocacional.

A pesar de que la participación fue mucho más baja que en el 2022 y 2023. La marcha continúa con enfoque en lo que los estudiantes quieren hacer a través de la mediación artística - montar una obra de teatro, dibujar, escribir, etc. – motivados por el hecho de contar con espacios para la distensión emocional, lo que se evidenció en disminuciones significativas en la ocurrencia de episodios relacionados con salud mental.

Este hito fue un momento de síntesis, evaluación y proyección, en el que se integraron las experiencias vividas a lo largo del proceso de mediación artística y estuvo orientado a reconocer los aprendizajes adquiridos, visibilizar los cambios personales y colectivos, y proyectar la continuidad de las prácticas artísticas como estrategias sostenibles de bienestar emocional dentro de la comunidad educativa.

A través de espacios de diálogo, autoevaluación y creación colectiva, los estudiantes y graduados reflexionaron sobre su recorrido emocional y artístico, identificando las transformaciones alcanzadas en su manera de expresarse, relacionarse y comprender sus emociones. Se evidenció un fortalecimiento del sentido de pertenencia al grupo, así como una mayor conciencia sobre el valor del arte como herramienta para el autoconocimiento, la convivencia e inclusive la exploración vocacional.

Esta etapa, representa una apertura: la proyección del arte como eje transversal de la educación emocional. A partir de los logros alcanzados, se propone continuar fortaleciendo estos espacios, integrando la mediación artística de manera permanente en las prácticas pedagógicas, y promoviendo el trabajo interdisciplinar entre arte, educación y bienestar socioemocional.

En conclusión, esta etapa consolidó al proyecto como una experiencia transformadora, donde la gestión emocional, la creatividad y la sensibilidad estética se integraron como pilares

fundamentales para la formación integral de los adolescentes y para la construcción de una cultura escolar más empática, participativa y consciente.

Ordenamiento y clasificación de la información

Se organizaron los registros por actor (docentes, estudiantes, egresados), por técnica (entrevista, encuesta, diario) y por categorías emergentes: apoyo emocional, autoconocimiento, autoestima, desarrollo personal, empatía, expresión emocional, fortaleza emocional, integración emocional, pertenencia y red. Los análisis con ATLAS.ti permitieron visualizar trayectorias (diagramas de Sankey) y centralidades semánticas (nubes de palabras) que describen el paso del “yo” al “nosotros”.

Resultados

Los estudiantes que estuvieron involucrados en REDACE y que ahora son egresados expresan que fue una experiencia positiva el hecho de haber sido partícipes de un proyecto de apoyo emocional, destacando cómo han crecido en la comprensión de las emociones, así como la manera de ver y enfrentarse a la depresión y la ansiedad. Su relato dio cuenta que los unió el interés en la música y otras manifestaciones artísticas y luego encontraron algo más profundo y significativo: un sentido de comunidad y aceptación.

Describen el proyecto como un "circo" donde tuvieron la oportunidad de ser auténticos y liberarse de estigmas, lo que les permitió abrazar su verdadero yo. Así mismo, aprecian el entorno de apoyo que ha contribuido a su desarrollo personal y profesional, y valoran la posibilidad de compartir y desahogarse sin prejuicios. En resumen, encontraron en este espacio no solo una red de apoyo, sino también un lugar para su crecimiento emocional.

En cuanto a los docentes que acompañaron la experiencia, es pertinente dar a conocer la manera en que percibieron a los estudiantes, en un antes y después de la experiencia. Sintetizando algunos testimonios, se puede concluir que al comienzo observaban inestabilidad emocional debido a las diversas situaciones de vulnerabilidad y susceptibilidad en los contextos familiares y sociales, hecho que complejizaba la gestión y el tránsito de sus emociones, experimentando cambios drásticos y fluctuaciones en sus estados de ánimo, con dificultad en algunos de ellos para expresar sus sentimientos, lo que complicaba aún más la situación.

A pesar de los pormenores, la mayoría logró algún avance en la estabilidad emocional, lo que resalta la importancia de trabajar en sus habilidades emocionales para continuar fortaleciéndose. En general, el ambiente escolar se trasformó en algo positivo y se observó que muchos estudiantes mostraron gusto por asistir a clases, mostrando felicidad en su día a día.

En lo que concierne a los estudiantes que estuvieron vinculados a la Institución Educativa Fe y Alegría La Paz, y por ende a REDACE, a través de su testimonio se evidenció que valoran la importancia y el significado de haber pertenecido a una red de apoyo emocional, destacando aspectos como el cuidado de los demás, el aprendizaje sobre las emociones y su gestión cuando aparecen, así como el valor que le dan al apoyo incondicional de forma bidireccional y la posibilidad que tienen de contar con un espacio seguro para la expresión y el crecimiento personal. Aquí cabe resaltar que enfatizan el valor de ayudar a otros sin esperar nada a cambio, así como el impacto positivo que esta experiencia tiene en sus vidas, fomentando la confianza, la comunicación asertiva y el desarrollo de una comunidad colaborativa.

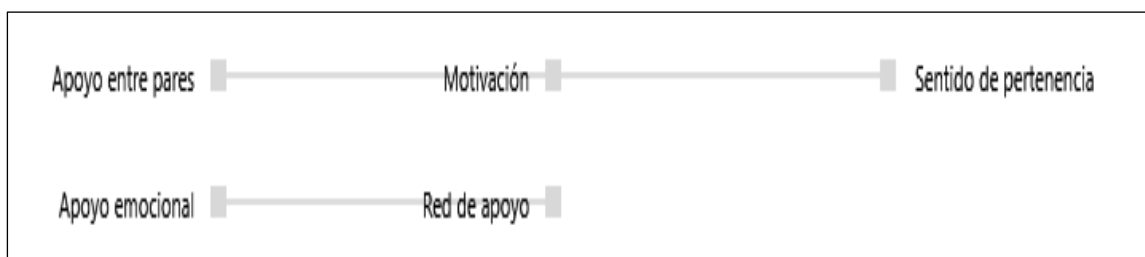
Sus palabras dejan entrever que la participación en esta red despertó un sentido de pertenencia y contribuyó con el desarrollo de mejores competencias socioemocionales.

Análisis

Los datos convergen en que el apoyo emocional inicial habilita procesos de autoestima y desarrollo personal, que, a su vez, se transforman en empatía, regulación e integración emocional. La mediación artística opera como dispositivo pedagógico de simbolización y regulación, y la red entre pares como andamiaje relacional que amplifica los efectos individuales hacia el colectivo. (mejor clima y pertenencia).

Figura 4

Docentes Apoyo entre pares y Apoyo emocional



Nota: Atlas.ti versión 25

El diagrama muestra dos flujos iniciales: Apoyo entre pares - Apoyo emocional, los cuales se conectan con “Motivación”, “Red de apoyo”; así mismo, uno de los flujos avanza hasta una consecuencia final que es “Sentido de pertenencia”. Esto indica una trayectoria conceptual que va desde las experiencias de apoyo docente generadas durante el proyecto, hacia efectos socioemocionales más amplios en los estudiantes que participaron en la red.

De todo esto se puede concluir que el proyecto generó transformaciones relacionales y no solo individuales.

La presencia de términos como apoyo, motivación, red y pertenencia evidencia que los docentes experimentaron avances en los aprendizajes de los estudiantes, derivados de una mejor gestión emocional. Esto indica una apropiación positiva del proyecto, con posibilidad de continuidad y expansión institucional. Este gráfico reconoce que la red no se limita a lo emocional, sino que se convierte en un mecanismo funcional; es decir, el apoyo es percibido como un recurso disponible para enfrentar retos, acompañar procesos y sostener iniciativas.

Figura 5

Nube de palabras docentes



Nota: ATLAS. Ti versión 25

La Alta centralidad del sujeto estudiantil: la mayor densidad conceptual recae sobre “estudiantes”, lo que indica que las percepciones y valoraciones del proyecto giran en torno a los cambios, necesidades y beneficios observados en ellos.

Reconocimiento del valor de la red: la palabra “red” aparece destacada, lo que sugiere una comprensión del acompañamiento emocional como proceso colectivo, y no aislado, por parte de los docentes.

El componente emocional es protagonista: la reiteración de términos como “emocional”, “emociones”, “salud”, “apoyo” evidencian que el proyecto sensibilizó o activó reflexiones profundas sobre la gestión emocional dentro del entorno escolar.

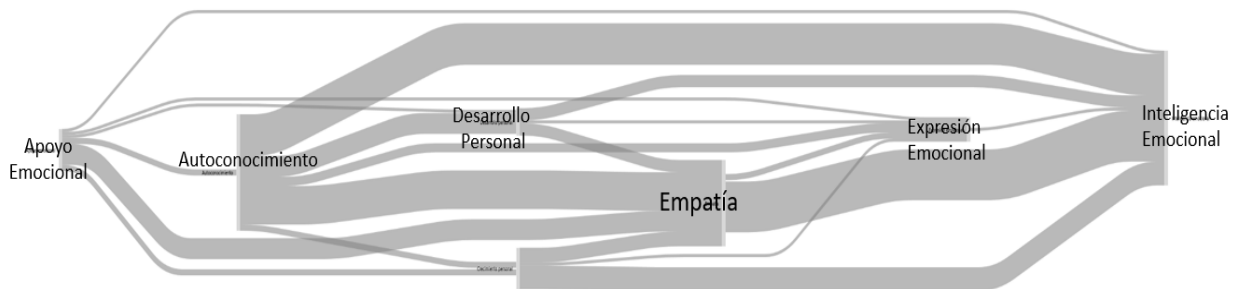
Tensiones y desafíos presentes: palabras como “no”, “dificultades”, desafíos muestran que, aunque hay avances, también existen obstáculos reconocidos por los docentes.

En términos generales, “REDACE” logró visibilizar y posicionar el cuidado emocional de los estudiantes como un aspecto prioritario dentro de la institución. Existe conciencia docente sobre la necesidad de redes de apoyo, lo cual puede ser una base sólida para la continuidad y ojalá ampliación del proyecto.

El discurso no solo describe avances, sino también desafíos para sostener y mejorar los procesos, lo que abre posibilidades para innovar estrategias institucionales.

Figura 6

Estudiantes Apoyo emocional – Percepción de los estudiantes en relación a REDACE



Nota. ATLAS. Ti versión 25.

El flujo parte de un nodo inicial el cual es “apoyo emocional”, que genera procesos de selección de los códigos relacionados con “autoconocimiento”, “desarrollo personal” y “crecimiento personal”, y constituyen elementos importantes para desarrollar la “empatía”, la “expresión emocional”, aspectos que convergen a la inteligencia emocional.

Interpretación cualitativa

Entre el punto de inicio y el de cierre, se observan nodos intermedios que funcionan como etapas o estados emocionales que evolucionan a lo largo del proceso (ver tabla 1).

Tabla 1

Nodos intermedios

Nodo intermedio	Rol dentro del flujo emocional
Autoconocimiento	Primer desarrollo interno del estudiante ante apoyo recibido
Desarrollo personal	Progresión del bienestar interno hacia el crecimiento individual
Empatía	Conexión con el otro, expansión más allá de lo personal
Expresión emocional	Consolidación de recursos internos para afrontar situaciones

Nota. ATLAS. Ti versión 25.

Finalmente, todos estos caminos convergen hacia la Inteligencia emocional, lo que sugiere que la meta del proceso emocional no es solo crecimiento individual, sino la articulación de habilidades afectivas en un marco de convivencia.

Por su parte, los flujos se interpretan de la siguiente manera:

1. Apoyo emocional → Autoestima

La presencia de un flujo amplio hacia Autoestima indica que el apoyo afectivo recibido por los estudiantes no solo fue percibido, sino que tuvo una función reparadora y validante. Se trata del primer impacto directo en el sujeto. Esto quiere decir que cuando el estudiante se siente acompañado, su autopercepción mejora.

2. Autoestima → Desarrollo personal

Este flujo muestra que la autoestima actúa como una plataforma que impulsa crecimiento personal, disposición al cambio y apertura emocional. Se interpreta que sentir valor propio favorece la toma de decisiones y la construcción de autonomía identitaria.

3. Desarrollo personal → Empatía

Aquí se observa un punto clave: el bienestar personal no queda encerrado en sí mismo, sino que se expande hacia la relación con otros. En otras palabras, quien se conoce, se acepta y se valida, está más disponible para comprender al otro.

La palabra que tiene mayor relevancia en la nube es “REDACE”. Esto indica que el proyecto tuvo una alta recordación y centralidad cognitiva en quienes respondieron. El hecho de que aparezca como nodo dominante sugiere que el proyecto no solo fue conocido, sino significativo y reconocido como experiencia estructuradora y que al parecer tuvo un gran impacto en quienes hicieron parte de él.

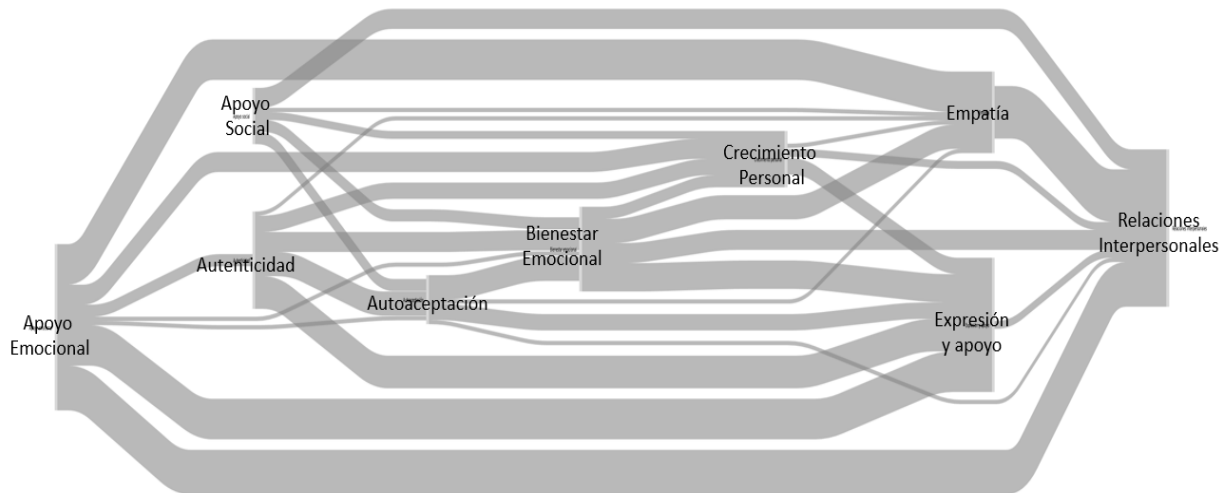
Alrededor del término principal emergen palabras que evidencian la dimensión afectiva del proceso, tales como “emociones”, “experiencia”, “vida”, “ayudado”, “comprender”, etc.

Estas palabras expresan un reconocimiento subjetivo del proyecto como herramienta para entender y gestionar emociones. La presencia de verbos en primera persona (me ha ayudado, comprendido, descubierto) evidencia un discurso íntimo, reflexivo y auto referenciado.

En síntesis, se puede afirmar que Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE no fue percibido como algo externo, sino como una vivencia interna que tiene una gran incidencia en la transformación personal, y no solo impactó en la esfera emocional, sino que tocó áreas de identidad, vocación, relaciones sociales y sentido de vida, resignificado más allá del aula.

Figura 8

Percepción de los Graduados con relación a REDACE



Nota. ATLAS. Ti versión 25.

Este diagrama muestra cómo los graduados realizaron un proceso complejo de autoconocimiento para desarrollar competencias emocionales

Los flujos representan procesos de selección de los códigos, relacionados con el “apoyo social” y la “autenticidad”, y constituyen elementos importantes para desarrollar “autoaceptación”, “bienestar emocional”, “crecimiento personal”, “empatía” y “expresión de apoyo” los cuales convergen a “relaciones interpersonales”.

Interpretación cualitativa:

El gráfico muestra el tránsito desde una experiencia inicial de apoyo emocional hacia un resultado final enfocado en relaciones interpersonales, pasando por diferentes estados emocionales, sociales e intrapersonales que se fortalecen progresivamente.

El nodo inicial del Sankey es Apoyo emocional: esto indica que el proyecto parte del reconocimiento del cuidado afectivo como base para el desarrollo personal y la vida relacional de los estudiantes. El apoyo emocional funciona como un disparador que habilita la construcción de recursos psicológicos y sociales posteriores.

Nodos intermedios y rutas emocionales que emergen, luego del punto de inicio el mapa emocional se ramifica hacia cuatro dimensiones clave: este diagrama refleja la dimensión de “bienestar emocional”, “crecimiento personal” para la “expresión y apoyo”, “empatía” que confluyen en habilidades para la vida.

Del análisis de los tres diagramas de Sankey (docentes, estudiantes, graduados), emergen los siguientes resultados:

Tabla 3

Sentido dentro del proceso emocional

Nodo intermedio	Significado dentro del proceso emocional
Autoapoyo	Reconocimiento de sí mismo y la capacidad de autorregulación.
Autoconfianza	Creencia personal en las propias capacidades y decisiones.
Sensibilidad emocional	Capacidad de identificar, sentir y expresar emociones.
Afecto social	Apertura emocional hacia otras personas y redes.

Nota. ATLAS. Ti versión 25.

Estas rutas evidencian que el proyecto no se quedó en el apoyo externo, sino que generó procesos de fortalecimiento interno, condición fundamental para la relación sana con otros.

Consolidación personal y vincular: más adelante aparecen nodos que integran lo emocional, la identidad, junto con el vínculo social y finalmente a bienestar compartido. Es decir, el apoyo emocional genera autoconfianza, luego desarrollo personal, y como consecuencia empatía y capacidad de apoyar a otros, lo cual es un indicador de madurez emocional.

Resultado final del proceso: todos los flujos conducen a un núcleo que sintetiza todo en relaciones interpersonales, lo cual indica que el proceso emocional no se queda en el crecimiento individual, sino que desemboca en la calidad del vínculo con los otros. Esto permite interpretar que el proyecto tuvo un enfoque expansivo del “Yo” hacia el “Nosotros”.

El desarrollo emocional se vuelve recurso social, habilitando convivencia, resolución de conflictos y apoyo mutuo.

En conclusión, el diagrama sugiere un ciclo emocional completo, en tanto que el apoyo emocional inicial habilitó seguridad, expresión y bienestar. Esto a su vez generó auto apoyo, autoconfianza y sensibilidad emocional como recursos internos, que se transformaron en desarrollo personal, empatía y capacidad de apoyar a otros.

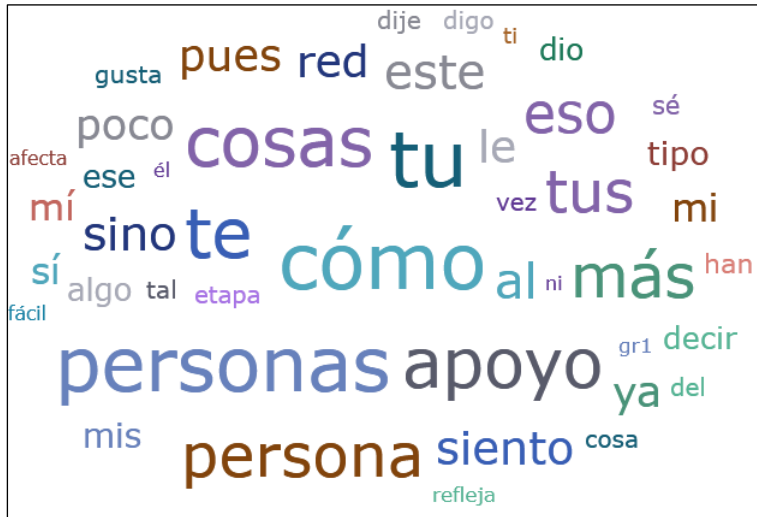
El resultado final es el fortalecimiento de relaciones interpersonales, señalando un impacto que trasciende al individuo y permea la vida colectiva. El hallazgo tiene un valor pedagógico, en tanto que, evidencia que “REDACE” impactó no solo en el estudiante como individuo, sino también en la red social escolar. En términos educativos tiene implicaciones en las siguientes esferas de la vida escolar:

Tabla 4

Implicación y significado

Implicación	Significado
Formación integral	Desarrollo personal + vinculación social
Clima escolar positivo	Menos conflicto, más empatía
Sostenibilidad emocional	Recursos internos para afrontar dificultades
Comunidad afectiva	Relaciones basadas en apoyo y cuidado mutuo

Nota. ATLAS. Ti versión 25.

Figura 9*Nube de palabras graduados**Nota.* ATLAS. Ti versión 25.

La presencia de la palabra "Cómo" sugiere que los graduados reflexionaron sobre el proceso y la forma en que el proyecto les impactó emocionalmente o les ayudó a gestionar sus emociones.

Las palabras "Cosas", "Personas" y "Apoyo" podrían indicar que los graduados están mencionando aspectos o detalles importantes de REDACE, posiblemente relacionados con la manera en que la gestión emocional impactó sus vidas personales o las interacciones con otras personas, así como el apoyo recibido, ya sea por parte de sus compañeros o mentores durante el proceso de gestión emocional.

"Tus", "te", "mi": La frecuencia de los pronombres personales sugiere respuestas personales e íntimas, en las cuales los graduados se refieren a su propia experiencia emocional en relación con el proyecto y las enseñanzas obtenidas.

El uso de "siento", "refleja", "fase", "más" o "algo" sugiere que los graduados están evaluando sus emociones y cómo la experiencia les permitió reflexionar sobre su propio bienestar emocional.

En síntesis, la nube de palabras revela que los graduados parecen centrarse en la conexión personal y el apoyo emocional que recibieron durante el proyecto. Se percibe un enfoque introspectivo, a través del cual los participantes analizan cómo las emociones y relaciones personales se vieron impactadas por el proyecto.

La gestión emocional no solo se percibe como una herramienta, sino como un proceso que involucra a las personas y que es vivido de manera individual.

Los diagramas de Sankey y nubes de palabras muestran que las experiencias no son lineales, sino que se distribuyen, se filtran y se transpolan a distintos ámbitos, donde las relaciones positivas y el apoyo mutuo son ejes centrales,

La figura 3 confirma que el apoyo emocional y entre pares son motores de motivación, pertenencia, resiliencia y transformación.

En todos los diagramas se observa que los flujos no se limitan al ámbito académico, sino que se extienden a lo personal, lo social y lo existencial.

Para los periodos 2022–2023 se logró desarrollar con los participantes consciencia emocional y regulación emocional, el apoyo entre pares inicia como descubrimiento del Otro, que generó un proceso de selección y autoconocimiento el cual se concentra en el ámbito residencial y académico, reflejando la construcción de identidad personal y sociocultural. Siendo entonces en el periodo 2024–2025 donde la autonomía emocional y competencia social que tuvieron el impacto esperado, el apoyo emocional se intensificó, generando redes de apoyo más sólidas, el sentido de pertenencia se consolida como identidad profesional y vocacional, reflejando autonomía y madurez.

Interpretación crítica – aporte al conocimiento

A la luz de la educación emocional (Bisquerra), la inteligencia emocional (Goleman; Mayer & Salovey) y la literatura sobre apoyo social (Caplan; Cassel; Cobb), REDACE se interpreta como un ecosistema de cuidado que integra prácticas artísticas con procesos de autorregulación y vínculos de soporte. La comparación con experiencias análogas sugiere que el arte potencia conciencia y regulación, mientras que las redes amortiguan estrés y favorecen pertenencia; no obstante, su sostenibilidad exige anclaje curricular e institucional.

En el análisis epistemológico de la experiencia REDACE se evidencia, en primer lugar, la consolidación de la sistematización como un proceso de producción de conocimiento. El documento muestra cómo la práctica educativa, al ser reconstruida y reflexionada críticamente, se convierte en fuente legítima de saber científico. Este aprendizaje epistemológico implica reconocer que la investigación cualitativa no se limita a describir fenómenos, sino que resignifica las vivencias de los actores escolares, generando categorías y marcos interpretativos que enriquecen

la teoría educativa. Así, la sistematización se posiciona como un puente entre la praxis y la construcción académica, otorgando validez a las experiencias situadas.

Un segundo aprendizaje epistemológico se relaciona con la articulación entre emoción y cognición como objeto de estudio educativo. El proyecto REDACE confirma que los procesos emocionales no son accesorios, sino constitutivos del aprendizaje. Desde la perspectiva de Bisquerra y Goleman, la educación emocional se entiende como un campo epistemológico autónomo que exige metodologías propias y marcos conceptuales específicos. La experiencia sistematizada demuestra que la mediación artística es una vía epistemológicamente válida para explorar y gestionar emociones, lo que amplía el horizonte de la pedagogía más allá de lo meramente cognitivo y abre la posibilidad de integrar lo afectivo como dimensión central del conocimiento escolar.

En tercer lugar, se desprende un aprendizaje epistemológico sobre la interdisciplinariedad como condición de validez del conocimiento educativo. REDACE articula psicología, pedagogía, arte y legislación educativa, mostrando que el abordaje de la salud mental escolar requiere un enfoque holístico. Este cruce disciplinar no solo fortalece la comprensión del fenómeno, sino que legitima la construcción de conocimiento situado, en el que las categorías emocionales se interpretan desde múltiples perspectivas. Epistemológicamente, esto reafirma que la investigación educativa no puede ser reduccionista, sino que debe integrar diversas ciencias humanas para dar cuenta de la complejidad de los sujetos y sus contextos.

Finalmente, el proyecto aporta un aprendizaje epistemológico sobre la función transformadora del conocimiento sistematizado. La experiencia no se limita a describir lo vivido, sino que genera orientaciones para la sostenibilidad y réplica de la iniciativa, convirtiéndose en un insumo para la política educativa y la práctica pedagógica. Esto evidencia que el conocimiento producido en la sistematización no es meramente contemplativo, sino que posee un carácter normativo y prospectivo: orienta la acción futura y contribuye a la transformación institucional. Epistemológicamente, se reafirma que el saber educativo debe ser útil, pertinente y aplicable, en tanto que su finalidad última es mejorar la calidad de vida y el bienestar de los estudiantes.

Discusión

La mediación artística como estrategia de autocuidado: fundamentación pedagógica y relevancia

La mediación artística en sus distintas posibilidades (teatro, danza, artes plásticas, música, expresión corporal y literaria), favorece la expresión de emociones, el reconocimiento del mundo interno, la resignificación de experiencias difíciles y la construcción de sentido colectivo (Moreno, 2016). Una característica innovadora del proyecto Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE consistió en privilegiar las actividades artísticas como mediadoras del proceso de educación emocional y de autocuidado, tanto para estudiantes como para docentes y familias.

“Yo entré a todo esto por la música. Yo me involucré primero de forma amistosa, yo quería aprender guitarra, o mejor si yo quería hacer que el gasto de la guitarra valiera la pena, y al fin y al cabo pues terminé encontrando yo diría que un hogar en todo esto. Yo... es una metáfora” (Graduado 3).

La literatura científica ha demostrado que el arte no solo estimula la creatividad, la sensibilidad y la empatía, sino que constituye un canal privilegiado para el desarrollo de la conciencia emocional y la autorregulación. Las experiencias artísticas permiten recrear la interioridad, procesar emociones complejas, disminuir conductas de riesgo y fomentar el bienestar psicológico.

En Colombia y América Latina, la educación artística ha sido identificada como puente entre la razón y la emoción, y entre lo individual y lo comunitario, superando la visión utilitaria o decorativa del arte para ubicarlo como eje transversal del desarrollo integral. En el caso de Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE, la implementación regular de talleres artísticos, performances y espacios lúdico-creativos, ha sido evaluada como una de las estrategias más efectivas para alcanzar la participación activa, la gestión emocional y la construcción de vínculos positivos.

Desde el punto de vista docente, estas actividades también han operado como espacios de autorreflexión, autocuidado y resignificación del propio rol, disminuyendo el agotamiento y promoviendo la satisfacción profesional. Para los estudiantes y egresados, dichas actividades han propiciado el reconocimiento de emociones, el fortalecimiento de habilidades sociales y la mejora del clima escolar.

Bienestar y autocuidado en la comunidad educativa: impacto, estrategias y desafíos

El bienestar y el autocuidado colectivo constituyen dimensiones ineludibles en cualquier estrategia educativa orientada a la transformación a largo plazo. En la docencia se ha evidenciado que la falta de autocuidado conlleva elevados niveles de estrés, agotamiento, síndrome de desgaste 'burnout' y disminución de la calidad de la enseñanza. El proyecto Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE enfatiza el autocuidado como práctica cotidiana, integrando técnicas y herramientas basadas en la gestión emocional, el arte, la comunicación asertiva y el establecimiento de redes de apoyo.

Desde la perspectiva de los estudiantes, la promoción del autocuidado a través de la mediación artística, la reflexión empática y la participación en jornadas colectivas, fueron percibidas como oportunidades para generar bienestar psicológico, fortalecer la autoestima y promover estilos de vida más saludables (Figura 5). *“Para mi simboliza el hecho de cuidar a las personas, aprender a descubrir y gestionar sus emociones”* (Estudiante 3). *“Aprender a no ser tan explosivo con mis emociones y convivir varias veces”* (Estudiante 4). *“Que puedo ayudar a alguien aun así con una sola palabra, mediante REDACE, también he descubierto que puedo hablar mejor con las personas y poder ayudarlas”* (Estudiante 8). La institucionalización de estas prácticas contribuye, además, a aumentar el sentido de pertenencia y la motivación por el aprendizaje. *“Un gran impacto ya que les ayuda mucho a pertenecer a algo importante y algo que transforme sus vidas y que se mantenga el equilibrio entre la cognición y emoción y que la red se plantee a largo plazo y esté en una constante construcción”* (Docente 1).

Impacto del proyecto Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE en estudiantes actualmente vinculados

Una de las evidencias más relevantes acerca del impacto de Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE reside en los testimonios y relatos de estudiantes vigentes en la institución, quienes expresan haber encontrado en los espacios ofrecidos por el proyecto no solo un refugio emocional, sino también una plataforma de crecimiento personal y social. *“Puedo ser muy social en diferentes ámbitos”* (Estudiante 8); *“A poder manejar las emociones en los momentos difíciles y en los que yo no pueda solo”* (Estudiante 5).

Los participantes identifican los talleres y encuentros artísticos como contextos seguros para explorar y comunicar sus emociones, superar miedos, canalizar la ansiedad y construir

relaciones más cooperativas. *“Con una serie de actividades que fomentan el autoaprendizaje y la autoayuda como puede ser la meditación”* (Estudiante 5).

De acuerdo con los propios registros testimoniales y la observación participativa sistematizada, la implementación de Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE resultó en:

- Mayor conciencia sobre las propias emociones y su impacto en el aprendizaje.
- Desarrollo de habilidades para la autorregulación emocional y la resolución pacífica de conflictos.
- Incremento de la empatía y la sensibilidad hacia las necesidades de los compañeros.
- Aumento del sentido de pertenencia institucional y de la participación activa en iniciativas de la comunidad escolar.
- Reducción de episodios de violencia, acoso, y por ende, mejora sustancial del clima escolar.

La literatura sostiene que la adquisición de competencias emocionales se correlaciona positivamente con el rendimiento académico, la disminución de conductas disruptivas, la prevención de la deserción escolar y la generación de trayectorias vitales positivas.

En el caso de Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE, los propios estudiantes manifiestan que las estrategias implementadas generaron cambios en su actitud hacia el colegio, junto con un mayor compromiso con el propio aprendizaje y una disposición más resiliente frente a las adversidades cotidianas.

Impacto del proyecto Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE en estudiantes egresados

El análisis sistemático de los testimonios de egresados revela que los aprendizajes emocionales adquiridos durante la participación en Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE (Figura 7 y 8) trascienden la experiencia escolar, impactando positivamente en la vida universitaria, laboral y social de los exalumnos. Los egresados suelen valorar la red de apoyo emocional como clave para afrontar la transición al mundo exterior, enfrentar dificultades y construir vínculos empáticos en sus nuevos entornos. *“Claro las emociones juegan un papel importante porque dependiendo de eso hacemos acciones ya sean buenas o malas”* (Graduado 5); *“Empiezo a escribir, a leer, o a rasgar papel o escribir un papel así, tengo rabia, escriba feo y lo*

quemo” (Graduado 6); “Pues utilizo la técnica de la respiración controlada y enfocar esas emociones en hábitos que me relajen” (Graduado 4).

Destacan especialmente los siguientes factores:

- Memoria positiva asociada a la escuela como espacio seguro y de crecimiento.
- Recurso de las estrategias emocionales aprendidas (autoconocimiento, regulación y empatía) para enfrentar crisis personales y sociales posteriores.
- Disposición a replicar experiencias y prácticas de cuidado emocional en otros escenarios educativos o profesionales, actuando como multiplicadores de la cultura de bienestar promovida por la institución.

Se observa también que la continuidad de la relación con la escuela y el proyecto, a través de redes de exalumnos, contribuye a fortalecer la identidad y el sentido de pertenencia, convirtiendo a la institución en referente de apoyo más allá del ciclo escolar formal.

Impacto en el cuerpo docente: formación, transformación del rol y bienestar

La dimensión docente resulta central en el éxito y sostenibilidad de los proyectos de educación emocional. Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE ha significado, en ese sentido, una puerta abierta para la resignificación del rol profesional de los maestros, quienes tras su participación en programas de formación, acompañamiento e intercambio de experiencias reconocen mejoras sustanciales en su capacidad para gestionar emociones, crear ambientes favorables, manejar el estrés y responder de manera empática a las necesidades del alumnado. *“Sí, porque la institución tiene presente que el aprendizaje va de la mano de lo emocional y al preocuparse por los estudiantes hacen que el proceso de los estudiantes avance y les guste estar en la institución” (Docente 1); “Todos los estudiantes lo necesitan, los estudiantes piden estas iniciativas, porque lo disfrutan y les ayuda a conocerse, ahí la importancia de hacerlo de una forma que a ellos de verdad les llegue” (Docente 2).*

La reflexión colectiva sobre las propias emociones, la construcción de redes de apoyo y la participación en actividades creativas han permitido al cuerpo docente fortalecer su sentido de equipo, disminuir la fragmentación y reestablecer la centralidad del bienestar en el ejercicio profesional. Los resultados reportados incluyen:

- Mayor satisfacción y motivación para la labor docente.
- Disminución de síntomas de agotamiento y estrés laboral.

- Mejora de la convivencia entre pares y en el clima institucional.
- Desarrollo de competencias para el manejo emocional de los grupos y la resolución de conflictos complejos.
- Participación activa en acciones de mejora continua y liderazgo de proyectos de innovación educativa.

Diversos estudios confirman la interrelación entre competencias emocionales docentes, clima escolar y resultados positivos en el aprendizaje, señalando la importancia estratégica de la formación inicial y continua en educación emocional para la transformación de las instituciones educativas. Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE, al establecer el cuidado de los educadores como prioridad ineludible, marca una diferencia sustancial respecto de modelos tradicionales.

Transformación del ambiente y clima escolar

La transformación del clima y ambiente escolar constituye uno de los impactos más significativos y perceptibles del proyecto. Según diversos estudios, un clima escolar positivo, basado en el respeto, la cooperación y la empatía, resulta determinante para el bienestar emocional de los estudiantes, la convivencia y el rendimiento académico. *“La experiencia en REDACE me ha enseñado a identificar lo que siento, a ponerle nombre a mis emociones y a expresarlas de manera adecuada. He aprendido a escuchar activamente a los demás, a tener empatía y a entender que cada persona vive las emociones de forma distinta, lo cual me ha hecho más comprensiva y paciente”* (Estudiante 5); *“Significa que soy de las pocas personas que quiere un cambio para sí mismo, y que quiere ser mejor por mí y para hacer feliz otras personas* (Estudiante 3); *“Me sentí muy acogido en el sentido de que uno sabe dónde se puede tener en cuenta un lugar para soltar todo lo malo que paso en el día”* (Graduado 4).

En el ámbito de Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE, los cambios reportados por los actores educativos incluyen:

- Reducción de conflictos y violencias en los espacios escolares.
- Mayor participación y compromiso de familias y comunidad, fortaleciendo el tejido institucional.
- Generación de dinámicas de comunicación abierta y horizontal, facilitando la expresión de emociones y la atención temprana a situaciones de riesgo.

- Articulación de proyectos y actividades transversales vinculadas al arte, la cultura y el reconocimiento de la diversidad.
- Sentimiento generalizado de confianza, pertenencia y seguridad emocional en la escuela.

Tales transformaciones han sido reconocidas tanto por la comunidad interna como externa, consolidando a la institución como espacio promotor de paz, bienestar y desarrollo integral. Esto es coherente con investigaciones que demuestran que la mejora del clima escolar incide directamente en la construcción de trayectorias escolares exitosas y en la reducción de la deserción y el fracaso académico.

Sentido de pertenencia y cohesión comunitaria

El fortalecimiento del sentido de pertenencia emerge como uno de los logros más destacados del proyecto Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE. El análisis de la literatura señala que el sentido de pertenencia es una necesidad fundamental para el desarrollo de la identidad, la autoestima, la motivación y el compromiso escolar, influyendo positivamente tanto en el bienestar psicosocial como en el rendimiento.

En la experiencia sistematizada (Figura 6), la participación activa en la red, la construcción de proyectos colectivos y la implicación de todos los actores docentes, estudiantes, graduados, han contribuido a crear una comunidad cohesionada, donde cada miembro se reconoce parte de un proyecto común y percibe la escuela como un lugar de cuidado, reconocimiento y crecimiento.

La literatura cuantitativa y cualitativa corrobora que, a mayor sentido de pertenencia, mejores indicadores de desempeño, participación y permanencia escolar.

Las expresiones de orgullo, gratitud y compromiso registradas en testimonios, eventos y encuentros entre generaciones dan cuenta de la consolidación de la escuela como comunidad de sentido, capaz de resistir crisis, reinventarse ante desafíos y sostener estrategias de bienestar colectivo a lo largo del tiempo. *“De verdad que fue de gran ayuda para nosotros como estudiantes nos ayudó como muy bien dice a tener una red de apoyo ya sea en el colegio como en casa”* (Graduado 5); *“Significa mucho porque es un espacio donde ayudo a la gente y me siento bien”* (Estudiante 14); *“A entender, escuchar y dar una solución, a los problemas cotidianos, me ayudó a mi yo interno, y a mí yo que quiere ayudar a los demás”* (Estudiante 10).

Conclusiones

La mediación artística es eficaz para promover competencias socioemocionales y mejorar la convivencia; b) las redes de apoyo entre pares transforman cambios individuales en cultura escolar; c) la sistematización participativa fortalece apropiación y aprendizaje institucional. Institucionalizar REDACE en el PEI; establecer un plan anual con recursos y responsables; fortalecer la formación docente en educación emocional y mediación artística; implementar monitoreo participativo con indicadores de bienestar y clima; consolidar alianzas con universidades y sector cultural; desarrollar un protocolo de continuidad para egresados como mentores.

El proyecto Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE en la Institución Educativa Fe y Alegría La Paz de Manizales represento, durante el periodo comprendido entre el 2022 y el 2025, una experiencia pionera e integral de educación emocional, en sintonía con los lineamientos más avanzados de la política educativa nacional y los aportes teóricos contemporáneos encabezados por Bisquerra (2020).

Su diseño participativo y su implementación a través de la sistematización de experiencias han permitido no solo intervenir sobre el bienestar individual y colectivo, sino consolidar un modelo replicable de articulación entre la gestión emocional, las artes, el autocuidado y la construcción comunitaria.

Relación entre habilidades emocionales y desarrollo cognitivo

La educación emocional no reemplaza el enfoque cognitivo, sino que lo potencia, complementando los procesos de enseñanza-aprendizaje y habilitando trayectorias de desarrollo integral. Los autores clásicos y recientes coinciden en señalar que las competencias emocionales—autorregulación, la motivación, la resiliencia y la empatía—favorecen el aprendizaje significativo, la autonomía para resolver problemas y la adaptación a contextos complejos.

La neurociencia educativa, por su parte, ha mostrado que las emociones modulan procesos cognitivos como la atención, la memoria, la toma de decisiones y la creatividad, explicando por qué el aprendizaje en ambientes emocionalmente positivos resulta más profundo y duradero.

Al integrar la gestión emocional y el desarrollo de competencias cognitivas, el proyecto Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE no solo fomenta en los estudiantes la

adquisición de conocimientos, sino también la capacidad para usarlos de manera autónoma, creativa y socialmente responsable.

Esto resulta especialmente relevante en contextos de vulnerabilidad, donde la capacidad para enfrentar el estrés, superar la frustración y construir ambientes de apoyo resulta tan esencial como la competencia académica. Así, la educación emocional se reconoce como factor determinante de éxito escolar y de bienestar personal y colectivo.

Desde la dimensión estudiantil, Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE ha promovido la emergencia y consolidación de competencias emocionales fundamentales— conciencia, regulación, autonomía, habilidades interpersonales y sentido de vida—, impactando positivamente en el rendimiento, la permanencia, la prevención de riesgos y la resiliencia personal y social.

Los propios testimonios de estudiantes y egresados avalan la utilidad progresiva de los aprendizajes emocionales más allá del ciclo escolar formal, siendo insumo para la construcción de trayectorias vitales y profesionales más saludables y comprometidas con el bien común.

A nivel institucional, el clima escolar y el sentido de pertenencia han sido transformados desde un paradigma de exclusión y fragmentación a uno de inclusión, acogida y construcción de comunidad.

La escuela se ha consolidado como espacio seguro, de diálogo, creatividad y proyección, incrementando su capital social y la confianza interna y externa en la capacidad de la educación para aportar a la transformación social.

El fortalecimiento de la identidad colectiva y la apropiación de valores de cuidado, equidad y responsabilidad social emerge como uno de los logros más significativos del proceso.

La vinculación de actividades artísticas como mediadoras de la educación emocional ha sido clave en el éxito del proyecto, permitiendo la expresión libre y profunda de emociones, la canalización de tensiones psicosociales y la creación de puentes entre la razón cognitiva y la vivencia afectiva.

La integración de artes plásticas, teatro, música y literatura en las jornadas de bienestar ha posibilitado el desarrollo de habilidades transversales que potencian tanto la creatividad como la empatía, la resiliencia y la capacidad cooperativa.

Los desafíos que persisten se relacionan con la internalización plena del enfoque en todas las dinámicas institucionales, la garantía de sostenibilidad más allá de la contingencia de los

recursos, la necesidad de fortalecer la formación continua y situada de todos los actores involucrados, y la articulación permanente con familias y actores sociales externos.

En materia de estrategias para garantizar la continuidad y fortalecimiento de Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE, la experiencia sistematizada permite identificar el valor de institucionalizar el proyecto en el PEI, consolidar alianzas con entidades públicas y privadas, diversificar y ampliar las modalidades de formación y acompañamiento (incluyendo a la academia y la cultura local), y establecer sistemas de monitoreo y mejora continua, basados en la evaluación participativa y transparente de los resultados.

Recomendaciones

Institucionalizar REDACE en el PEI; establecer un plan anual con recursos y responsables; fortalecer la formación docente en educación emocional y mediación artística; implementar monitoreo participativo con indicadores de bienestar y clima; consolidar alianzas con universidades y sector cultural; desarrollar un protocolo de continuidad para egresados como mentores.

Se recomienda, asimismo, reforzar el enfoque diferencial e interseccional para responder a la pluralidad sociocultural y de capacidades presentes en la comunidad, de acuerdo con las nuevas leyes como son 2460 de 2025, como a su vez la 2518 de 2025 que actualiza la ley 1616 de 2013 buscando como eje central la educación emocional en los estudiantes de básica, media y enfoque comunitario.

En suma, Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE en la Institución Educativa Fe y Alegría La Paz confirma que la educación emocional, lejos de ser un complemento superficial, constituye un eje estructurante del desarrollo humano integral y una condición de posibilidad para la equidad, la calidad y la sostenibilidad del proceso educativo.

Su sistematización y proyección ofrecen luces y caminos para otros centros educativos que se planteen, desde la pedagogía crítica, la construcción de ambientes escolares saludables, inclusivos y transformadores.

En palabras finales, la experiencia de Red de Apoyo Cuidadores Emocionales – REDACE demuestra que la gestión emocional, articulada pedagógicamente desde prácticas artísticas, la sistematización participativa y el énfasis en el autocuidado colectivo, es capaz de transformar no

solo a los sujetos, sino a toda la comunidad educativa, consolidando trayectorias vitales más sanas, democráticas y socialmente comprometidas con el bienestar común.

Su continuidad, profundización y proyección dependen, en última instancia, de la apropiación comunitaria, la voluntad política institucional y la articulación con las políticas públicas que han reconocido, por fin de manera explícita, el carácter fundante de la educación emocional en la Colombia contemporánea.

Referencias

- Bisquerra Alzina, R. (2000). *Psicopedagogía de las emociones*. Editorial Síntesis.
<https://sonria.com/wp-content/uploads/2020/03/Psicopedagogia-emociones-Bisquerra.pdf>
- Bisquerra, R. (2016). *10 ideas clave de la educación emocional*. GRAO.
- Caplan, G. (1974). *Support systems and community mental health: Lectures on concept development*. New York: Behavioral Publications.
- Cassel, J. (1974b). Psychosocial processes and "stress": Theoretical formulations. *International Journal of Health Services*, 4, 471-482.
- Casse1, J. C. (1974a). Psychiatric epidemiology. En G. Caplan (Ed.), *American handbook of psychiatry*. Vol. II. New York: Basic Books.
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38, 300-314.
- Congreso de Colombia. (2025). Ley 2460 de 2025 “por medio del cual se modifica la ley 1616 de 2013 y se dictan otras disposiciones en materia de prevención y atención de trastornos y/o enfermedades mentales, así como medidas para la promoción y cuidado de la salud mental”
- Congreso de Colombia. (2025). Ley 2518 de 2025 “Por medio de la cual se fortalece la ley 1616 de 2013 y la Política nacional de salud mental y se dictan otras disposiciones”
- Eugenio, A. M. F., Felip, M. R. A., Fuertes, I. F., & Personat, G. S. (2013). Las aportaciones del apoyo social al capital social: propuesta de un modelo integrado y convergente. CIRIEC-España, *Revista de Economía Pública, Social y Cooperativa*, (77), 155-188.
- Ghiso, A. (2011). *Sistematización de experiencias y prácticas sociales: Una perspectiva metodológica*. Centro de Estudios de la Realidad Latinoamericana.
- Goleman, D. (1995): *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Nueva York: Bantam Books. (Versión castellana: *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós, 1996; 15ª edición 1997)

- Hernández Sampieri, Roberto, Fernández Collado, Carlos, Baptista Lucio, María del Pilar (2014). *Metodología de la investigación (6° ed.)*. México: McGraw Hill Interamericana Editores S.A.
- Jara, Holliday, Oscar. (2018). *La sistematización de experiencias: practica y teoría para otros mundos políticos*. Editorial: CINDE.
- Mead, G. H. (1934). *Mind, self, and society*. Chicago: Chicago University Press.
- Ministerio de salud y protección social. (2018). *Manual para la formación en salud mental: componente comunitario*. Gobierno de Colombia.
- Moreno, A. (2016). *La mediación artística: Arte para la transformación social, la inclusión social y el trabajo comunitario*. Editorial Octaedro.
- Musitu, G. (1998). Apoyo familiar y social a los jóvenes.
- Retana, J. Á. G. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista educación*, 97-109.
<https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/view/455/9906>
- Salovey, P., & Mayer, J. (1990). Inteligencia emocional. *Imaginación, conocimiento y personalidad*, 9(3), 185-211.
- Torres, R. M. (1996). *La investigación cualitativa y la sistematización de experiencias educativas*. UNESCO.
- Torres Carrillo, A. (2018). Sistematización de experiencias: Una ruta metodológica para la reflexión crítica de las prácticas. *Revista Latinoamericana de Metodología de la Investigación*, 5(1), 45-60.
- Weiner, B. (1986): *An attributional theory of motivation and emotion*. Nueva York: Springer-Verlag.