TEORÍA EMERGENTE DE AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL EN LA PRAXIS DIRECTIVA

AUTORA:

CHIRINO ANIDIELY

Resumen

La autorregulación emocional en los últimos tiempos ha sido considerada de gran importancia, producto de su efectividad en el ámbito laboral, al ser una herramienta que proporciona a los individuos un ejercicio motivado y en conjunto, dando resultados organizacionales positivos. De allí, que el presente articulo se cimienta en generar una teoría emergente de autorregulación emocional en la praxis directiva del Liceo Bolivariano Guillermo Antonio Coronado del Municipio Petit Edo Falcón para adecuarse a los escenarios y contextos que se viven producto de la coyuntura del País. A través de la técnica de informantes claves y desde la categorización y triangulación se estima proceder a Interpretar los significados emergentes sobre el tema en estudio, partiendo a su vez, de la concepción que Gross y Thompson (2007), dan sobre la autorregulación emocional. Estudio que se ajusta en el paradigma cualitativo y en el método fenomenológico En resumen, se espera contar con directivos flexibles en el que se estimule de forma emocional al docente y contextos externos, no vean afectado su desempeño para desarrollar esa transformación de la conducta humana, sobre los pensamientos y acciones en las que estas sean positivas y motivacionales, se prevé con la teoría instar a la reflexión de ser directivos autocríticos e influyentes desde la empatía , visión prospectiva y trabajo en equipo, para el éxito en la labor que se desempeña al servicio de la educación.

Palabras Claves: autorregulación emocional, praxis directiva, teoría emergente, motivación, trabajo en equipo

Abstract

Emotional self-regulation in recent times has been considered of great importance, as a result of its effectiveness in the workplace, as it is a tool that provides individuals with a motivated and joint exercise, giving positive organizational results. Hence, this article is based on generating an emerging theory of emotional self-regulation in the management praxis of the Liceo Bolivariano Guillermo Antonio Coronado of the Petit Edo Falcón Municipality to adapt to the scenarios and contexts that are experienced as a result of the situation of the Country. Through the technique of key informants and from categorization and triangulation, it is estimated to proceed to interpret the emerging meanings on the topic under study, starting in turn from the conception that Gross and Thompson (2007) give about emotional self-regulation. Study that fits the qualitative paradigm and the phenomenological method. In summary, it is expected to have flexible managers in which the teacher is emotionally stimulated and external contexts do not see their performance affected to develop this transformation of human behavior. On the thoughts and actions in which these are positive and motivational, the theory is expected to encourage the reflection of being self-critical and influential managers from empathy, prospective vision and teamwork, for success in the work carried out at the same time. education service.

Keywords: emotional self-regulation, managerial praxis, emerging theory, motivation, teamwork

Introducción

El artículo que se desarrolla se basa en un estudio destinado a Conocer el significado de autorregulación emocional desde la Concepción de los informantes claves del Liceo Bolivariano Guillermo Antonio Coronado a fin de generar una teoría emergente en dicho ámbito, desde la intencionalidad de contar con directivos prestos a ese razonamiento y acción practica de controlar las emociones resumidas en habilidades como; resolución de conflictos, trabajo en equipo , procesos creativos y motivacionales, empatía, prospectiva ante escenarios adversos, autoaprendizaje entre otros aspectos.

Todo ello, como eslabón que aporta un entramado de conocimientos en el accionar gerencial que se refleje en la conducta que este maneja, en el contexto de su quehacer circundante dentro de esta institución influyendo de manera directa, hacia el talento humano que tiene a su carago logrando con ello, un ejercicio profesional motivado y efectivo, aun en las vicisitudes encontradas.

Carver (2013) asegura que "Es fundamental aprender a reconocer y gestionar nuestras emociones para mantener un equilibrio emocional en el trabajo". Por tanto, esto implica a manejar las emociones a nuestro favor. Abarca desde repensar una situación desafiante para reducir la ira o la ansiedad, siendo entonces, un aspecto importante por quienes cumplen funciones laborales en las instituciones, y más por quienes las gerencian, han de tener actitudes que estimulen y motiven a los otros, en reconocimiento, desempeño y el esfuerzo que los demás realizan aun en circunstancias poco favorables para cumplir con su labor y donde la empatía ha de ser el requisito fundamental.

Por ello, con la teoría emergente y desde el paradigma cualitativo e interpretación de la realidad tal cual sucede, y siguiendo la fenomenología como base a la descripción e interpretación de las estructuras fundamentales de la experiencia vivida, al

reconocimiento del significado del valor pedagógico de esta experiencia. Se buscará reconocer la capacidad que trae consigo la autorregulación emocional para conllevar al individuo a adaptarse a sí mismo y al entorno social, por tanto, esto es una herramienta fundamental para poder construir relaciones interpersonales saludables, contar con personas emocionalmente sanas incidiendo a su vez, en ciudadanos y ciudadanas entusiastas de cumplir su función laboral en el Liceo Bolivariano Guillermo Antonio Coronado

Desarrollo

Al dilucidar sobre las emociones, se debe partir de comprender su significado etimológico el cual vine del latín emotio, que significa "movimiento o impulso", "aquello que te mueve hacia". La emoción aleja o acerca a las personas de situaciones o circunstancias. Todas las emociones son impulsos a la acción que inclinan hacia un comportamiento determinado, por tanto, es comprender que estas forman parte de los sentimientos que van experimentando las personas, desde el estímulo en un contexto determinado y en relación a los objetivos de un individuo en un momento concreto de su vida.

En este sentido, Blanco (2005) considera que estas; desempeñan un papel fundamental en la supervivencia, el mantenimiento de la especie, las relaciones sociales y la comunicación. Asimismo, cumplen una función motivacional que nos predispone a repetir una y otra vez comportamientos vinculados a emociones positivas, para este autor, estas son necesarias para la existencia de los individuos ante sostenimiento en el mundo que los rodea en el que el comportamiento se afiance a emociones positivas para manejar situaciones en el entorno sin que afecte su bienestar.

Entre tanto, Bisquero (2003) sostiene que las emociones se generan como una respuesta organizada a un acontecimiento externo o un suceso interno (pensamiento, imagen, conducta, etc.). Primeramente tiene lugar el proceso perceptivo del evento, al que le

sigue una valoración. El resultado es una reacción neuropsicológica, comportamental o cognitiva. Si conduce a un comportamiento, este ocasiona una predisposición a la acción. Por consiguiente, es la relación que el sujeto asocia en sus procesos mentales en la conducta de un acontecimiento que propicia en su entorno y que lo lleva a una acción o estado de ánimo, ya sea positiva o negativa.

Por su parte, Mora (2012) estima que la emoción es ese motor que todos llevamos dentro. Una energía codificada en ciertos circuitos neuronales localizados en zonas profundas de nuestro cerebro que nos mueve y nos empuja a vivir, a querer estar vivos en interacción constante con nosotros mismos y con el mundo. Por tanto, es ese proceso cognitivo que como individuos debe estar potenciado a equilibrar una estructura mental en que las emociones nos conduzca a vivir, en la aceptación de nosotros mismos y ante la sociedad.

Todo lo antes descrito, es el reflejo de que las emociones son parte inevitable en el acontecer del día a día de lo que las personas experimentan y que por tanto, las mueve a manifestar su conducta o sentimiento, es reconocer que lo que rodea al individuo es el agente principal para este manifestar una acción.

No obstante, se ha de estimular y fortalecer las potencias cerebrales en la práctica de la toma de decisiones o actitudes positivas aunque los escenarios sean complejos, pues dichas actitudes como; la alegría y la satisfacción, proporcionan un mejor desempeño en todas las facetas de su vida, siendo en ámbito laboral una condición indispensable para el reflejo de amar lo que se hace y por tanto, ejercer sus funciones desde la motivación, el compromiso, vocación, eficiencia y eficacia.

Por consiguiente, el saber manejar las emociones, específicamente en el área laboral y por quienes lideran, es un arma para orientar a su equipo de trabajo, tener una actitud positiva

pese a circunstancias negativas y potenciar ese espíritu creativo en la que cada uno sea propulsor de ideas y alternativas favorables que conlleven a obtener las metas u propósitos tazados por las organizaciones.

Ahora bien, el profundizar sobre la autorregulación emocional, es hacer referencia a la competencia de un individuo para gestionar sus emociones y su conducta en beneficio de las exigencias del entorno y de las normas social y culturalmente aceptadas, pues, la misma, se basa en la autogeneración de pensamientos, sentimientos y acciones, que los individuos desarrollan para conseguir sus metas.

En este sentido, para (Zimmerman, 2000) es; "un proceso formando por pensamientos auto-generados, emociones y acciones que están planificadas y adaptadas cíclicamente para lograr la obtención de los objetivos tanto personales como reciprocos" [14] En síntesis, es la capacidad que cada uno tiene para acoplarse y controlar sus pensamientos u acciones con la finalidad de alcanzar resultados deseados.

Planteamientos, que van en sintonía con la autorregulación emocional, ya que para, Gross y Thompson (2007), es la habilidad que se tiene para controla respuestas emocionales, por lo que, se ha de tener claro que esta consiste en gestionar los sentimientos y comportamientos para controlar tanto las emociones positivas como las negativas y así poder expresarlas de manera adecuada en el entorno en el que las personas se desenvuelven, teniendo en cuenta que el contexto, es uno de los principales focos en los que el acontecer del mismo, amerita autorregular las emociones y de cierta forma, esos escenarios que podrían afectarla. De allí, que hace referencia a los intentos deliberados de modular, modificar o inhibir acciones y reacciones con el fin de adaptarse al medio y lograr una mejor gestión emocional (Barkley, 2004).

Asimismo, está sujeta a cambios en función de las fuerzas externas que componen el mundo de un individuo, por lo que, de acuerdo con (Kanfer, Chen, y Pritchard, 2008) el impacto del entorno en el ámbito laboral desde la motivación que este genera, proporciona la base de creaciones organizacionales para mejorar el quehacer profesional de quienes en esta ejercen funciones. Argumentos, que sin lugar a dudas, dejan claro que existen factores externos que se deben ser controlado por los sujetos contrarrestando así algún foco emocional negativo.

A lo que, (Rovira 2010), responde como la capacidad para reconocer en uno mismo las respuestas de alarma ante los conflictos y actuar en consecuencia, mitigando los estados de tensión, estrés, ansiedad o dolor en pos del bienestar y equilibrio psicosomático De ahí la importancia de tomar conciencia de los estados personales que en ocasiones se ven afectados por factores externos y en entorno como una vía para ayudar a alcanzar cuotas de autonomía equilibrio personal, y en ejercicio laboral efectivo.

De acuerdo a los pateamientos anteriores, es importante resaltar, que en Venezuela, producto de una coyuntura, política, social, económica y cultural , el ejercicio profesional se ha visto afectado precisamente, a causa de factores que anímica y emocionalmente han sido contraproducentes para quienes ejercen funciones en la administración pública, De allí, que Torrealba(2022) señale que; el desánimo es visible en los venezolanos que tratan de sobrellevar las deficiencias en los servicios públicos, como electricidad, gas, transporte así, como salarios anacrónicos a la realidad, que dificultan una labor eficiente, pues, esto se mezcla en lo interno con elementos de desesperanza, desmotivación y adaptación ante este escenario.

Escenario, que demanda emerger alternativas en las que se pueda disminuir estos factores que alejan al profesional de una praxis arraigada a

la eficiencia, ante el desánimo que esto genera y donde la autorregulación emocional se convierte en el antídoto perfecto para contrarrestar y tener la capacidad de salir victoriosos y sobrellevar escenarios adversos, de los cueles no escapa el sistema educativo y de quienes forman parte de esta labor tan perenne para la humanidad Pues, tal y como sostiene Doubron (2022)

La realidad de Venezuela en la segunda década del siglo XXI, ha marcado un impacto significativo en las condiciones de vida de la población en general y de los docentes y directivos universitarios en particular, mediante la dificultad socioeconómica de condiciones laborales y salarios anacrónicos a la actualidad.

Dicho autor, considera que se hace imprescindible un proyecto de vida confortable con condiciones dignas, basado en el desarrollo de la formación de profesionales, el avance del conocimiento y la atención a las necesidades del entorno desde una gerencia que a su vez, premie la gestión de ese talento humano que aún en vicisitudes cumple con un servicio a favor de la ciudadanía

Lo cual sin duda alguna, se hace necesario fortalecer en praxis directiva del Liceo Bolivariano Guillermo Antonio Cornado, donde a través de la experiencia empírica de la investigadora y mediante información proporcionada por informantes claves se pudo determinar que la restricción de estos del apego y vocación de servicio que como buenos docentes y directivos han de asumir; pues, a pesar de querer tener una labor efectiva no pueden cumplirla a cabalidad, ya que, en ocasiones, no acuden a la institución en el horario establecido porque han de esperar el suministro de los servicios básicos para gozar de los mismos, como el agua o el gas, generando agotamiento, estrés y en especial desmotivación.

No obstante, por ser una situación que afecta a todos, los directivos han de proporcionar motivación y

entusiasmo en sus subalternos a partir de entornos flexibles en el que se estimule de forma emocional al trabajador y contextos externos, no vean afectado su desempeño, a través de los escenarios mencionados anteriormente, así, como los pocos incentivos laborales anacrónicos a la realidad económica.

Por tanto, se han de cimentar alternativas que promuevan un servicio comprometido, empático y de calidad especialmente en quienes tiene la responsabilidad de cumplir funciones gerenciales como los directores educativos, ante estos contextos que ameritan emergan nuevas vertientes en el desarrollo de la eficiencia en los procesos involucrados con la toma de decisiones, autorregulación emocional, que conlleve a la motivación, empatía, entre otros elementos que aportan un impacto positivo en el accionar de todo el personal.

De allí, que surja la necesidad de generar una teoría emergente de autorregulación emocional en la praxis directiva del Liceo Bolivariano Guillermo Antonio Coronado del Municipio Petit Edo Falcón, señalando que una teoría emergente o fundamentada, de acuerdo a Strauss y Corbin (2002) se refiere a un proceso inductivo de generar teoría sustentada en los datos, a partir de lo que piensan y dicen los propios actores del proceso, así como comprender la realidad y los sucesos inmediatos a la luz de experiencias anteriores, de cualquier elemento que pueda ayudar a entender la situación estudiada desde los supuestos en que se sustenta.

Método

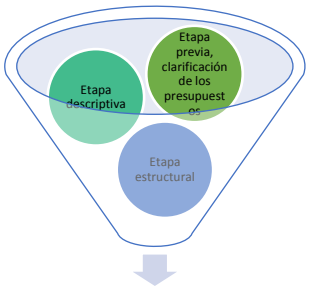
En este contexto, se parte de un estudio de carácter cualitativo bajo el método fenomenológico, puesto que la investigadora ha de concebir el hecho social como tal, construido a partir de la subjetividad de los protagonistas estudiados. De allí, que, en el caso del estudio realizado, la interioridad de cada persona involucrada en el proceso,

incluyendo a la autora del mismo, por ser parte del personal de la institución educativa debe estar permeada por las experiencias del mundo vivido teniendo en cuenta el marco de referencia y la ética como investigadora de no alterar ningún dato.

Por ello, es importante poder identificar y describir las experiencias de cada persona, relacionadas con la autorregulación emocional en la praxis directiva ante el escenario actual de Venezuela y por ende el sistema educativo, mediante la aplicación del método fenomenológico, que nos permite comprender las vivencias, las creencias, miedos y perspectivas de futuro.

En este sentido, Mayz (1975) asegura que; el método fenomenológico persigue la comprensión del mundo de la vida humana a través de la representación global de situaciones cotidianas desde el marco de referencia individual de sus recuerdos, vivencias, percepciones, vivencias accesibles en un momento dado, en este caso a través de una entrevista a profundidad con personas clave e informantes.

El método busca comprender y mostrar la esencia constitutiva a través de la comprensión holística, partiendo del marco referencial interno y puesto en práctica, a través de sus diversas etapas, pasos, modos de reducción y para su aplicación. Las etapas contentivas en el método fenomenológico serán las siguientes: a) etapa previa, clarificación de los presupuestos, b) etapa descriptiva, y c) etapa estructural.



Fuente: Chirino(2024)

A partir de ello, mediante el proceso de análisis de la información se pretende develar significados, situaciones concretas y actuaciones

de los informantes clave, permitiendo así la estructuración y ampliación del sistema de categorización inicial, es decir construir una visión global, exhaustiva y detallada a partir de experiencias y vivencias particulares;. Conducentes a la teorización y que evidencian que el peso de la subjetividad en la observación es ineludible, proporcionado una visión condensada de la realidad que vive el colectivo profesional de la institución educativa estudiada, lo que a su vez, exige métodos flexibles para captar los aspectos y revelaciones contradictorias, permitiendo, registrar el aquí y el ahora de las situaciones de la vida cotidiana en la que los actores sociales viven la experiencia y considerarlas en detalle , más hechos destacados.

Resultados

Por medio del constructo, se tiene como premisa de ;

- ✓ Generar una teoría en la que se promuevan herramientas u alternativas de autorregulación emocional como garantía de una mayor productividad y efectividad laboral
- ✓ Una autorregulación emocional en la que los directivos han de encausarse pues, el mismo atesora el discernimiento para desarrollar esa transformación de la conducta humana, sobre los pensamientos y acciones en las que estas sean positivas y motivacionales.
- ✓ Se espera pese a escenarios adversos, contar con directivos autocríticos e influyentes que han de convertirse en un líder empático que atrae, conecta, innova y es visionario, capaz de propiciar el cambio desde acciones reciprocas en ese

pensamiento arraigado al logro de los objetivos y metas institucionales.

- ✓ Se estima alcanzar el bien común controlando las emociones, partiendo de una teoría emergente creada desde el consenso, a partir de las vivencias y experiencia de cada uno de los partícipes de la educación educativa objeto de estudio
- ✓ Se tiene como meta crear una autorregulación emocional humanista en la cual la institución se encuentre comprometido con su equipo de trabajo.
- ✓ Se busca potenciar un ambiente laboral favorable que asiente un grado de confianza en la motivación de estos, la integración a los asuntos decisorios de sus organizaciones donde su voz sea valorada, ese engranaje epistemológico del líder y el capital humano rumbo al éxito institucional.

Conclusiones

las conclusiones a las que se pretende llegar son las siguientes:

- ✓ La comprensión y aplicabilidad de conducir una dirección educativa, a través de funcionarios catalizadores de cambios transformacionales apegados a comportamientos y decisiones centradas en la motivación individual y colectiva en el que se puedan autorregular estados de ánimo, sentimientos y emociones.
- ✓ Vislumbrar el acontecer diario, esas emociones desde la capacidad de guiar, reconociendo los factores extrínsecos e intrínsecos para formular estrategias destinadas a alcanzar los

objetivos o metas trazadas desde una dirección y liderazgo empático que aún es las vicisitudes es capaz de ejercer una labor eficiente y comprometida.

- ✓ El reforzar uno de los aspectos más importantes que conllevan al individuo hacia la perseverancia, esa capacidad de autorregulación de sus emociones, para mejores resultados en su labor profesional y social.
- ✓ Se deben sentir satisfechos al desempeñar su ejercicio adaptado a las circunstancias, en aras de propiciar un bienestar psicológico emocional, entusiasta y productivo aun en circunstancias adversas.
- ✓ Consolidar directivos, promotores de generar e inspirar hacia esa autorregulación emocional que conlleve al logro de los resultados trazados desde esos elementos motivacionales que garanticen a un talento humano comprometido con un líder afianzado al trabajo en equipo, siendo esto, una de las premisas que ha de caracterizar a los mismos.
- ✓ La indagación de un estudio basado en la investigación Aprendizaje y desarrollo humano, puesto que se orienta a la comprensión y trasformación de las situaciones, necesidades y que se enmarca en la exploración, comprensión y promoción de funcionamiento de los procesos de pensamiento, emoción y conducta del desarrollo integral humano generando una teoría emergente de autorregulación emocional en la praxis directiva docente.
- ✓ Se insta a la reflexión del Estado a consolidar en sus políticas de gobierno hacia mejorar las condiciones de vida de la ciudadanía, hacia ese bienestar y satisfacción que lleve a la suprema

felicidad que como modelo político enmarca.

- ✓ El Estado ha de ser un estímulo para afianzar y consolidar una labor profesional con condiciones óptimas, prestas a concebir un ejercicio productivo, más desde el valor y reconocimiento de los profesionales de la docencia que cada día se esfuerzan por construir y formar hacia un mejor futuro a los ciudadanos y ciudadanas de la Nación
- ✓ Se ha de reconocer lo imperioso que es emerger una teoría desde una metamorfosis de autorregulación emocional de los directivos del Liceo Bolivariano Guillermo Antonio Coronado del Municipio Petit, trayendo un gran aporte científico y teórico en el momento crucial en el que se encuentra el País.
- ✓ Se hace inminente potenciar aptitudes autorreguladoras, tener esa capacidad para discernir en un momento preciso que decisión tomar, pero también prever escenarios que visualicen un mejor futuro, desde el consenso de todos los partícipes de esta institución, para encender esa la luz que conllevará a una praxis profesional motivada y al servicio de todos y todas

Fuentes Consultadas

Barkley, R. A. (2004). Trastorno por déficit de atención/hiperactividad y autorregulación: adopción de una perspectiva evolutiva del funcionamiento ejecutivo. En R. F.

Baumeister y K. D. Vohs (Eds.), Manual de autorregulación: investigación, teoría y aplicaciones (p. 301-323). Prensa de Guilfor

Bisquerra, R. (2003): Educación emocional y competencias básicas para la vida. Revista de InvestigaciónEducativa 21(1), 7-43

Blanco, A (2005) La emoción y sus componentes https://grupoleide.com/wp-content/uploads/2019/09/Ana-Blanco-La-emoci%C3%B3n-y-sus-componentes.pdf

Carver A (2013) Regulación emocional y motivación en el trabajo https://people.acciona.com/es/tendencias-e-inspiracion/regulacion-emocional/

Doubron, M (2020) Impacto del Contexto Económico, Social y Político de Venezuela en el Docente Universitario. Análisis desde la Pirámide de Maslow VOL. 5. N◦ 2. Año 2020. Julio-Diciembre. Disponible En: https://orcid.org/0000-0002-6764-2708

Gross y Thompson (2007) (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. En J. J. Gross (ed.).Handbook of emotion regulation (pp. 3-24). NewYork: The Guilford Press.

Mayz, E. (1975). Fenomenología del Conocimiento. Caracas: Equinoccio.

Rovira, G (2010 Prácticas motrices introyectivas: una vía práctica para el desarrollo de competencias socio-personales. Acción Motriz, Las Palmas, v. 5, p. 12-19, 2010.

Torrealba, C (2022) Temas de coyuntura. Venezuela: contexto, análisis y escenarios http://mexicanadesociologia.unam.mx/index.php/v81n2/325-v81n2a8

Strauss, A. y Corbin, J. (2002). Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada. Editorial Universidad de Antioquia. Medellín Colombia

Zimmerman, B. J . (2001). Theories of self-regulated learning and academic achievement: An overview and analysis. En B. J. Zimmerman y D. H. Schunk (Eds.), Self-regulated learning and academic achievement (Second ed., pp. 1-37). New York: Lawrence Erlbaum Associate