



Estrategia activa como política institucional  
para la resolución de conflictos  
laborales mediante el Yoga de la risa

Darley Jhosue Burgos Angulo  
María Verónica Rosado Ramos  
Kerlly Mariella Benites De la Rosa  
Cecilia de Lourdes Díaz Nivelá  
Magda Marilyn Cedeño Muñoz  
Mariana del Carmen García Franco  
Silvana Narcisa Delgado Pin  
María Dolores Suquillo Gortaire



Estrategia activa como política institucional  
para la resolución de conflictos  
laborales mediante el Yoga de la risa

Estrategia activa como política institucional  
para la resolución de conflictos  
laborales mediante el Yoga de la risa

Darley Jhosue Burgos Angulo  
María Verónica Rosado Ramos  
Kerlly Mariella Benites De la Rosa  
Cecilia de Lourdes Díaz Nivelá  
Magda Marilyn Cedeño Muñoz  
Mariana del Carmen García Franco  
Silvana Narcisa Delgado Pin  
María Dolores Suquillo Gortaire

Estrategia activa como política institucional  
para la resolución de conflictos  
laborales mediante el Yoga de la risa

©

Darley Jhosue Burgos Angulo  
María Verónica Rosado Ramos  
Kerlly Mariella Benites De la Rosa  
Cecilia de Lourdes Díaz Nivelá  
Magda Marilyn Cedeño Muñoz  
Mariana del Carmen García Franco  
Silvana Narcisa Delgado Pin  
María Dolores Suquillo Gortaire

2021,

Publicado por acuerdo con los autores.

© 2021, Editorial Grupo Compás  
Guayaquil-Ecuador

Grupo Compás apoya la protección del copyright, cada uno de sus textos han sido sometido a un proceso de evaluación por pares externos con base en la normativa del editorial.

El copyright estimula la creatividad, defiende la diversidad en el ámbito de las ideas y el conocimiento, promueve la libre expresión y favorece una cultura viva. Quedan rigurosamente prohibidas, bajo las sanciones en las leyes, la producción o almacenamiento total o parcial de la presente publicación, incluyendo el diseño de la portada, así como la transmisión de la misma por cualquiera de sus medios, tanto si es electrónico, como químico, mecánico, óptico, de grabación o bien de fotocopia, sin la autorización de los titulares del copyright.

ISBN: 978-9942-33-455-8

Cita.

Burgos, D., Rosado, M., Benites, K., Díaz, C., Cedeño, M., García, M., Delgado, S., Suquillo, M., (2021) Estrategia activa como política institucional para la resolución de conflictos laborales mediante el Yoga de la risa. Editorial Grupo Compás.

## **Prólogo**

En este libro se busca analizar el Yoga de la risa, estrategia activa como política institucional para la resolución de conflictos en la Escuela Fiscal José Miguel García Moreno de la ciudad de Guayaquil. Se parte de la relevancia actual de la mejora del clima organizacional de las instituciones educativas, a través de la terapia de la risa para la solución de problemas y la necesidad de explorar el tema en el contexto del estudio. Se determinó como objetivo general del libro diseñar una estrategia activa a través de la práctica del yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos, tomando en cuenta los aportes teóricos de estudios previos sobre el manejo y resolución de conflictos en el ámbito educativo y las teorías de la Educación holística, inteligencias múltiples de Gardner y la teoría del conflicto de Bryan Wedge. Los resultados más relevantes denotan la necesidad de elevar la capacidad de resolución de conflictos institucionales del personal docente, administrativo y de servicio, además se evidencia desconocimiento acerca de la utilización de estrategias activas basadas en el yoga de la risa. Se requiere de mayor actividad de integración mediante juegos, ejercicios de yoga, risoterapia para disminuir los conflictos institucionales entre los colaboradores de la Escuela de Educación Básica Fiscal José Miguel García Moreno.

## Índice

INTRODUCCIÓN .....	3
Capítulo 1 .....	4
Conociendo el problema y su situación .....	4
Desarrollo de las teorías .....	6
Educación holística.....	10
Gardner y sus teoría .....	12
Capítulo 2.....	19
Principales concepciones de estrategia.....	19
Características y componentes de una estrategia .....	20
Principales concepciones de estrategia activa en el contexto educativo.....	25
Principales concepciones del yoga de la risa. ....	26
Importancia del sentido del humor en la Educación.....	28
Principales concepciones de la resolución de conflictos ..	29
Tipos de conflictos en el ámbito educativo .....	31
Capítulo 3.....	36
Fundamentación teórica de la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales. ....	36
Etapas fases y acciones de la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales .....	37
Etapa de planificación y organización de la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales .....	41

Etapa de aplicación de la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales .....	61
Etapa de evaluación de los resultados de la aplicación de la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales....	61
Nivel de satisfacción de la estrategia activa basada en el yoga de la risa para la resolución de conflictos institucionales dirigida a los colaboradores .....	62
Referencias .....	71

## INTRODUCCIÓN

La risoterapia forma parte de las terapias del humor y posee una gran influencia en el mejoramiento de la salud de un paciente, debido a que actúa directamente en su estado emocional. La risa, por lo tanto, es un gesto que se encuentra acompañado por sonidos que una persona hace cuando reacciona ante un estímulo que lo provoca, generalmente esta complementada con movimientos faciales, ha formado parte esencial de la función empática del ser humano y de la comunicación en su más pura esencia, ya que el ser humano busca comunicar y compartir todo tipo de emociones, más aun si estas son de un alto nivel de contagio, como la risa, que trae consigo el surgimiento de emociones de alegría, euforia, etc.

La terapia de la risa tiene como objetivo desarrollar estrategias para fomentar nuestro desarrollo y crecimiento personal, aprender a reír en momentos de crisis y dificultades, ayudar a las personas a saber afrontar mejor la vida, cambiando la forma de pensar de negativa a positiva. El estado emocional y la percepción se transforman gracias al desarrollo de la alegría, el positivismo, el optimismo y el humor. (Cardona, 2019).

Con el presente trabajo de investigación, se ha propuesto dar a conocer la importancia del yoga de la risa, estrategia activa como política institucional para la resolución de conflictos institucionales, caracterizado por el desarrollo bio- psicosocial, de los colaboradores en que la risa franca, la carcajada, aporta múltiples beneficios: rejuvenece, elimina el estrés, tensiones, ansiedad, depresión, colesterol, adelgaza, alivia el dolor, el insomnio, problemas cardiovasculares, respiratorios.

En las actividades y ejercicios de yoga de la risa se ofrece un espacio para que el personal docente, administrativo y de servicio puedan disfrutar por unas horas del instante presente, conectándose con la emoción sentimientos que se encuentra dentro de sí mismo, para resolver problemas laborales. Para esto se utilizara los recursos expresivos del cuerpo, danzas y juegos como medio de liberar la risa sincera, que nos aporta beneficios fisiológicos, psicológicos, emocionales y sociales.

## **Capítulo 1**

### **Conociendo el problema y su situación**

Entre los principales aspectos teóricos asumidos para abordar la problemática en estudio sobre el manejo y resolución de conflictos en el ámbito educativo y las teorías de la Educación holística, inteligencias múltiples de Gardner y la teoría del conflicto de Bryan Wedge, se abordaron las principales concepciones de estrategia, características y componentes de una estrategia, tipos de estrategia, principales concepciones de estrategia activa en el contexto educativo, principales concepciones del yoga de la risa, importancia del sentido del humor en la Educación, ejercicios o posiciones del yoga de la risa, principales concepciones de la resolución de conflictos, tipos de conflictos en el ámbito educativo, manejo y resolución de conflictos en el contexto educativo, importancia de la Educación en la resolución de conflictos y se determinó la relación entre el yoga de la risa y la resolución de conflictos.

El recorrido metodológico empleado en el desarrollo del proceso y estructura del estudio permitió recopilar y ordenar el conjunto de datos e información mediante el empleo de técnicas y métodos que permiten procesar y analizar las variables contenidas en la temática Estrategia activa a través de la práctica del yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos en la Escuela Fiscal de Educación Básica José Miguel García Moreno, cantón Guayaquil, Ecuador, 2020.

En este sentido, se utilizaron técnicas tanto de recopilación como de análisis, instrumentos adecuados a la medición de variables con la finalidad de responder a los objetivos planteados. Con respecto a la información teórica, se procedió a realizar una revisión bibliográfica que sustenta el presente estudio.

El tipo de enfoque investigativo utilizado es el cualitativo, el tipo de estudio es el diseño cualitativo – descriptivo, se estableció como muestra a 42 trabajadores, los cuales representan al personal docente, administrativo y de servicio de la Escuela de Educación Básica Fiscal José Miguel García Moreno. Se seleccionó como técnica la encuesta dirigida a los colaboradores sobre la participación en estrategias activas basadas en el yoga de la risa, a través del cuestionario de preguntas.

Con un enfoque teórico y didáctico la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales que ha sido elaborada, está compuesta por cuatro etapas: etapa de diagnóstico, etapa de planificación y organización de la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales, etapa de aplicación de la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales y etapa de evaluación de los resultados de la aplicación de la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales.

Los resultados más relevantes denotan la necesidad de elevar la capacidad de resolución de conflictos institucionales del personal docente, administrativo y de servicio, además se evidencia desconocimiento acerca de la utilización de estrategias activas basadas en el yoga de la risa. Se requiere de mayor actividad de integración mediante juegos, ejercicios de yoga, risoterapia para disminuir los conflictos institucionales entre los colaboradores de la Escuela de Educación Básica Fiscal José Miguel García Moreno.

Luego de la aplicación de la estrategia activa se pudo constatar en la evaluación del nivel de satisfacción final que la variable resolución de conflictos institucionales en la Institución Educativa se orientan a los juicios de valor satisfecho 10 (23,80%) y bastante satisfecho 30 (71,42%), demostrando una disminución en los problemas laborales en el personal docente, administrativo y de servicio tales como: las relaciones, comunicación, socialización de información, orientación, entre otros aspectos relacionados con el ambiente laboral.

De la misma forma, el presente estudio se justifica desde los aportes que brinda a la Escuela de Educación Básica Fiscal José Miguel García Moreno con respecto al establecimiento de la importancia y pertinencia sobre el yoga de la risa, estrategia activa como político institucional para la resolución de conflictos, determinado por las variables, dimensiones e indicadores. De acuerdo con la relevancia social del libro, se centra en facilitar a los directivos institucionales herramientas de trabajo, para disminuir los problemas de trabajo en el personal docente, administrativo y de servicio acorde a las necesidades de la comunidad, considerando así las condiciones de los

colaboradores, dentro de los valores solidarios, justos y equitativos en toda su dimensión.

Su implicación práctica se considera dentro de las gestiones directivas conducentes a la capacitación del personal a fines de fortalecer el proceso educativo, mediante, la implementación de una estrategia activa basadas en el yoga de la risa para la resolución de conflictos institucionales en los colaboradores de cónsonas con la evaluación formativa llevada a cabo en la Escuela de Educación Básica Fiscal José Miguel García Moreno, lo que permitirá plantear propuestas para superar las limitaciones en torno al desarrollo del clima laboral del personal docente, administrativo y de apoyo. El valor teórico del libro se centra en la información que se obtuvo para apoyar las teorías de la Educación holística, inteligencias múltiples de Gardner y la teoría del conflicto de Bryan Wedge, además se pudo conocer en mayor medida el comportamiento de una o diversas variables o la relación entre ellas, en este ámbito la estrategia activa y la resolución de conflictos institucionales en el ámbito educativo.

Con respecto a los aportes metodológicos, el libro presenta un recorrido estructural sobre el proceso investigativo de manera coherente y detallado que sirve como guía en otros estudios relacionados. Igualmente se aplican instrumentos elaborados en base a la población evaluada, cuyos cuestionarios se basan con una validez que le dan fortaleza a la investigación de estudio, de la misma manera, servirán para investigaciones de similares características.

### **Desarrollo de las teorías**

Dentro de los antecedentes a nivel internacional se destaca el estudio efectuado por Fernández (2015), titulado *Riéndose aprende la gente, diversión, salud y enseñanza aprendizaje*, el cual tuvo como propósito desarrollar una revisión bibliográfica en torno a la importancia de la risoterapia y su influencia en los procesos de interaprendizaje. El autor antes citado refiere que el humor y la diversión es una estrategia para contrarrestar las cargas académicas, además de contar con beneficios para la salud física, psicológica y mental. Dentro de la metodología utilizada, se empleó un estudio de caso en una Institución de Educación Superior en México acerca de la utilización del humor en el ámbito educativo. En los hallazgos investigativos se constató que el 60.05% de los encuestados afirman que la risa es positiva y tiene ventajas para la enseñanza y aprendizaje en general,

mientras el 13.29% dijo que no; cabe anotar que hubo 17.66% que no contestó a esta interrogante. Llegando a determinar que los cursos y clases con diversión sana y alegría conciben con menor impacto las tareas académicas y labores pedagógicas, debido a que se disfruta de la actividad mediante el sentido del humor, mejorando el nivel de atención, asimilando de forma adecuada los conocimientos y desarrollando la creatividad.

Otro estudio que se destaca es el desarrollado por Bernal, Díaz y Guevara (2015), el cual tuvo como propósito implementar un proyecto de terapia de la risa orientado al personal que labora en el área de enfermería del servicio de pediatría de la Policlínica Metropolitana de Caracas, Venezuela. La metodología empleada para la obtención de la información estadística fue la técnica de la encuesta y como instrumento se utilizó el cuestionario de preguntas, el cual estuvo integrado por 33 interrogantes, en una escala de Likert con alternativas de respuestas diversas. En relación a la dimensión Técnicas de risoterapia se observa que un 73% emplea dicha técnica de forma empírica, sin embargo, el 40% no considera, ni tienen conocimientos que las cosquillas, plexo solar y las emociones son una técnica de terapia de la risa. Otras técnicas del sentido del humor son muy poco conocidas por los profesionales de enfermería, oscilan entre 50% a 30%. Por otra parte la técnica mejor conocida es la del jajaja. En el indicador Adaptación al contexto de trabajo: levanta el estado anímico y la autoestima consideran 89% (siempre) mientras que el 46% mencionan que puede afectar el rendimiento y el compromiso dentro de la institución. En correspondencia con las pesquisas encontradas se da a conocer la relevancia de implementar un programa de terapia de la risa para mejorar el ambiente de trabajo en las organizaciones.

Caridad y otros (2017), efectuaron un artículo científico denominado contribuciones de la capacidad comunicativa asertiva en la solución de problemas dentro de las universidades, donde se realizó el estudio de los aspectos fundamentales de la comunicación asertiva para la resolución de problemas en una Institución de Educación Superior de Colombia. Basado en una investigación explicativa, de diseño no experimental, transversal, de campo. La información estadística recabada se analizó a través de los métodos estadísticos inferenciales y regresión lineal cuyo ajuste de bondad permitió llegar a la conclusión que las capacidades comunicativas influyen de forma positiva en la resolución de conflictos a través de la mediación y el diálogo

interactivo. Se sugiere brindar conocimientos acerca de las ventajas de la comunicación asertiva, realizando los análisis descriptivos de los casos o situaciones concretas, razonamientos lógicos, imposiciones acordadas y la determinación de los efectos de juicios de valor.

Por su parte, Latorre y Vega (2016), efectuaron un proyecto investigativo con el título danza como estrategia pedagógica en la solución de problemas y relaciones en el entorno educativo, el cual surgió por la necesidad de profundizar en los elementos teóricos que sustentan la resolución de conflictos en el proceso educacional que involucra a los actores de la comunidad educativa, estudiantes, docentes, autoridades y padres de familia, situación que durante la práctica educacional se constata gran preocupación por parte de las autoridades. Se determinó como objetivo demostrar la efectividad y eficacia de una estrategia que contribuye a mejorar la sana convivencia educativa, viabilizando así la consecución de instrumentos para hacer frente de forma adecuada a las diversas circunstancias o casos que de alguna manera producen de forma progresiva problemas en la Institución Educativa, se estableció como alternativa de solución la práctica de actividades artísticas y deportivas dentro del contexto educacional para superar las problemáticas que se presenten. La propuesta estuvo basada en el campo de la danza como actividad artística y cultural, debido a los beneficios que proporciona en la comunidad a la hora de representar y hacer visibles las problemáticas causadas por el rechazo a las características de cada ser humano.

Desde otra perspectiva Navarro (2018), desarrolló un proyecto de investigación en Lima, Perú denominado la terapia de la risa para disminuir los niveles de estrés laboral en los trabajadores administrativos de la empresa Akron International, el cual tuvo el objetivo de establecer la eficacia del sentido del humor para disminuir el índice de estrés laboral en los colaboradores del área administrativa. Bajo un enfoque cualitativo, descriptivo y explicativo, de diseño Pre- experimental y de corte transversal, efectuando con un solo grupo un pre y post test, tuvo como grupo poblacional a 30 trabajadores, quienes presentaron niveles de estrés bajo, estrés alto e intermedio; los datos se consiguieron mediante la técnica de encuesta y como instrumento el cuestionario de estrés laboral, además de la implementación del taller de terapia de la risa en 7 sesiones. Se llegó a concluir tras las sesiones efectuadas y a través de los hallazgos encontrados en

el post test que el sentido del humor fue efectivo en los colaboradores del área administrativa, dado que la prueba de los rangos con signo de Wilcoxon fue: -4,245 y  $p=0,000$  por lo cual la hipótesis nula es rechazada, aceptando la hipótesis alterna, concluyéndose que los talleres de terapia de la risa aportaron de forma significativa a la disminución de los niveles de estrés del personal.

En los antecedentes a nivel nacional se destaca el proyecto de postgrado realizado por Toro y Hurtado (2017), denominado propuesta para el manejo de problemas institucionales en el departamento de servicio o apoyo de la Universidad Central del Ecuador, el estudio se realizó a través de la investigación cualitativa, en el que se emplearon herramientas de recolección de datos como: entrevistas estructuradas a informantes calificados y líderes informantes de grupos de trabajo, y reuniones de grupos llamados comúnmente como grupos focales, los mismos que consintieron desempeñar en el personal del área de Mantenimiento su apreciación, su criterio, sus experiencias, sus actitudes y consideraciones con respecto a la temática de problemas institucionales. Después de la implementación de las entrevistas, el grupo focal y el análisis de los resultados, se establecieron ocho dimensiones importantes que aquejan a los colaboradores del área de Mantenimiento de la UCE, permitiendo optimizar y reforzar cada una de las dimensiones de los colaboradores. Se llegó a establecer la necesidad de implementar un programa de actividades que mitiguen los conflictos que afecta el clima laboral entre los colaboradores del área de Mantenimientos de la UCE.

Panchi (2016) desarrolló un proyecto investigativo en la ciudad de Latacunga, Ecuador con la temática solución de problemas en los establecimientos educativos, el cual tuvo como propósito realizar un diagnóstico de la intervención del personal directivo, docente y representantes en los conflictos educacionales mediante la aplicación de entrevistas y encuestas para realizar el análisis de datos y discusión de resultados, sentando bases para próximas indagaciones en esta problemática. Para esto se hizo pertinente hacer uso del tipo de estudio bibliográfico-documental y a la aplicación de técnicas e instrumentos, como resultados se obtuvo datos precisos e relevantes sobre el tema de la investigación. Como resultados del proyecto se logró establecer que la solución de problemas posibilita la mejora del clima laboral y alcanzar un grado más alto en los procedimientos

educativos, de igual manera la comprensión de la temática ha permitido implementar estrategias de afrontamiento y de solución de conflictos que contribuyen a la configuración de educandos con mayor capacidad de tolerancia con los demás y con el entorno en el cual se desarrollan a diario.

Dentro de los antecedentes locales se destaca el estudio realizado por Castro y Guzmán (2018) en la ciudad de Guayaquil con el tema la resolución de problemas y su incidencia en la convivencia de los educandos de básica superior, donde se hace referencia a la relevancia del manejo y uso de la mediación como técnica para solución de problemas institucionales y mejorar el clima dentro y fuera de clases en los estudiantes y demás actores del proceso educativo. En este proyecto se empleó la investigación cualicuantitativa para poder aplicar los diversos instrumentos de recolección de datos como encuestas a educandos, donde se evidencian que los educadores no emplean adecuadamente técnicas de solución de conflictos para solventar las diferencias entre educandos causando a su vez dificultades en las relaciones personales dentro y fuera del contexto educativo. Como resultado la guía de actividades para la estructura y distribución de grupos de mediación que permitieron a los docentes acercarse más a los educandos y tener un claro conocimiento acerca de sus falencias sociales para así mejorar el contexto o entorno educacional y la sana convivencia que en las últimas décadas se ve muy forzada.

### **Educación holística**

Según la RAE (2020), etimológicamente el holismo representa "la práctica del todo" o "de la integralidad", su raíz holos, procede del griego y significa "todo", "íntegro", "entero", "completo", y el sufijo ismo se emplea para designar una doctrina o práctica. A su vez el término holística es definido como una manifestación psicológica, educativa y social, enraizado en las diversas áreas del conocimiento humano y direccionada hacia la obtención de una visión fundamentada en pesquisas comunes al género humano.

Desde el planteamiento teórico de Gluyas, Esparza, Romero y Rubio (2015):

La formación integral es el nuevo modelo educacional de la época contemporánea, es una perspectiva que incluye varias ciencias pedagógicas que además elabora

un gran análisis sintético que comprende lo mejor de la Educación y el objeto del conocimiento en general, vincula, sin confundir, tradición y novedad, ciencia y espiritualidad, lo global y lo local, etc. La esencia de la formación holista es el espiritualismo. (p. 8)

De la misma manera, hasta la actualidad las discusiones en relación con la modificación del sistema educacional se han fundamentado en factores formales del ámbito educativo, en otras palabras, los complementos de ingreso y partida, los fines de la enseñanza y temas de las diversas áreas del conocimiento, las anticipaciones, las obligaciones, entre otros.

En la actualidad existe una gran necesidad de estimular una nueva modalidad educativa, la que debería dar directrices para contribuir a la formación holística y global del estudiante, dejando a un lado las aptitudes directivas y autoritarias de parte de los actores del proceso educativo-docentes, representantes, autoridades, etc., en sí, concebir a los estudiantes como sujetos que en ciertas circunstancias reflejan malos procedimientos que no pueden ser vistos como malas intenciones.

De acuerdo con el enfoque teórico de López (2017), la práctica pedagógica, vista desde esta perspectiva integral, no permite realizar un análisis comparativo entre los individuos ya que dicha comparación obstaculiza la enseñanza, promueve la indiferencia por las clases y desmantela la autoestima del individuo. Si impedimos este tipo de operaciones, entonces estableceremos en nuestros estudiantes una cultura de ganadores-ganadores.

Por su parte, Acevedo (2019), hace referencia que en la Educación holística, aprender es un concepto que adquiere una consideración específica, contrasta mucho del concepto que se tiene en la educación tradicional, desde la educación holista, «el proceso de aprendizaje implica muchos niveles del pensamiento humano como los aspectos afectivos, físicos, sociales y espirituales, atravesando en su totalidad lo puramente psíquico y memorístico. El proceso de aprendizaje se convierte en proceso artístico y creativo; aprender a aprender es la finalidad de la educación para la época moderna.

Sin embargo, hoy se hace necesario incorporar otros aspectos que también son importantes para definir una nueva educación como son las estrategias pedagógicas, sean docentes o de investigación,

que propicien cambios fundamentales y elementales en la forma que se concreta el hecho educativo actual para responder las necesidades de conocimiento y formación de los estudiantes.

Varios autores como, Quevedo (2020); Bustamante (2020), coinciden en que es necesario promover los cambios en aula que signifiquen considerar a la educación, más que un acto de transmisión de conocimiento del docente al alumno, percibir al estudiante como un recipiente, que solo recibe las enseñanzas en clases. Por otra parte, la visión fragmentaria del conocer ha incidido en también fragmentación de las prácticas formativas, con los efectos de esta visión ha tenido en las distintas disciplinas, lo que conlleva a una práctica docente divorciada de la realidad del estudiante.

En síntesis, la Educación debe relacionarse con la vida humana infundada en el respeto, en la solidaridad y en la afirmación de valores propios, por lo tanto, debe potenciar la cultura como propuesta universal de aceptar los cambios y enlace de las etapas de la vida y sus incidencias. Que oriente a los nuevos procesos educativos que fortalezcan a la personalidad, la identidad y animar a los estudiantes en las relaciones interpersonales amplias en la vivencia cotidiana en la creación e intercambio de saberes y conocimientos en colectivo, para la consolidación de un proceso integral e integrador del hecho educativo y sus actores.

### **Gardner y sus teoría**

Hasta en los últimos tiempos la razón se consideraba algo congénito y arraigado. Las personas nacían con un dote de inteligencia superior o inferior a otros, y el proceso educativo no podía cambiar esta situación. Tanto es así que en las últimas décadas a los individuos con insuficiencia cognitiva o débil moderado no se les brindaba un servicio educacional de calidad, porque se reflexionaba que iba a ser un gasto innecesario. Se consideraba que la inteligencia era solo una realidad genética y que las personas se podían auto educar y preparar para aprender cualquier contenido o desarrollar habilidades, con el objetivo de que fuera exteriorizada de una forma adecuada.

En correspondencia con Gómez y Mendoza (2018), las pruebas iniciales de pensamiento lógico surgieron en 1904 con el psicólogo Alfred Binet en la ciudad de París y consecutivamente se desplegaron de una forma globalizada en América del Norte, en donde un grupo de especialistas en psicología determinaron

critérios para avaliar a inteligência de uma forma imparcial y disminuyéndola a una valoración llamada capacidad del intelecto. Quien residiera por arriba del rango medio era concebido superdotado y quien constará por debajo de la media era apreciado como deficiencia intelectual. En base a este paradigma se realizaron diversos estudios investigativos durante muchas décadas. Favorablemente numerosos investigadores asimilan esta concepción de la capacidad intelectual expresando que se disminuía al individuo a un sujeto saturado genéticamente de cierta facultad para el aprendizaje.

Es en aquella época cuando aparecen los enfoques teóricos relacionados a comprender el desarrollo de la inteligencia no solo como un aspecto genético sino también dependiente del ámbito cultural, social, ambiental y otros aspectos fundamentales que se detallarán más adelante. Existen diferentes estudios realizados por Howard Gardner (1983), en los que se constata que los seres humanos poseen diversos tipos de inteligencia y por ello los educadores deben estar predispuestos para adquirir conocimientos, comprender y repetir de diversas formas.

Dentro del contexto educativo se puede evidenciar de que existen educandos que aprenden de forma óptima cuando se les presenta la temática o contenidos a través de herramientas visuales, otros tienen un buen nivel de creatividad para proyectar un ensayo escrito y otros alumnos prefieren exponer de forma oral. El tema de las Inteligencias Múltiples se ha venido analizando y perfeccionando desde hace tiempo atrás pero no con ese nombre. Como ejemplo de lo anterior se puede mencionar a Chura, Huanyanca y Maquera (2019), quienes opinan que los niños deben adquirir conocimientos mediante las experiencias educativas, allí se ponen de manifiesto las actividades lúdicas, los vínculos interpersonales y la interacción con el medio o naturaleza, mediante actividades de manipulación, juegos, canciones, trabajos para contribuir a los educandos en la adquisición de aprendizajes significativos. Desde la perspectiva de John Dewey (1967), concibe al proceso áulico como un espacio educativo donde los aprendizajes se dan a través de las relaciones y experiencias de los actores del proceso educacional.

Howard Gardner profundizó en la temática de las inteligencias múltiples proponiendo una obra titulada "Estructuras mentales", la aparición de por lo menos siete razonamientos básicos. Recomienda que las capacidades intelectuales se relacionan con

la habilidades para solucionar conflictos y diseñar herramientas o alternativas de resolución en un contexto que comprenda un clima agradable y de actividad espontánea.

Desde el enfoque conceptual de Noroña y otros (2019), plantean que:

Es de mayor relevancia conocer y reconocer toda la diversidad de razonamientos humanos, todas las combinaciones de razonamiento. Todas las personas son diferentes, en gran magnitud debido a que todos tienen varias integraciones de pensamiento lógico. Si se identifican adecuadamente los tipos de inteligencias múltiples del individuo, se generará una mejor posibilidad para manejar de forma correcta los diversos conflictos que enfrenta la sociedad. (p. 12).

Al realizar la definición de inteligencia como capacidad para solucionar conflictos que surgen en el diario vivir, ya sea en el ámbito laboral, familiar, social, para producir nuevos problemas y para diseñar instrumentos o para proponer servicios dentro del propio ámbito sociocultural, Gardner la presenta como una habilidad que se puede potenciar, si bien no rechaza el componente hereditario.

Antes de definir cada una de las inteligencias múltiples planteadas por Gardner considero relevante precisar que los educadores no deben dedicarse a perfilar o enmarcar a los educandos en una inteligencia específica. La propuesta educativa debe desarrollar en los docentes aquellas inteligencias que no están presentes en ellos, para que contribuir en la formación integral de las personas. Los cuales tendrán la capacidad de enfrentar y resolver cualquier problemática que le presente en la vida cotidiana a partir de diversos enfoques, brindándole solución empleando diferentes metodología para el abordaje del conflicto identificado.

De acuerdo con la teoría de Howard Gardner, las personas cuentan con la capacidad de reconocer el universo de ocho formas diversas. La disimilitud se fundamenta en la forma en que se recurre a las inteligencia múltiples y se las combina para poder realizar los diversos trabajos, para resolver los conflictos y poder desenvolverse de manera adecuada en los diversos ámbitos. Una

vez definido lo anterior, se presentan las inteligencias múltiples que Gardner plantea a partir de sus estudios investigativos:

1. Inteligencia lingüística.
2. Inteligencia lógico-matemática.
3. Inteligencia visual-espacial.
4. Inteligencia corporal y cinestésica.
5. Inteligencia Musical.
6. Inteligencia Intrapersonal.
7. Inteligencia Interpersonal.
8. Inteligencia Naturalista

### **Inteligencia Musical**

Según el enfoque conceptual de García (2020), es la habilidad de descubrir, segregar, convertir y articular las representaciones melódicas. Contiene el sentimiento a la consonancia, a la inflexión y al sonido. Está vigente en músicos, conductores de orquestas, analistas del ámbito musical y espectadores impresionables, entre otros. Los niños que la demuestran se conciben gustosos y conformes con los sonidos del entorno y por todo tipo de melodías. Gozan alcanzando el compás con el pie, golpeando o sacudiendo algún objeto de forma rítmica.

### **Inteligencia Corporal- cinestésica**

Desde la concepción de García (2021), es la destreza para utilizar todo el cuerpo humano en la expresión de pensamientos y emociones, además la facilidad en la utilización de las manos para transformar componentes. Contiene destrezas de coordinación, destreza, equilibrio, flexibilidad, fuerza y velocidad. Se manifiesta en deportistas de atletismo, bailarines, cirujanos y artesanos, entre otros.

Los infantes que se destacan en la práctica deportiva, bailes, expresión corporal, son los que generalmente tienen un desarrollo óptimo de la inteligencia corporal - cinestésica debido a que realizan labores de diseño empleando diferentes recursos específicos. También en aquellos que son hábiles en la ejecución de instrumentos.

### **Inteligencia Lingüística**

Para Asqui y otros (2017), es la destreza para utilizar los términos de forma asertiva, en forma oral o escrita. Comprende el empleo de la sintaxis, la fonética, la semántica y el manejo pragmático del área de Lengua y Literatura (la retórica, la mnemónica, la explicación y el metalenguaje). Esta inteligencia se evidencia en ensayistas, líricos, reporteros y conferenciantes, entre otros. Está en las personas a las que les agrada la redacción de leyendas, cuentos y obras literarias, realizar lecturas, juegos de palabras, trabalenguas y en los que asimilan los conocimientos de otros idiomas con facilidad.

### **Inteligencia Lógico-matemática**

Inga, Basilio y Peña (2017), la definen como la destreza para emplear el cálculo numérico de forma positiva y de deducir con lógica matemática. Comprende la comprensión de los paradigmas y conexiones abstractas, las aseveraciones, proposiciones, las funciones y abstracciones vinculadas. Esta inteligencia se evidencia en investigadores, físicos matemáticos, administradores contables, técnicos y programadores de sistemas, entre otros. Las personas que la han potenciado esta inteligencia razonan con habilidad problemas matemáticos. Se aproximan a las mediciones numéricas, estadísticas y presupuestos con predisposición.

### **Inteligencia Espacial**

Según la concepción teórica de Gutiérrez (2017), es la habilidad de razonar en tres direcciones. Consiente descubrir figuras internas y externas, recrearlas, transfigurarlas o cambiarlas, realizar el recorrido del espacio o permitir que los objetos lo circulen y provocar o decodificar información gráfica. Presente en conductores aéreos, marinos, escultores, pintores y arquitectos, entre otros. Está en los niños que se encuentran en el proceso de interaprendizaje, utilizar los gráficos, esquemas, cuadros. La inteligencia espacial se fundamenta en la elaboración de mapas conceptuales y mentales, además del diseño y comprensión de los planos y croquis.

### **Inteligencia Interpersonal**

Gardner (1983) la define como la destreza para comprender a las demás personas e interactuar de manera adecuada con ellas. Comprende el sentimiento de las expresiones faciales, la voz, los gestos y posturas y la capacidad para solucionar los problemas. Presente en actores, políticos, buenos vendedores y docentes exitosos, entre otros. La inteligencia interpersonal se manifiesta en el trabajo en grupo, que influye de forma directa en la conciliación y negociación con pares y mayores, que comprendan a los demás.

### **Inteligencia Intrapersonal**

Para Restrepo (2017), es la capacidad de construir una percepción precisa respecto de sí mismo y de organizar y dirigir su propia vida. Incluye la autodisciplina, la auto comprensión y la autoestima. Se encuentra muy desarrollada en teólogos, filósofos y psicólogos, entre otros. La evidencian los niños que son reflexivos, de razonamiento acertado y suelen ser consejeros de sus pares.

### **Inteligencia Naturalista**

Según Cejudo, Losada y Pérez (2017) es la capacidad de diferenciar, esquematizar y jerarquizar los elementos del medio ambiente, objetos, animales o plantas. Tanto del ambiente urbano como suburbano o rural. Comprende las destrezas de observación, experimentación, reflexión e interrogante del entorno donde se desenvuelven los actores del proceso educativo.

La inteligencia natural posee un alto nivel de la gente de campo, botánicos, cazadores, ecologistas y paisajistas, entre otros. Se da en los menores que aman los animales, las plantas; que reconocen y les gusta indagar en las particularidades del entorno natural y de la acción por el hombre.

### **Teoría del conflicto de Bryan Wedge**

Según Villamonte (2016), hacen referencia a la teoría de Bryan Wedge que se centra en primera instancia en la habilidad para dialogar mediante la mediación entre las personas en conflicto; pues la calidad y calidez de la comunicación aportará en favor de la transformación de los dominios de unas personas sobre otras;

en segunda instancia, la colaboración permite disminuir la predisposición hostil que existe en primer momento entre las partes conflictivas. A su vez, Acevedo y Rojas (2016), afirman que la buena cooperación y capacidades comunicativas reducen el crecimiento de los índices de violencia en los problemas de diversos ámbitos.

Wedge (1964), desarrolló una metodología de manejo de problemas que se basaba en cinco fases: en primer lugar el intermediario determina un primer contacto con cada elemento y comienza un procedimiento de diálogo; se establecen los intereses de cada parte, y se reconocen los intereses en común, algunos de los cuales se pueden resolver mediante el diálogo entre los involucrados; se reúnen los integrantes de ambas partes para definir un contacto; se prepara a las partes para intervenir en proyectos de cooperación y finalmente, las acciones concluyen con la práctica de aquellos proyectos colectivos que se han determinado. Todas estas acciones están orientadas a tener una visión optimista sobre la posibilidad de diseñar una cultura de paz social, modificando las problemáticas sociales en oportunidades de desarrollo humano con sostenibilidad y coherencia.

Varios autores como, Carrillo (2016); Paulston y Costanzo (2016); Montoya y Salinas (2016), hacen referencia a que la teoría del conflicto de Bryan Wedge se basa en tres procedimientos diversos e intervencionales que corresponden a este proceso:

- La labor de la transformación de problemas, que une a delegados de ambas partes para por conocer sus criterios, llegando a fijar acuerdos y compromisos comunes mediante el uso de estrategias.
- La influencia del criterio público para disminuir el aumento de conflictos y para rehumanizar la imagen de ambas partes en problema, y finalmente para contribuir a los líderes y puedan desarrollar una negociación y conciliación.
- Actividades grupales que ofrecen incentivos para la transformación de los problemas.

## **Capítulo 2**

### **Principales concepciones de estrategia**

Partiendo del origen etimológico de la palabra estrategia Burgos y Rugel (2017) hacen referencia que se deriva del latín *strategia*, que a su vez proviene de dos términos griegos: *stratos* (“ejército”) y *agein* (“conductor”, “guía”). Por lo tanto, el significado primario de estrategia es el arte de orientar las operaciones militares.

Según la concepción de Maldonado, Benavides y Buenaño (2017), en el campo de la administración, las estrategias, son los patrones o planes que integran las principales metas y políticas de una institución, y, a la vez, determina la sucesión lógica de los procedimientos a ejecutar. En correspondencia con el planteamiento anterior puedo acotar que una estrategia apropiadamente planteada permite mejorar la organización y asignación, con base tanto en sus habilidades como en sus falencias internas, los materiales de una organización, con el objetivo de conseguir una situación factible y viable, así como predecir las diversas modificaciones o variaciones en el contexto y las acciones improvisadas de los adversarios perspicaces.

De acuerdo al enfoque teórico de Naranjo, Ávila y Concepción (2018):

Las estrategias a su vez hacen referencia a los procesos ideados para dirigir una temática y para determinar la estructura de reglamentación que afirma la toma de decisiones apropiada en cada caso. Vinculada la estrategia con el ámbito educativo y su implementación en las clases se puede definir como el conjunto de acciones y trabajos que aportan a la consecución de metas planteadas a corto y a largo plazo. (p. 506)

En otras palabras, las estrategias se conciben como los procesos seleccionados mediante el cual se anuncia la obtención de un cierto estado próximo. El sistema de estas acciones se encontrará reflejado por la estructura propia de la estrategia didáctica seleccionada (estilo de enseñanza, ejemplo de comunicación, contenidos seleccionados, tipo de organización, propósito didáctico, intención de la tarea, vinculación entre la planificación, el programa curricular institucional y el diseño curricular que lo ejerce, tipos de contenidos al cual va dirigida, criterios de evaluación, etc.).

## **Características y componentes de una estrategia**

De acuerdo con el planteamiento de Montenegro y otros (2016), las estrategias:

Dependen de los métodos utilizados en la práctica, la motivación así como las secuencias de actividades, pautas y organización de los equipos que se sigan. Se concibe, que es de gran importancia adjudicarse con cada educador de forma personalizada y profesional en el momento de transmitir la enseñanza, de igual forma los educandos tienen un perfil conveniente de lograr su aprendizaje por tal motivo en la determinación de las técnicas se debe considerar las características más relevantes del personal docente, administrativo y de servicio que integra una institución u organización. (p. 55)

En correspondencia al planteamiento teórico de Moreno y Velázquez (2017), los componentes de una estrategia en el ámbito empresarial e institucional son:

- El ámbito o campo de actividad: dónde va a competir la organización. Este componente sirve para delimitar los vínculos con la institución administrativa con su entorno.
- Las capacidades distintivas: con qué instrumentos va a competir la empresa. Se trata del conjunto de recursos y capacidades actuales y potenciales que posee la empresa para ejecutar su estrategia. Se trata de un componente interno.
- La ventaja competitiva: para qué compite la empresa. Determina la posición competitiva de la empresa en el mercado. Se trata de un componente interno.
- Las sinergias: cómo va a competir la empresa. Efecto positivo conjunto de los otros tres componentes.

El cuarto componente (la sinergia) sirve para conectar e interrelacionar los otros tres componentes. La interrelación entre la estructura de la estrategia es primordial, ya que el estado o la situación de cada uno afecta directamente sobre los demás. Así por ejemplo, Orellana (2017) hace referencia que es necesario

tomar en cuenta las habilidades y/o ventajas competitivas que es preferible desarrollar para actividades seleccionadas, y por otra parte la existencia de ciertas competencias y/o ventajas competitivas en la organización que limita e influye la selección de la cartera de acciones. Se debe pues buscar las complementariedades positivas entre esos tres componentes de la estrategia.

Hay diversos elementos que componen una estrategia en el contexto educacional, los fundamentales son:

### **Elementos**

**Áreas y ambientes de interaprendizaje:** Para Chávez (2015), es un escenario donde se desarrolla el proceso de enseñanza-aprendizaje, caracterizado por el conjunto de aspectos e integrantes (docentes y estudiantes) que intervienen en la adquisición de conocimientos. Es importante mencionar que en la utilización de estos ambientes de aprendizaje los actores de la comunidad educativa no precisamente deben concordar ni en el espacio ni en el tiempo.

En estos contextos los participantes desenvuelven acciones que consienten equiparar y plantear conocimientos innovadores. El escenario de interacción educativa tiene propósitos y metas definidas claramente las cuales son empleadas para valorar el impacto del proceso de interaprendizaje. El desafío en un contexto de enseñanza es constituir todo el conjunto de aspectos fundamentales y vincularlos de forma sistemática logrando que sea eficiente para el logro de los objetivos planteados.

Desde la concepción de Pegalajar (2016) considera tres aspectos relevantes que se deben tomar en consideración para la elección de estrategias de interaprendizaje:

- Los actores del proceso educativo.
- El tipo de contenido que se imparte (conceptual, procedimental y valoral).
- Los contextos espacio-temporales-materiales.

Por su parte, Pamplona, Cuesta y Cano (2019), plantea 5 etapas secuenciales que se deben tener en cuenta para la elección de estrategias de enseñanza y que contestan a las siguientes interrogantes:

- Por qué y para qué enseñar determinada área del conocimiento.
- Qué se espera obtener con lo que se enseña.
- Qué sucesión se debe dar a lo que se imparte.
- Cómo instruir esos conocimientos específicos.
- Qué y cómo se gestionó el proceso de enseñanza.

### **Contenidos:**

Según Salazar (2015), la elección conveniente de las temáticas específicas de enseñanza debe considerarse al momento de efectuar la planificación de los contenidos en las diversas asignaturas. Los contenidos componen el pilar fundamental sobre el cual se proyectarán las acciones académicas con el propósito de conseguir lo proyectado en las metas a corto y largo plazo. Es necesario realizar aplicar el principio de la progresión, es decir de lo más fácil a lo más complejo, organizando los contenidos en correspondencia a las particularidades principales de los actores del proceso y el contexto donde se desarrolla el aprendizaje.

### **Materiales y recursos:**

De acuerdo con Ordóñez, Rodríguez y Rodríguez (2017), los materiales o medios pedagógicos comprenden todos los recursos didácticos al servicio del proceso de interaprendizaje y son aspectos fundamentales en el proceso de intercambio y asimilación de saberes entre los docentes y estudiantes. La forma de mostrar los contenidos o sustentos teóricos es primordial para el procedimiento de asimilación por parte de los receptores y actores de contexto educativo. Los recursos pedagógicos componen la sucesión de medios empleados para contribuir al proceso de interaprendizaje.

### **Tipos de estrategias.**

Los tipos de estilos de aprendizaje están compuestos en relación con la estimulación que esté presente en los educandos, partiendo de esa perspectiva se establece que tipos de estrategias se deben emplear y la forma en la cual va a conseguir la asimilación adecuada de saberes. A continuación, se mencionan

los tipos de estrategias en el ámbito educativo de acuerdo con el planteamiento de Echeverry, Quintero y Gutiérrez (2017):

### **Estrategias en entornos virtuales**

En los procesos de interaprendizaje de la época contemporánea los ambientes digitales son espacios tecnológicos que consienten el transporte y acogida de información o datos y en el ámbito educativo comprende un argumento sofisticado ya que su manejo y aplicación en las Instituciones educativas permiten que el educando tenga interacción eficiente entre los contenidos áulicos y los aprendizajes de los docentes, los contextos digitales del ámbito educativo son considerados como destrezas por su factible actuación y la pertinencia que tienen, el desarrollo de los conocimientos en los educandos por parte de estas herramientas tecnológicas son asequibles por parte de ellos y la utilización no presenta dificultades porque en pleno siglo XXI del desarrollo de las Tics los educandos consiguen asimilar aprendizajes significativos a través del uso de recursos tecnológicos.

Desde la concepción de autores como, Moreno y Velázquez (2017) establecen las estrategias en ambientes digitales como los ambientes interactivos dentro del entorno en el proceso educativo, se han transformado en aspectos primordiales estructurados para fomentar la enseñanza con la red en correspondencia con las diversas modificaciones tecnológicas que se generan en la comunidad educativa. A partir de lo señalado se comprende que los ambientes virtuales en el proceso de interaprendizaje se desarrollan como un instrumento educativo para potenciar las destrezas del educando con la finalidad de motivarlo a la obtención de nuevos conocimientos consiguiendo los resultados académicos que planifican y esperan los docentes.

### **Estrategias centradas en la individualización de la enseñanza**

Según la concepción de García, Ortiz y Chávez (2017), es un método de aprendizaje de forma independiente, esto quiere decir que las personas plantean sus objetivos de aprendizajes y buscan los mecanismos para ser asimilados y lograr el óptimo desempeño académico y profesional. En la actualidad el desarrollo de los procesos de interaprendizaje individualizados es muy factible, ya que se cuenta con los ambientes interactivos

en el ámbito de la educación, las tecnologías de la información y comunicación posibilitan el intercambio de conocimientos que existe en la web a la disposición de los educandos, tales como: grupos de foro, páginas web, blogs, entre otros.

En la conceptualización de las estrategias didácticas los autores Vera, Poblete y Díaz (2019), consideran que:

Las estrategias que están fundamentadas en la personalización del educando acceden a favorecer la independencia de la labor personal por parte de cada uno de los estudiantes o actores del proceso educativo; es decir, brindan un espacio de formación para que se encuentren aptos para el desarrollo de diversas acciones que el educador le transmite con el propósito de suministrar aprendizajes innovadores. (p. 12)

A partir de lo mencionado por los autores, la necesidad de la individualización en la educación es generar el sentido de autonomía, la capacidad que pueda tener el estudiante de solucionar las dificultades cognitivas o de aprendizaje que se le presenten en el desarrollo del proceso educativo, haciendo uso de sus propios recursos con un enfoque autoinstruido aplicando sus propias estrategias que se ajustarán en su proceso de instrucción.

### **Estrategias para la enseñanza en grupo**

Las estrategias didácticas permiten que los educadores seleccionen las técnicas correctas para emplearlas en el aula de clases, como los estudiantes en un aula de clases son de un número significativo se emplean las estrategias para el desarrollo del proceso de enseñanza colectivo o grupos de trabajos, este tipo de conocimientos se logra por la interrelación de los grupos de educandos, es decir, los docentes forman equipos académicos con los dicentes, discuten criterios para implementar alternativas e interpretaciones de las actividades.

De igual manera exponen los autores Tacca, Tacca y Alva (2019), que:

El establecer la participación activa de los educandos dentro de un equipo de trabajo, es un proceso relevante que los docentes deben desarrollar con los estudiantes, concediéndoles un espacio de interacción y de

desarrollo de sus habilidades y capacidades vinculadas a los contenidos de las diversas áreas del conocimiento o situaciones prácticas en el contexto educativo. (p. 8)

Por este motivo la estrategia colectiva conserva una relevancia en proceso áulico debido a que el fortalecimiento y refuerzo de las habilidades también se pueden fundamentar a través de la explicación de un estudiante al compañero de grupo logrando un aprendizaje significativo para el equipo académico. La contribución de los equipos que formen los docentes para trabajar los contenidos específicos a más de lograr un rol en la adquisición de saberes genera aptitudes y comportamientos éticos ya que por esta vía se adquiere la socialización de los aprendizajes de forma expresiva y eficiente.

### **Principales concepciones de estrategia activa en el contexto educativo**

Según Razeto (2016), son procedimientos donde se utilizan medios o recursos por el docente para interactuar, participar y analizar de manera progresiva en el proceso de interaprendizaje. La enseñanza sustentada en estrategias activas es una enseñanza caracterizada por la participación dinámica de los actores del proceso educativo en el espacio de formación sobre las capacidades adecuadas de los conocimientos específicos en las diversas áreas del conocimiento.

Por su parte Ochoa, Machado y Guamán (2020), afirman que estas estrategias conciben el aprendizaje como un proceso práctico y no receptor. La psicología cognoscitiva ha demostrado de forma consistente, que uno de los paradigmas más relevantes de la capacidad memorística es su estructura institucional. Los conocimientos están estructurados en redes de conceptos vinculados que se denominan herramientas innovadoras. La nueva información se ajusta a la red ya existente. Dependiendo de cómo se efectúe este vínculo los nuevos conocimientos pueden ser utilizados o no, para solucionar conflictos o identificar situaciones adversas. Esto involucra la concepción del aprendizaje como proceso y no únicamente como una admisión y recopilación de información.

Un segundo aspecto que sustenta el empleo y manejo de las estrategias activas de enseñanza según Nieto y Ruiz (2020), es que el aprendizaje auto direccionado, es decir el desarrollo de

destrezas cognitivas, suscita una mejor y mayor adquisición de conocimientos. Se trata de fomentar destrezas que posibiliten al educando considerar el nivel de complejidad de los conflictos, identificar si comprendió la lectura de un texto, saber cuando emplear estrategias alternativas para conseguir la documentación y saber realizar la evaluación del progreso en la asimilación de saberes. Durante un aprendizaje autodirigido, los educandos trabajan en grupos académicos, realizan la discusión, argumentación y evaluación de forma progresiva de las principales dificultades o falencias del proceso de interaprendizaje. Las estrategias activas emplean acciones para apoyar este procedimiento.

Finalmente, estas estrategias destacan que la instrucción debe tener parte en el entorno donde se desarrolla la problemática del mundo real o de la práctica profesional. Se deben presentar casos prácticos o circunstancias lo más cercanas posibles al ambiente profesional en que el educando se desenvolverá en el futuro. El enfoque contextual de la enseñanza estimula la aptitud asertiva de los educandos hacia el aprendizaje y su motivación, lo que es importante para un aprendizaje con comprensión.

Permite también al educando enfrentarse a dificultades existentes, con un grado de complejidad similar a los que se hallarán en la experiencia profesional. Estos principios educacionales comunes a las estrategias activas de enseñanza llevan a exteriorizar una sucesión de componentes en los cuales los educandos afrontan problemáticas que deben estructurarse, y resolverse, con ayuda de los educadores, para encontrar alternativas de solución con coherencia.

### **Principales concepciones del yoga de la risa.**

Partiendo de la concepción de Cardona, Villamil, Quintero y Henao (2015), el Yoga de la Risa es una técnica originaria de la India diseñada por un médico hindú llamado Madam Kataria, quien determina que: cualquiera puede reír sin razón alguna, sin depender del humor, chistes, o comedia.

El yoga de la risa es considerado una herramienta educativa psicoterapéutica basada en el tratamiento de afecciones, con el objetivo de obtener ventajas a nivel de salud física, cognitiva y

psicosocial en los individuos a través de la terapia de la risa, no cura en su totalidad, pero si actúa como elemento complementario de las terapias tradicionales, contribuyendo en la mejora de la evolución de diversas enfermedades.

Por su parte, Burgos y Santa Cruz (2015), hacen referencia que es una secuencia de ejercicios que integra la técnica de la risa y respiración. La risoterapia es primordialmente replicada, pues son técnicas basadas en risas forzadas a través de las que se puede obtener fácilmente risas reales y sinceras que alivian los problemas emocionales y personales que tienen los seres humanos guardados en su interior.

Según Cossaron y Leclerc (2015), el proceso consiste en realizar risas de una forma natural, real, sana y que salga del interior como en la infancia; para ello se emplean diversas herramientas y recursos que contribuyen a aliviar tensiones del cuerpo humano y de la mente: la expresión corporal, la danza, las actividades recreativas, los ejercicios; con el propósito de reír para llegar a la carcajada.

Sin embargo, Villán, Gaona, Cielo y Carrero (2018), afirman que es una terapia que incide en la manera de pensar empleando destrezas y estrategias para absorber los sucesos de forma positiva, con una expresión deleitable, favoreciendo en la solución de los conflictos profesionales y personales, es decir, el estado de humor aporta a la formación integral del individuo, ya que se ejercita el cuerpo humano y el desarrollo cognitivo tratando de buscar el equilibrio emocional. La risoterapia está disponible en todas las personas como algo puro, innato y genuino, y brinda el espacio de complacencia y placer que permite mejorar las relaciones interpersonales.

Es ahí donde comienza el verdadero cuidado de la identidad de la persona: la sencillez del momento de aprendizaje de forma sistemática y progresiva. Compartiendo las emociones de alegría de ese momento de diversión con todas las ventajas que contribuye en el ámbito vivencial y terapéutico. El yoga de la risa se sustenta en los hechos científicos de la risa real y risa forzada poseen prácticamente las mismas consecuencias terapéuticas, diseñando una favorable interacción cuerpo-mente.

La única norma primordial para efectuar el yoga de la risa es tener disposición para realizar actividades lúdicas. Es decir

participar de forma innata en las actividades demostrando el sentimiento de alegría que tiene todo ser humano. No juzgar el espacio y sobre todo, al individuo. Interconectar y proyectar ese sentimiento de alegría interno para poder emplearlo como dosis terapéutica en la vida cotidiana.

### **Importancia del sentido del humor en la Educación.**

De acuerdo con García (2015), los beneficios de la risoterapia han sido un mecanismo y una herramienta de trabajo, que ha contribuido como terapia para tratar falencias a nivel físico y psicológico. Las consecuencias que generan en el cuerpo son múltiples, y todas son positivas y beneficiosas, dentro de las que se puede señalar.

Arismendiz y Melgar (2017), mencionan que con práctica de la riso terapia se pone de manifiesto la activación de 400 músculos aproximadamente, comprendidos de los sistemas participantes en el ejercicio de la risa. Uno de sus ventajas es la limpieza, ya que limpia los ojos con las lágrimas; cada risa produce vibraciones de la cabeza, relajación, mejora la respiración y aporta a la limpieza de las paredes arteriales de los oídos. También contribuye a elevar el nivel de oxigenación, ya que el aire que ingresa a los pulmones se duplica y comprende doble funcionalidad; con lo anterior la idea de que la risa produce arrugas en la cara es incorrecta, ya que fortalece y tonifica al estirar y estimular los músculos del rostro.

Profundizando un poco en relación con los aspectos químicos al cambiar el sentido del humor se genera una considerable cantidad de endorfinas en la corteza cerebral cuya función es contrarrestar las dolencias, reduciendo la tolerancia ante estímulos que generan dolor; lo que quiere decir que estos cinco o seis minutos de humor continuo actúan como tratamiento psicoterapéutico disminuyendo la intensidad de la dolencia.

Behrouz y otros (2017) plantean que la risa, además exige el neurotransmisor dopamina, optimizando el estado anímico y liberando la serotonina la cual tiene efectos sedantes. Reduce el estrés al generar la hormona endorfina y adrenalina que impulsan el tono vital y mejoran el manejo de problemas de salud como las enfermedades cutáneas, migraña, úlceras, reumatismo, entre otros.

Es pertinente mencionar las ventajas que proporciona la risoterapia para solventar los problemas emocionales donde se lleva a regresión al individuo, causando un retroceso particularmente como vía para aligerar una realidad que fue negativa o dolorosa, también mejora los traumas depresivos, hace más receptivo al individuo para que vea lo positivo de las situaciones, aumenta la autoestima, y una de sus más grandes ayudas es conseguir que la persona pueda expresar mediante el sentido del humor los sentimientos y emociones positivos y negativos.

Según la concepción de Caycho y otros (2019), los instrumentos frecuentemente utilizados para el buen sentido del humor en el proceso educativo suelen ser:

- Historias, anécdotas personales, metáforas, analogías, entre otras.
- Relatos breves, cartas, observaciones, ocurrencias, afiches y juegos.
- Lenguaje de los niños, para que todo les resulte familiar y así poder escapar de la formalidad que puede causar resistencia al proceso de interaprendizaje.

Lo conveniente es utilizar el sentido del humor sin necesidad de llegar a ser un payaso en el desarrollo de las clases. El propósito primordial es emplear la terapia de la risa como recursos didácticos para ayudar a solucionar los procesos educativos. Con él, las soluciones innovadoras que se le atribuyen a los diversos pensamientos perdurarán por más tiempo en las mentes de los infantes.

### **Principales concepciones de la resolución de conflictos**

Según Pérez (2015) los conflictos es una situación en la que una o varias personas contienden problemas con otras por la consecución de un/os propósito/s. Involucra discordancia, discrepancia, contienda entre dos partes interdependientes. Es un proceso que vincula a varias personas en el que se producen interrelaciones incompatibles.

Pueden originarse simplemente en el discernimiento de discrepancia de insuficiencias o comodidades, que no se compensan paralelamente o en forma equitativa, debido a

disconformidades o desacuerdos en los productos o en el esclarecimiento del contexto, también por competitividad o por incapacidad de emisión de patrimonios. Lo que representa que una persona va con un objetivo diferente al otro, posiblemente, está preparado a entorpecer o a no proporcionar el producto o acción perseguida.

Hernández y Munuera (2015) hacen referencia que existen en el sistema educativo una sucesión de falencias asociadas al contexto donde se desarrolla el problema; no se percibe el proceso de interaprendizaje que se puede generar al cometer un error o un fracaso. Rotula y condena al acusado. En consecuencia, el sistema educativo no es una institución que proporcione e incentive el aprendizaje y el desarrollo a partir de los errores, sino la vergüenza y el temor a cometerlos.

Los problemas son obscenos ,avergüenzan, pone en evidencia la incompetencia de las personas. Un modelo educativo concebido así, no respeta la auténtica multitud de los individuos, sino que incentiva y motiva al que acepta la homogeneidad; en eso consiste el ser aprobado por el sistema, en su capacidad de adaptación a su lenguaje, a sus normas, a su modus operandi. Esto permitirá desfavorecer en la formación de los educadores y estudiantes en el diseño y estructura de un modelo adecuado de cultura de paz.

Para solucionar problemas de aprendizaje en el aula Nava y Breceda (2017) mencionan que es pertinente saber dialogar y coordinar con los demás involucrados en el conflicto. Por otra parte, el trabajo en equipo permite a los educandos practicar los valores, convivir en armonía regulando sus reacciones emocionales, adquirir habilidades para solucionar los problemas y ser ciudadanos responsables y solidarios. La institución escolar no enseña a resolver las situaciones conflictivas.

Cada profesor actúa según su propio modelo de formación siguiendo el esquema tradicional, que castiga al agresor y defiende al agredido compadeciéndole. A menudo, cuando el profesorado no sabe cómo actuar, envía a los estudiantes «agresores» a la dirección, o habla con los padres para que corrijan a sus hijos, sin tener en cuenta que el problema no se generó en casa sino en la escuela y que por lo tanto es ahí donde se debe solucionar los conflictos dialogando y escuchando a las dos partes involucradas según su versión.

## **Tipos de conflictos en el ámbito educativo**

Según el planteamiento de Ramón, García y Olalde (2019), clasifica a los conflictos en el ámbito educativo en base a dos perspectivas que se describen a continuación:

### **Conflictos según su veracidad:**

- **Conflictos reales.** – Ramón, Zambrano y Espinoza (2016), menciona que los problemas existentes son aquellos que en realidad existen, y que vienen incitados por varios factores, ya sean estructurales o del contexto (económico, legal, relacional, etc.), entre otros.
- **Conflictos imaginarios.** - Los conflictos imaginarios derivan de equivocaciones, comentarios o apreciaciones. En este tipo de problemas no existe voluntad por parte de los actores involucrados.
- **Conflictos inventados.** - Los problemas inventados, igual que ocurre con los imaginarios, no son reales. Ahora bien, a diferencia de éstos, existe una intención por parte de alguna de las partes que, generalmente, quiere sacar alguna ventaja. Esto hace que buena parte de este fenómeno sea en realidad manipulación o gaslighting.

### **Conflictos según los participantes:**

- **Conflicto intrapersonal.** – Para Silva (2015) este problema se origina de manera interna, en la mente del ser humano. Esto significa que tiene su origen en los eventos privados: valores, pensamientos, emociones, principios. Estos conflictos pueden tener diversos niveles.
- **Conflicto interpersonal.** - Los conflictos interpersonales son aquellos que se generan en los procesos de interacción entre los individuos. Normalmente aparecen de manera rápida, ya que solo es necesario que una sola persona se sienta atacada para dar inicio a uno, lo cual hace que pueda nacer a raíz de tergiversaciones. Pueden ser producidos por cualquier motivo prácticamente, desde celos a problemas de intereses en correspondencia con la utilización de un tipo de recurso.
- **Conflicto intragrupal.** - Los conflictos intergrupales se dan entre miembros de un grupo o equipo, por razones diversas: por diferencias interpersonales o porque algo de los participantes del grupo no comparte las ideas de la institución, entre otros.

Este tipo de conflictos pueden desestabilizar la buena marcha de un equipo o grupo y afectar a su eficacia y coherencia, ya que crean una intranquilidad adicional o incluso llegan a bloquear totalmente la habilidad de operar del colectivo, algo que a su vez puede generar más problemas en una reacción en conjunto.

- **Conflicto intergrupalo.** - El conflicto intergrupalo es un conflicto entre grupos y puede llegar a ser muy perjudicial, pues, en casos extremos, la violencia derivada de este tipo de problemas tiene como finalidad el reforzamiento grupal y puede incluso justificarse. Suele tener sus factores ideológicos, prejuicios o disputas de territorios.

### **Manejo y resolución de conflictos en el contexto educativo**

De acuerdo con la concepción de Aguilar y Ariza (2015), los conflictos son un proceso de cooperación en la solución de problemas, que consiste en que las dos partes del conflicto encuentren una solución con la ayuda de una o varias personas ajenas al mismo, mediadores que crean un clima de colaboración básico para el acercamiento de posturas asociadas.

- **La empatía, herramienta básica:** Sin duda, debería ser la primordial de cualquier proceso mediador de conflictos. El mediador debe intentar que las personas afectadas consigan ponerse en el lugar del otro y entender también su ubicación en el proceso, para vincular actitudes y tener la capacidad de llegar a un compromiso.

- **¡Dotes comunicativas bien en forma!**: La tarea básica del intermediario es escuchar y ser capaz de esquematizar y dar claridad a las personas afectadas acerca de los conflictos para verbalizar así el problema desde otra consideración o perspectiva.

- **Mente creativa:** Es necesario que el mediador tenga la capacidad de recomendar enfoques alternativos, pero nunca proponer la solución final del problema. Debe hacer las interrogantes adecuadas para que sean las personas afectadas los que planteen alternativas de solución por sí mismos.

- **Los juicios de valor no son bienvenidos:** El mediador debe aprender a limitarse a escuchar de forma activa, pero sin posicionarse por ninguna de las partes involucradas. Su función no es decidir quién tiene razón, sino orientar a los afectados a encontrar una herramienta o camino de solución con la que todos se sientan conformes.

## **Importancia de la Educación en la resolución de conflictos**

García (2015), afirma que la Educación en Resolución de Conflictos modela y enseña, de forma cultural, evolutiva, práctica y ajustada, una diversidad de procedimientos, experiencias y destrezas estructuradas para hacer frente a los problemas interpersonales, institucionales e individuales para generar un ambiente educacional seguro y agradable.

Estas destrezas, principios conceptuales y actitudes permiten a las personas a entender la dinámica del problema, y posibilita la utilización de la comunicación y el razonamiento creativo para diseñar relaciones saludables y aprendiendo a manejar los conflictos de forma justa y sin violencia. El papel de los docentes en la resolución de conflictos trabajan por un mundo justo y pacífico en donde los ciudadanos actúan de manera responsable y justa en las relaciones y procesos de resolución de pugnas o problemas.

Por su parte, Lombana (2016), afirma que existe una serie de limitaciones que pueden restringir los resultados en la aplicación de los programas de Resolución de Conflictos en el contexto educativo, en específico, al referirse en exclusiva al rol de los docentes, entre los que se puede indicar la falta de formación en la solución de problemas en la educación tradicional de docentes, que unido a la falta del tiempo necesario para la capacitación y reuniones del personal, impiden el uso efectivo de las normas de convivencia y técnicas para resolver conflictos.

Los docentes con mayor nivel de formación y que se sienten conformes con el currículo son aquellos que tienen información, entrenamiento o conocimientos previos, de algún tema relacionado con la comunicación interpersonal, la educación afectiva, u otros contenidos relacionados a la resolución de conflictos. Por otra parte, el personal docente, directivo, administrativo y de servicio que han recibido entrenamiento de un día, con el que se sienten satisfechos, pero que, sin embargo, se sienten incómodos a la hora de desempeñar sus funciones, reaccionando de una forma negativa ante los problemas que se les presenten en el contexto educacional con el resto de sus compañeros, poseen dificultades en la capacidad de solucionar conflictos institucionales. En tal sentido el personal directivo debe gestionar la práctica de estrategias activas direccionadas a

disminuir los problemas a nivel organizacional entre los trabajadores, mediante la práctica del yoga de la risa, que aparece como una alternativa efectiva.

### **Relación entre el yoga de la risa y la resolución de conflictos**

Autores relevantes como, Castellano y otros (2017); Villán, Gaona y Carrero (2018), coinciden que por medio del sentido del humor se genera un estilo característico de enfocar la tarea educativa de forma positiva y agradable para brindar un servicio de calidad a los actores del proceso educativo. Además, contribuye a la formación de los docentes para favorecer el manejo y resolución de conflictos, aliviando las tensiones que se generan a diario. Incentiva a las personas en la mejora la comunicación, suaviza comentarios agresivos y negativos, sitúa los problemas en su justa perspectiva.

#### **Dentro de la vida de los grupos:**

- Posibilita la configuración de la identidad y personalidad de los equipos de trabajo dotándolos de instrumentos con los que los individuos diseñan su realidad de vida en común y compartida.
- Enseña a los seres humanos a ser más próximos frente al otro y a (desdramatizar) poder demostrar el sentido del humor de uno mismo sin tomarse demasiado en serio las situaciones o adversidades.

#### **Fomenta en las personas:**

- La auto-aceptación.
- El anti-perfeccionismo.
- Tolerancia a la frustración.
- Contribuye al desarrollo de la creatividad y los procesos de innovación y solución de conflictos.
- Aceptación de la realidad e integración en ella por dura que parezca.
- Relativiza la realidad.
- Modifica la perspectiva de una problemática.
- Sitúa las cosas desde su justa perspectiva.

Luego realizar el análisis y revisión teórica del yoga de la risa en la resolución de conflictos puedo aportar que permite

comprender el ambiente que nos rodea. Permite ver la realidad desde diferentes puntos de vista. Ayuda a concebir la existencia desde nuevas claves, ofrece nuevas perspectivas para interpretar la realidad. Controla los conflictos y alivia las tensiones que se generan cotidianamente. Por medio del sentido del humor se genera un estilo de relación y comunicación entre la comunidad educativa.

### **Capítulo 3**

## **Fundamentación teórica de la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales.**

Partiendo de la consideración teórica de Villán, Gaona y Carrero (2018) el Yoga de la Risa es una rutina de ejercicios única porque combina risa incondicional con respiración yóguica (Pranayama). Cualquiera puede reír sin acudir al humor, chistes o comedia. La risa es inicialmente simulada como un ejercicio físico mientras mantenemos contacto visual con otros en el grupo lo cual promueve una actitud de juego. Casi en todos los casos esto pronto se convierte en risa real contagiosa. La ciencia ha comprobado que el cuerpo no puede diferenciar entre risa real y risa simulada. Yoga de la Risa es la única técnica que permite a los adultos obtener risa alegre prolongada sin involucrar el pensamiento cognitivo.

Sobrepasa los sistemas intelectuales que normalmente frenan la risa natural. Las sesiones de Yoga de la Risa empiezan con técnicas de calentamiento suave que incluyen estiramientos, cantos, aplausos y movimiento corporal. Estos ayudan a romper las inhibiciones y a desarrollar sentimientos y actitud de juego. Los ejercicios de respiración son usados para preparar a los pulmones para la risa, seguidos de una serie de “Ejercicios de la Risa” que combina métodos de actuación y visualización con juegos. Estos ejercicios, cuando son combinados con las fuertes dinámicas sociales de comportamiento grupal, nos guían hacia una risa alegre incondicional prolongada. Los ejercicios de Yoga de la Risa son intercalados con ejercicios de respiración.

Científicamente ha sido comprobado que 20 minutos de risa es suficiente para desarrollar plenamente los beneficios fisiológicos que tiene la risa. Una sesión de Yoga de la Risa puede concluir con una “meditación de la risa” que es una sesión de risa sin estructura en donde los participantes se sientan o acuestan y permiten que la risa natural fluya desde dentro, como una fuente. Esta es una experiencia poderosa que a menudo nos lleva a catarsis emocionales saludables y nos deja con un sentimiento de alegría y liberación emocional que puede prevalecer por varios días. Se pueden realizar ejercicios de relajación guiados posteriormente.

Pilar y Zurieta (2008) argumentan que el movimiento de yoga de la risa ha crecido exponencialmente en más de 70 países y ya no está restringido a clubs sociales. Ha entrado en diferentes áreas como compañías, gimnasios, estudios de yoga, escuelas, colegios, universidades, prisiones, escuelas para invidentes y muchas otras. Desde hace muchos años, los profesionales de la risa han hecho distintas presentaciones de la risa con diferentes compañías y empresas alrededor del mundo. Aunque fue un éxito en lo vivencial, la gente empresarial nunca pensó en implementar esta idea diariamente para mejorar su rendimiento empresarial o ambiente de trabajo.

Desde la perspectiva de Villamil, Quintero, Henao y Cardona (2015) exponen que las personas necesitaban algo de evidencia y documentos basados en investigaciones para comprobar que el Yoga de la Risa es benéfica para los resultados empresariales. Hay investigaciones científicas que demuestran que el Yoga de la Risa puede ayudar a resolver muchos de los principales problemas en el área de laboral, pero hasta ahora no ha habido ningún sistema efectivo y confiable para activar la risa. El humor ha sido la única herramienta disponible, y no es de fiar y en raras ocasiones conduce a risa alegre continua. Yoga de la Risa es un sistema de liberación de risa que es un gran paso adelante y que permite a las personas reír continuamente por 15 o 20 minutos con descansos cortos de respiración yóguica.

Finalmente, se puede mencionar que la estrategia activa basada en el yoga de la risa contribuye al manejo de estrés, crear una mano de obra feliz, saludable y energética, mejorar el rendimiento óptimo, favorece el trabajo en equipo, optimiza el ambiente laboral positivo de esperanza y optimismo, incrementa la motivación y entusiasmo, contribuye a la productividad laboral, resolución de conflictos institucionales, habilidades de comunicación, liderazgo, innovación y creatividad.

### **Etapas fases y acciones de la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales**

A continuación, se presenta, con un enfoque teórico y didáctico la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales

que ha sido elaborada. Está compuesta por cuatro etapas, a decir de:

- ❖ Etapa de diagnóstico.
- ❖ Etapa de planificación y organización de la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales.
- ❖ Etapa de aplicación de la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales
- ❖ Etapa de evaluación de los resultados de la aplicación de la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales.

### **Etapa de diagnóstico**

En esta etapa se lleva a cabo la caracterización del estado inicial de la resolución de conflictos en la Escuela Fiscal de Educación Básica José Miguel García Moreno, cantón Guayaquil, provincia Guayas, Ecuador, las limitaciones teóricas, didácticas y metodológicas de los docentes en relación con la negociación, mediación, conciliación y arbitraje en la resolución de conflictos institucionales en el personal docente, administrativo y de servicio de la Institución antes mencionada.

Por ello, el diagnóstico provee la información caracterizadora que se necesita para definir las acciones que se deben llevar a cabo para el desarrollo de la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales.

La etapa de diagnóstico presenta una estructura que integra fases que se detallan a continuación:

**Fase 1.** Determinación del objetivo general y los objetivos específicos.

Se determina como **objetivo general** del diagnóstico:

Constatar el estado que presenta la resolución de conflictos institucionales en el personal docente, administrativo y de

servicio en la Escuela Fiscal de Educación Básica José Miguel García Moreno, cantón Guayaquil.

Como **objetivos específicos** se determinaron los siguientes:

- ❖ Conocer el nivel de participación, satisfacción y desarrollo de las estrategias activas basadas en el yoga de la risa en los colaboradores.
- ❖ Conocer el nivel de resolución de conflictos institucionales en el personal docente, administrativo y de servicio.

**Fase 2.** Determinación del contenido del diagnóstico (variables, dimensiones e indicadores) para conocer el estado inicial que presenta la resolución de conflictos institucionales en los colaboradores de la Escuela Fiscal de Educación Básica José Miguel García Moreno, cantón Guayaquil.

**Variable 1.** Nivel de participación, satisfacción y desarrollo de las estrategias activas basadas en el yoga de la risa en los colaboradores.

**Dimensión 1:** Estructural.

**Dimensión 2:** Participación.

**Dimensión 3:** Poder de decisión.

**Variable 2.** Nivel de resolución de conflictos institucionales en el personal docente, administrativo y de servicio.

**Dimensión 1:** Negociación.

**Dimensión 2:** Mediación.

**Dimensión 3:** Conciliación

**Dimensión 4:** Arbitraje.

Los indicadores de evaluación de cada una de las dimensiones de la primera y segunda variable aparecen en los anexos del presente proyecto investigativo.

**Fase 3.** Definición de los métodos, técnicas e instrumentos para conocer el estado inicial que presenta la resolución de conflictos

institucionales en el personal docente, administrativo y de servicio.

Para la selección de los métodos, técnicas e instrumentos, para el diagnóstico de la resolución de conflictos institucionales en los colaboradores, se consultó la bibliografía especializada y en correspondencia con el objeto de que se investiga, se seleccionó como técnicas: la encuesta dirigida al personal docente, administrativo y de servicio sobre la participación en estrategias activas basadas en el yoga de la risa. Como instrumento de empleo el cuestionario de preguntas. Los instrumentos de la técnica empleada aparecen en los anexos de la tesis.

**Fase 4.** Determinación de las fuentes personales que fueron constatadas.

En correspondencia con los objetivos específicos del diagnóstico se determinaron como **fuentes personales** a constatar a 42 trabajadores de la Escuela de Educación Básica Fiscal José Miguel García Moreno.

- **ase 5.** Aplicación, procesamiento y análisis de la información. **F**
- **ase 6.** Conclusiones del diagnóstico. **F**

Cada una de las acciones que integran las fases de aplicación, procesamiento, análisis y conclusiones del estudio diagnóstico se detallan en el capítulo anterior.

## **Etapa de planificación y organización de la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales**

### **Estructura de la sesión de Yoga de la Risa**

Las sesiones de Yoga de la Risa varían dependiendo del grupo y sus objetivos. Las sesiones en hospitales, asilos, escuelas o en oficinas pueden ser bastante diferentes a las sesiones de Yoga de la Risa para el público en general. Una experiencia completa de Yoga de la Risa consta de tres componentes:

- Sesión de Yoga de la risa – 4 pasos de Yoga de la Risa.
- Meditación de la risa
- Relajación guiada

### **Primera Parte. 4 Pasos de Yoga de la Risa.**

**Paso 1.- Aplausos y ejercicios de calentamiento:** Aplaudir con nuestras manos paralelas una a la otra, poniendo en contacto palma contra palma y dedos contra dedos. Esto estimula los puntos de acupresión en nuestras manos y eleva los niveles de energía. Después agregar ritmo a los aplausos para que los niveles de energía aumenten aun más y el grupo se sincronice, al ritmo de 1-2, 1-2-3.

Enseguida agregar movimiento. Hay muchas variaciones, pero la mayoría mueve las manos de arriba hacia abajo y se balancean de lado a lado con movimientos correspondientes de piernas y pies. Para este momento la mayoría de las personas ya está de mejor humor y sonriendo.

**Canto y movimiento:** Agregar un canto sencillo a nuestros aplausos, normalmente jojo, ja-ja-ja. Estas son exhalaciones fuertes que provienen desde el abdomen para estimular la respiración diafragmática. Realizar movimientos al azar, sonriendo y haciendo contacto visual con las demás personas del grupo. Muchos agregan movimientos de baile a esta secuencia lo cual incrementa los sentimientos de felicidad y alegría. Aplaudir con entusiasmo, cantar y moverse nos ayudan a crear energía positiva, pone nuestro diafragma en movimiento y crea una dinámica grupal positiva, preparándonos para reír.

**Hablar en Borucas:** Las borucas son sonidos sin significado. Los niños hablan borucas mientras juegan, cuando están aprendiendo a hablar. A veces usamos las borucas como un ejercicio de calentamiento para ayudar a soltar a la gente y reducir inhibiciones y timidez. Para algunas personas es más fácil si les dices de que “hablar”. Hay distintas emociones que pueden ser expresadas incluyendo alegría, coraje, tristeza, romance y más.

### **Paso 2: Ejercicios de Respiración Profunda.**

Los ejercicios de Risa son intercalados con ejercicios de respiración profunda que nos ayudan a limpiar los pulmones y brindan relajación física y mental.

**Un ejercicio típico de respiración profunda:** Desde una posición de pie relajada, flexionar el cuerpo hacia al frente desde la cintura hasta el punto que te sientas cómodo (diferente para cada persona) mientras exhalas por la boca y vacías por completo los pulmones. Deja que tus brazos cuelguen. Flexionar ayuda a empujar el diafragma hacia arriba. Mantener la posición brevemente.

Enderezarte suavemente mientras inhalas por la nariz y toma la respiración más profunda que puedas. Elevar los brazos al cielo, estirando el cuerpo ligeramente hacia atrás. Contener la respiración por 4-5 segundos. Exhalar suavemente mientras bajas los brazos y flexionas hacia al frente. Intentar que la exhalación sea más larga que tu inhalación para que tus pulmones se vacíen por completo. Una variación es contener la respiración un poquito más, y exhalar con carcajadas. No es necesario hacer el ejercicio de respiración después de cada ejercicio de la risa.

### **Paso 3: Actitud Juguetona.**

Un objetivo del Yoga de la Risa es cultivar una actitud juguetona que ayuda a reír sin razón. A veces cantamos después de un ejercicio:

Muy bien (aplauzo), muy bien (aplauzo), yei (subiendo los brazos en forma de Y con los pulgares hacia arriba con exuberancia y regocijo infantil). El canto de muy bien, muy bien, yei entre cada ejercicio de la risa y respiraciones, lo hace todo el grupo. Esto

ayudará a mantener los niveles de energía e ir incrementando el entusiasmo. Los participantes pueden decidir después de cuantos ejercicios cantar muy bien, muy bien, yei.

#### **Paso 4: Ejercicios de la Risa.**

Se dividen en tres categorías:

**Ejercicios Yóguicos de la Risa:** Algunos ejercicios están basados en la respiración yóguica (Pranayama) y unos cuantos están basados en posturas de yoga, incluyendo la famosa risa de León, representada con una risa de rugido.

**Ejercicios Juguetones de Risa:** Estos ayudan a reducir la inhibición y la timidez y a convertir la risa fingida en risa incondicional. A menudo incluyen técnicas de actuación para cambiar nuestra mentalidad, imaginando y actuando una situación o un papel. La risa de un metro, la risa de la malteada, la risa del teléfono celular y la risa de la sopa caliente son especialmente populares.

**Ejercicios de Risa Basados en algún Valor:** Estos están diseñados a “programar” sentimientos positivos a ademanes o situaciones mientras reímos, enseñando a nuestro subconsciente a tener nuevas respuestas. La risa de la tarjeta Visa, la risa de la Aprecio, la Risa del Saludo y la risa del Perdón son populares.

Afirmaciones para el cierre de la sesión de yoga de la risa: Después de cada afirmación, se invita al grupo a elevar sus brazos y gritar con entusiasmo: “¡SI!”

- Líder: ¡Somos las personas más felices del mundo! /  
Gente: ¡SI!
- Líder: ¡Somos las personas más sanas del mundo! /  
Gente: ¡SI!
- Líder: ¡Somos el Club de la Risa (nombre del grupo) /  
Gente: ¡SI!

Si las afirmaciones se hacen para una presentación y los participantes no son miembros de un Club de la Risa, la afirmación final puede ser algo así como “¡Somos rientes fabulosos!”. Puedes pedirles que eleven sus manos arriba de sus cabezas, que cierren sus ojos, que sientan la energía de la risa alegre surgiendo dentro de sus cuerpos y que oren por la paz

mundial en silencio. Después de una pausa dicen “Amén” o “¡Que así sea!” Esto nos da un cierre de sesión maravilloso y nos recuerda que no reímos solo para nosotros, sino para el bien de todo el mundo que necesita risa y paz desesperadamente.

### **Segunda Parte.- Meditación de la Risa y Ejercicios de Enraizamiento.**

La Meditación de la Risa no debe durar más de 20 minutos. Hazla una vez por 10 minutos todos sentados con los ojos abiertos, después toma un descanso de silencio y respiración por cinco minutos para continuar con otros 10 minutos de acostarse con los ojos cerrados. No hay ninguna regla rígida acerca de cuánto debe durar. Si la gente lo está disfrutando, la puedes extender un poco más. Por favor cuida que la gente no ría de forma histérica ya que puede traerles cansancio y stress.

#### **Como Empezar la Meditación de la Risa.**

Comenzar con un ejercicio de calentamiento que se llama risa Calcuta... jo jo ja ja... para estimular el diafragma. Después realizar unas respiraciones profundas y repetir. Alternadamente, se puede iniciar la Meditación de la Risa haciendo Risa Gradiente. Pronto se contagia y se desata una cadena de reacción que contagia a otras personas. La risa comúnmente viene en oleadas naturales. El Líder debe hacer que la risa se suavice, y después usa técnicas para reiniciar la risa, a veces en ciclos múltiples.

#### **Como terminar la Meditación de la Risa.**

Si el grupo comienza a reír histéricamente, utilizar algún comentario de tipo hipnótico para atraer a la mente consciente. Comenzar a dar indicaciones para una relajación guiada. Si alguien no puede parar de reír, acercarse hasta esa persona, tocarla suavemente y decirle que se la lleve con calma. Cuidado con decirle palabras como “relájate”, “respira profundo” o “deja de reír” en lugar de eso se puede decir “está muy bien reír, pero necesitamos ir al siguiente paso”. Antes de empezar la Meditación de la Risa, debes informar al grupo que si ríen de más su cuerpo dejará de producir endorfinas; y en cambio producirán hormonas de aflicción. Es como no comer demasiada comida, aunque sea muy saludable.

### **Tercera Parte.- Técnicas de enraizamiento.**

Los ejercicios de Yoga de la Risa estimulan la circulación de la sangre y elevan la presión sanguínea por una duración corta antes de que sea menor al nivel de base. Nuestros músculos se contraen durante la sesión de la risa antes de que regresen a un estado de relajación. Funciona sobre el principio de contracción muscular antes de una relajación muscular. De este modo, el beneficio real de Yoga de la Risa viene después de la sesión cuando nos relajamos y no durante la fase de estímulo. A continuación se mencionan algunas técnicas que funcionan bien para enraizar la energía de la risa.

#### **1. Relajación Guiada (Yoga Nidra).**

Después de la Meditación de la Risa, los niveles de energía pueden ser muy altos para regresar directamente a la normalidad. Para reducir estos niveles, el líder debe guiar al grupo en una meditación, también conocida como “Yoga Nidra, o sueño yóguico. Esto se refiere a una meditación guiada específica que se originó de las prácticas de tantra yoga. El Yoga Nidra produce un estado alerta de introversión profunda y conexión con nosotros mismos que no solo relaja y rejuvenece, sino que también tiene el poder de transformar problemas de raíz.

Se lleva a cabo poniendo atención a la respiración o energía, luego a experimentar sensaciones y emociones contrastantes, con frecuencia agrupadas como opuestos polarizados, como sentirse pesado y luego ligero. El paso final es una visualización o viaje guiado. La práctica se completa volviendo a declarar la intención, la cual, en este estado más elevado y abierto, se planta en la tierra fértil de nuestras capas inconscientes y subconscientes y tiene el potencial para conducir a un cambio positivo.

#### **Pasos De Yoga Nidra**

Acostados boca arriba, con las palmas mirando hacia arriba con un poco de distancia entre sus pies; pedir al grupo que sientan su cuerpo tocando la tierra y que relajen sus músculos. Solicitarle a los participantes que recorran su cuerpo desde la cabeza hasta los pies, soltando cualquier tensión muscular. Tomar varias respiraciones profundas y prestar atención a las indicaciones

mientras se van guiando a través de distintas partes de su cuerpo desde arriba hasta abajo, mientras ellos ponen toda su atención en distintas partes de su cuerpo y sienten la relajación. Se puede empezar desde los pies y subir hacia la cabeza o al contrario. La idea principal es poner toda la atención en el cuerpo, voluntariamente relajando todos los músculos.

### **Danza Jo Jo Ja Ja.**

La danza de enraizamiento es un método espiritual que usa el movimiento de las manos para dirigir la energía hacia la tierra haciéndonos sentir emocionalmente estables y bien aterrizados. Buena música con tambores fuertes ayuda, pero no es necesaria. Los participantes deben mover sus manos como si estuvieran empujando el aire hacia adelante, mientras dicen jo jo dos veces, después empujan sus manos hacia la tierra, mientras flexionan sus rodillas ligeramente diciendo ja ja dos veces, moviéndose alrededor del espacio y bailando. Similar a la risa de Calcuta, a diferencia de que esta se hace más lentamente con el jo jo y el ja ja como susurro o en silencio. El énfasis aquí es un baile como de ensueño y la acción de enraizar empujando las manos hacia la tierra con las rodillas semi-flexionadas.

### **Zumbido**

Con los ojos cerrados, inhalar profundo y en la exhalación realizar un zumbido, diciendo la palabra “Ummm.....” con los labios superior e inferior tocándose uno al otro. Las vibraciones se sienten en los músculos faciales, los senos y eventualmente en la cabeza. Este ejercicio también es benéfico para aquéllos que tengan sinusitis crónica y bloqueo nasal, ya que las vibraciones del zumbido ayudan a desplazar la mucosidad mientras que incrementa la circulación sanguínea. Cada persona tiene capacidad respiratoria diferente; algunas personas pueden zumar más tiempo que otras. Al guiar el grupo, solicitar a los participantes que zumben el tiempo que puedan y luego inhalen y repitan. Para anclar la energía se recomienda realizar 10 minutos de zumbido como tiempo óptimo.

### **Ejercicios fundamentales en el Yoga de la risa:**

#### 1. Saludos de Risa.

- ❖ Saludo de India o Namasté.

- ❖ Saludo Occidental, o Risa de Estrechando las Manos.
- ❖ Risa de Saludo de Manos Doble.
- ❖ Risa de Toque Eléctrico.
- ❖ Combinaciones de dos o tres de éstos.

2. Malteada de Risa.

3. Risa Celular.

4. Risa Métrica (+Variación con risa centimétrica).

5. Risa León.

6. Risa Discusión.

7. Risa Perdón.

8. Risa Aprecio.

9. Risa Sopa Caliente.

10. Solo Ríe.

11. Risa Tarjeta de Crédito.

12. Risa Tímida.

13. Ríete de ti Mismo.

14. Crema de Risa.

15. Risa Motocicleta y Variaciones.

16. Risa de Seda Mental.

17. Risa Calcuta.

18. Risa Gradiente y Risa Gradiente en Silencio.

19. Risa No Tengo Dinero.

20. Risa Me Saqué la Lotería.

21. Risa Pájaro.

22. Risa y Llanto.
  23. Risa Aloha.
  24. Risa Abrazo.
  25. Risa Silenciosa.
  26. Risa Elevador.
  27. Centro de Risa.
  28. Risa Mayonesa – Mantequilla.
  29. Risa Americana.
  30. Risa Real.
  31. Risa Creativa.
  32. Orquesta de Risa.
  33. Risa de Resucitación.
  - ❖ Risas con temas.
  34. Risa en el Aeropuerto y Vuelo en Avión.
  35. Risa Haciendo Labores del Hogar.
  36. Fiesta de Risa.
- Ejercicios de risa en el piso.
37. Risa Remando (Vamos a Remar en un Botecito).
  38. Variantes de Risa Cien pies.
  39. Risa Abdominal.
  40. Risa Tiro al Blanco (Girasol).

## **Listado de Ejercicios complementarios de yoga de la risa**

### **Risa avión**

Abre tus brazos como alas de un avión y vuela riendo.

### **Risa aeropuerto**

Haz como si llegaras tarde al aeropuerto y corre y ríe con maletas muy pesadas, simula ser la azafata dando las indicaciones de seguridad mientras ríes (apuntando hacia las puertas de salida, ponerse el cinturón de seguridad, demostrar uso de máscara de oxígeno, salvavidas, etc.)

### **Saludo de extraterrestre**

Pon tus manos sobre tu cabeza como antenas y muévete alrededor diciendo “EEEEHHHH-EEEHHHH”.

### **Risa aloha**

Eleva tus brazos por encima de tu cabeza y di un “Aloooooo” alargado y luego inclínate hacia delante diciendo “jajajaja...” Puedes hacer esto de pie poniendo tus manos sobre las rodillas para que te agarres bien en la parte del “jajajaja”. De otra manera, arrodíllate frente a una almohada y descansa tu cabeza sobre ésta para la parte del “jajajaja”.

### **Risa hormigas en los pantalones**

¡Corre gritando y riendo como si se te hubieran subido las hormigas por los pantalones!.

### **Risa aprecio**

Camina alrededor mostrando ambos pulgares hacia arriba mientras ríes y expresas aprecio entusiasta.

### **Risa discusión y perdón**

Mueve el dedo hacia delante y hacia atrás riendo como si estuvieras discutiendo. Inmediatamente después de este ejercicio, haz el ejercicio de perdón haciendo gestos y sonidos pidiendo perdón unos a otros.

### **Risa saludo militar**

Marcha y saluda como soldado a los demás riendo al mismo tiempo.

### **Risa globo**

Usa globos de verdad y batéalos, patéalos, bótalos sobre tus rodillas como un saco pesado. Cada vez que alguien haga contacto con el globo debe reír. Este es un muy buen ejercicio y te puede hacer reír mucho rato.

### **Risa tronando globos**

Haz como si llevaras globos atados a los tobillos. Trata de tronar el globo de los demás y ríe.

### **Alarido barbárico**

Este puede hacerse de uno en uno o en grupo. Correr hacia el medio del espacio, párate con las piernas abiertas y bien plantadas, extiende los brazos y emite un gran “alarido”, luego corre al otro lado del espacio.

### **Concurso de belleza**

Pide al grupo pararse como si todos fueran finalistas de un concurso de belleza, luego llama a cada uno (o que cada quien se nombre a sí mismo) y que reaccionen y actúen como si fueran ganadores.

### **Risa estado de cuenta**

Simula abrir un estado de cuenta inesperadamente alto. Velo durante un momento y luego ríe histéricamente. Muéstrales tu cuenta a los demás y ríen de las cuentas de los demás para disolver el estrés.

### **Risa rebotadora**

Rebota de un lado a otro riendo.

### **Risa boliche**

Simula que estás lanzando una bola e boliche riendo y grita de gusto por haber hecho chuzas. Hacerlo todos al unísono para un mayor impacto.

### **Risa conejo saltarín**

Formen una fila con los brazos sobre los hombros de la persona en frente de ti y ríe el salto del conejo. ¡Jaja ja!

### **Risa carritos chocones**

Extiende los brazos frente a ti con tus manos palmas afuera como si fueran paragolpes de auto. Corre y haz contacto chocando con las manos de los demás, riendo al mismo tiempo.

### **Risa pido la palabra**

Levanta la mano y haz sonidos y actuación para que la maestra te de la palabra. Que una persona simule ser la maestra y llame a los demás que muestran gran alegría cuando les toca su turno.

### **Risa de automóvil**

Imagina que suceden estos escenarios diversos con el carro al mismo tiempo que ríes.

- ❖ Prende el motor en cuatro tiempos con la llave en el ombligo.
- ❖ Maneja el carro por los alrededores y saluda a los transeúntes y otros carros.
- ❖ El carro se detiene, discute con este en gibberish/borucas/güirigay.
- ❖ Revisa el aceite con una varilla para medir sin fin y ríete por esto.
- ❖ Infla una llanta con risa.
- ❖ Ve a casa manejando feliz.

### **Risa de celebración**

Se reúnen todos juntos en un círculo pequeño y el Líder les cuenta un “secreto” y todos ríen y echan porras con júbilo. Pide a algunos miembros que también compartan un secreto.

### **Risa celular**

Sostén un teléfono celular (o usa uno real) y camina como si estuviera hablando con alguien que te está haciendo reír contando historias chistosas.

### **Pellizca la mejilla**

Camina alrededor del espacio pellizcándose las mejillas unos a otros, las del rostro.

### **Risa de pollo**

¡Pretendan ser pollos hasta que se hagan carcajear unos a otros!.

### **Risa con ojos cerrados**

Cierra los ojos y camina despacio con los brazos frente a ti. Cuando te encuentres con alguien, ríen juntos y trata de averiguar quién es.

### **Risa de fiesta coctel**

Simula estar bebiendo un vaso de vino. Ríe con las personas en actitud pretenciosa y estirada, mirándolos por encima del hombro y busca a alguien mejor con quien reír.

### **Risa fila de conga**

Haz una fila de conga colocando las manos sobre los hombros de la persona frente a ti. Baila el son de la conga, cantando con el sonido “Ja”. Asegúrate de extender la pierna como patada.

### **Risa ceño fruncido al revés**

Camina y busca la mirada de alguien haciendo una cara muy seria y con el ceño fruncido. Luego, al mismo tiempo carcajéense uno del otro. Tu ceño fruncido convirtiéndose en una risa alegre.

### **Risa creativa**

Ríe de maneras creativas propias. Ríen todos al mismo tiempo o uno a la vez.

### **Risa en elevador congestionado**

Párense muy cercanos unos de otros como si estuvieran en un elevador y ríanse.

### **Risa de llanto**

Simula un llanto exagerado doblándote por la cintura hacia delante, luego enderézate mientras ríes (demostrando así como la risa y el llanto son similares y ambos son parte de la vida).

### **Risa de popó de cachorro**

Simula que cada que das varios pasos, tu pie cae sobre popó de cachorro, ríe, haz cara de disgusto y haz como si te limpiaras.

### **Risa de perro que levanta la pata**

Esta es solo para los atrevidos. Simula ser un perro, levanta la pata como si estuvieras orinando sobre otros y ríete.

### **Risa estrechando las manos dos veces**

¡Saludarse con ambas manos y brinca riendo!.

### **Risa pato**

Coloca tus manos como alas y menéate como un pato, y grazna como pato diciendo cuac cuac y riendo.

### **Risa eco**

Divide el grupo en dos. Da la consigna al primer grupo para que ríen vigorosamente y el segundo grupo contesta como eco.

### **Risa de toque eléctrico**

Imagina que te estás pasando toques eléctricos a través de la mano que te hacen brincar y reír.

### **Risa malévola**

Haz tu mejor interpretación de la risa de un personaje malévolo. Entre más exagerado, mejor.

### **Risa fingida**

Haz una risa muy fingida y sangrona.

### **Me muero de la risa**

Ríete tan vigorosamente que te caes al piso y rueda de risa.

### **Risa de pájaro volador**

Aletea por todo el espacio riendo como si fueras un pájaro grande.

### **Encuentra tu centro de la risa**

Encuentra el lugar en tu abdomen desde donde surge tu risa y sostenlo mientras te ríes. Ve si ahora puedes reír aun más profundamente ahora que has encontrado tu centro.

### **Risa de pelea con alimentos**

Hagan como si se aventaran pay de queso y otros alimentos deliciosos. ¡Simula una pelea de pasteles!.

### **Risa perdón**

Hacer gestos pidiendo perdón y perdonándose unos a otros.

### **Risa de luna llena**

Aúllen a la luna todos al mismo tiempo hasta que comiencen a carcajearse.

### **Risa vamos equipo**

Hacer un círculo parados como si fueran un equipo deportivo. El Líder pone su mano hacia el frente y todos colocan una mano sobre la otra. El Líder dice “1-2-3” y todos empujan la mano hacia abajo y luego ríen.

### **Risa gradiente**

Estando parados o sentados y muy juntos unos de otros, haciendo contacto visual. Comiencen a reír con una risa suave. Deja que la risa se eleve en crescendo hasta llegar a carcajadas.

Déjala fluir según la dinámica del grupo la conduzca. Luego vayan decreciendo y termina con un suspiro. Si están parados, intenten hacer el ejercicio tomados de los dedos meñiques.

### **Risa de saludo**

Estréchense de las manos, hacienda contacto visual y rían. Este es un buen ejercicio de calentamiento.

### **Media risa**

Ríe solo con la mitad de la boca. Trata con el lado derecho, luego el izquierdo.

### **Risa alborotando el cabello**

Corre juguetonamente y alboroten gentilmente el cabello entre unos y otros riendo.

### **Risa vigorosa**

Eleva ambos brazos hacia el cielo. Inclina la cabeza hacia atrás un poco y ríe como si la risa proviniera desde los dedos de tus pies.

### **Risa ambas manos**

Saluda con ambas manos extendidas chocándolas con las de los demás y ríe.

### **Risa papa caliente**

Siéntate en un círculo y pasa un papa caliente invisible lo más rápido posible, riendo cuando tú la tengas.

### **Risa arena caliente**

Camina de puntitas como si estuvieras caminando en arena caliente y reacciona ante el calor, riendo y corriendo y hacienda gestos.

### **Risa sopa caliente**

Toma una sopa imaginaria e imagina que está muy caliente agitando las manos frente a tu rostro y riendo.

### **Risa labores del hogar**

Imagina que estás haciendo las siguientes tareas mientras ríes: lavar los trastes, trapear, aspirar, limpiar vidrios, colgar la ropa, sacudir. Pide al grupo que piense en otras tareas con las que pueden reír.

### **Risa abrazo**

Corran abrazándose unos a otros riendo (también se conoce como risa de corazón a corazón). Puedes sentir la risa del otro al abrazarse si ríen vigorosamente. Funciona bien al final de una sesión.

### **Risa zumbando**

Haz sonido de zumbido con los labios cerrados haciendo gestos chistosos.

### **Risa te amo**

Haz las señas del signo “te amo” con ambas manos (extiende todos los dedos y dobla el dedo medio y anular), mostrándolo a los demás diciendo no verbalmente “te amo” y ríe.

### **Risa de hielo**

Hacer como si se estuvieran echando hielos por la espalda. Sé muy juguetón, riendo y gritando.

### **Helado de risa**

Haz como que estás tomando un helado que se está derritiendo. Lame el cono hasta por tu brazo, riendo. Quizá también pueden aventarse los conos unos a otros.

### **Risa inhalando**

Ríe mientras inhalas. Esto hace un sonido muy chistoso y ruidoso.

### **Risa ipod**

Haz como si te pusieras audífonos y baila al son de la música en tu cabeza, cantando y riendo.

### **Risa saltimbanqui**

Ponte en cuclillas e imagina que te das cuerda. Canta un tono de canción infantil y salta y ríe como si fueras un muñeco dentro de una caja que se abrió.

### **Risa Lotería**

Echa porras, ríes y actúa como si te hubieras Ganado la lotería.

### **Risa gelatina**

Muévete y menéate como si fueras gelatina.

### **Brinca la cuerda**

Imagina que estás brincando la cuerda y riendo. También puedes invitar a dos personas que sean quienes muevan la cuerda y todos brincan riendo.

### **Risa Canguro**

Brinca como si fueras un canguro.

### **Risa ladrillo de karate**

Haz como si rompieras un ladrillo con tu mano, luego con la cabeza, riendo al hacer contacto con el ladrillo.

### **Risa kick boxing**

Imagina que estás practicando kick boxing y ríe con cada patada o golpe (asegúrate de patear al aire y no a alguien cercano a ti).

### **Risa rodillas**

Actúa como si perdieras el control de tus rodillas, pero todo lo demás es normal. Sonríe, Saluda y camina hasta que tus rodillas descontroladas hacen reír a todos.

### **Risa zapatos de la tienda**

Camina con pasos y brincos muy chiquitos como si te acabaras de probar unos zapatos de la tienda que aun tienen el plástico que los mantiene unidos. Date cuenta lo ridículo que te ves.

### **Ríe sin razón**

Camina a tu alrededor riendo, levantando los hombros con las palmas de las manos hacia arriba como diciendo: “¡No tengo la menor idea de por qué me estoy riendo!”.

### **Risa de la pelota**

Jugar a la pelota en pares o como grupo. Avienta la pelota invisible y quien quiera que la tenga en sus manos se ríe. También puedes botarla y reír cada que toca el piso. En ciertas circunstancias funciona bien usar una pelota real. Es mejor que sea suave.

### **Risa lavado de carro**

Coloca al grupo en dos líneas paralelas, riendo con las manos moviendo de maneras creativas como si fueran los cepillos y mecanismos de un lavado de autos. Luego las personas van pasando a través de la “línea de lavado de risa”. Cuando llegan al otro lado se convierten en “cepillo” nuevamente.

### **Sesiones de yoga de la risa para la resolución de conflictos institucionales:**

#### **Formato de Sesión de Yoga de la Risa de 1 hora**

#### **Introducción (10-15 minutos dependiendo de los videos y el tiempo)**

1. Mostrar video internacional del yoga de la risa de 5 minutos (opcional).
2. Presentarme a mí mismo (a)– mi historia y como me involucré en el Yoga de la risa, como ha cambiado mi vida. Qué es el Yoga de la Risa.
3. Razones para practicar Yoga de la Risa.
4. Características singulares de Yoga de la Risa.
5. Beneficios terapéuticos de la Risa.
6. Ampliar de acuerdo al grupo, explicar beneficios específicos relevantes al grupo, por ejemplo, en la resolución de conflictos institucionales.
7. Pasos de Yoga de la Risa.

### **12-15 Ejercicios de la Risa (15 minutos)**

Realiza ejercicios juguetones para simular y estimular la risa.

### **Meditación de la Risa (15 minutos)**

Sentados (5-10 minutos).

Recostados (5-10 minutos).

En sillas muy cercanos unos a otros (5-10 minutos).

### **Relajación/Aterrizar la energía (5-10 minutos)**

Yoga Nidra breve, visualización guiada, meditación zumbido o baile jo jo ja ja para aterrizar la energía.

### **Retroalimentación (5-10 minutos)**

Dar oportunidad a que los participantes expresen como se sienten después de reír.

### **Otros servicios para reír más (5 minutos)**

Club de la Risa.

Risa en línea y por teléfono.

Eventos y talleres.

Volantes – trípticos, tarjetas de presentación, etc.

## **Formato de Sesión de Yoga de la Risa de 30 minutos:**

### **Introducción (8 minutos)**

1. Te presentas, nombre y a que te dedicas 1 minuto.
2. Qué es Yoga de la Risa.
3. Razones para practicar Yoga de la Risa.
4. Características singulares de Yoga de la Risa.
5. Pasos de Yoga de la Risa.

### **Ejercicios de Risa (10 minutos)**

Realiza ejercicios juguetones para similar y estimular la risa.

Risa gradiente 3-4 veces en lugar de Meditación de la Risa.

### **Relajación (5 minutos)**

Escaneo de cuerpo en lugar de Yoga Nidra completo.

### **Retroalimentación (2 minutos)**

Dar oportunidad a que los participantes expresen como se sienten después de reír.

Solicitar a cada persona que con una palabra exprese como se siente.

### **Otros servicios para reír más (5 minutos)**

Club de la Risa.

Risa en línea y por teléfono.

Eventos y talleres.

Entrenamiento.

Productos.

Volantes – trípticos, tarjetas de presentación, etc.

### **Etapas de aplicación de la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales**

La etapa de aplicación comenzó en el mes de septiembre de 2019 y concluyó en el mes de Noviembre del mismo año, con una duración de 3 meses de intervención, se realizó al inicio del proyecto una reunión de preparación e información al personal docente, administrativo y de servicio para participar en la estrategia activa como política institucional para la resolución de conflictos en el entorno laboral a través del desarrollo de sesiones de yoga de la risa de 30 minutos, además se detalló la estructura y organización de las sesiones de yoga de la risa.

### **Etapas de evaluación de los resultados de la aplicación de la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales.**

Esta etapa inicia el cierre de evaluación de la aplicación de la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales en la Escuela Fiscal de Educación Básica José Miguel García Moreno, cantón Guayaquil, donde regularmente se desarrollaron las sesiones de yoga de la risa con el personal docente, administrativo y de servicio de la Institución Educativa antes mencionada. La misma tiene como objetivo conocer los resultados de los indicadores utilizados y emitir juicios de valor a los resultados. La etapa contiene las siguientes fases: planificación de la evaluación y aplicación, procesamiento y análisis de los datos.

### **La Fase 1 de Planificación de la evaluación contempló las siguientes acciones:**

Elaborar los objetivos de la evaluación:

- ❖ Valorar el nivel de satisfacción en la participación de la estrategia activa basada en el yoga de la risa para la resolución de conflictos institucionales por parte del personal docente, administrativo y de servicio.

## **Fase 2. Aplicación, procesamiento y análisis de los datos.**

En esta etapa se aplicó una encuesta de valoración para conocer el nivel de satisfacción en la participación de la estrategia activa basada en el yoga de la risa para la resolución de conflictos institucionales por parte del personal docente, administrativo y de servicio de la Escuela Fiscal de Educación Básica José Miguel García Moreno, cantón Guayaquil. Considerando los juicios de valor: muy satisfecho (5), bastante satisfecho (4), satisfecho (3), medianamente satisfecho (2) y no satisfecho (1).

### **Nivel de satisfacción de la estrategia activa basada en el yoga de la risa para la resolución de conflictos institucionales dirigida a los colaboradores**

La aplicación procesamiento y análisis de los datos empíricos en relación con la valoración del nivel de satisfacción de la estrategia activa basada en el yoga de la risa para la resolución de conflictos institucionales dirigida a los colaboradores permite llegar a las siguientes consideraciones:

En el indicador 1 cumplimiento de las expectativas de la aplicación de la estrategia activa basada en el yoga de la risa para la resolución de conflictos institucionales los resultados se orientan a los juicios de valor satisfecho 20 (47,61%) y bastante satisfecho 20 (47,61%), evidenciando que la mayor parte de los colaboradores estuvieron conformes con las actividades de yoga de la risa empleadas.

En correspondencia al indicador 2 utilización de los recursos didácticos y tecnológicos en las sesiones de yoga de la risa, los resultados se orientan a los juicios de valor satisfecho 20 (47,61%) y bastante satisfecho 20 (47,61%).

En el indicador 3 calidad de las instalaciones para la aplicación de la estrategia activa basada en el yoga de la risa, los resultados se orientan a los juicios de valor bastante satisfecho 15 (35,71%) y bastante satisfecho 20 (47,61%).

En el indicador 4 seguridad, accesibilidad, espacio y comodidad de las instalaciones, los resultados se orientan a los juicios de

valor medianamente satisfecho 5 (11,90%) y bastante satisfecho 15 (35,71%).

En relación con el indicador 5 distribución y organización del tiempo de las sesiones de yoga de la risa, los resultados se orientan a los juicios de valor satisfecho 10 (23,80%) y bastante satisfecho 30 (71,42%).

En el indicador 6 dinamismo en la aplicación de las técnicas y ejercicios de yoga de la risa, los resultados se orientan a los juicios de valor satisfecho 20 (47,61%) y bastante satisfecho 20 (47,61%).

En el indicador 7 participación activa en las sesiones de yoga de la risa, los resultados se orientan a los juicios de valor satisfecho 20 (47,61%) y bastante satisfecho 20 (47,61%).

En el indicador 8 desempeño de los instructores en la organización, dirección y ejecución de las sesiones de yoga de la risa, los resultados se orientan a los juicios de valor bastante satisfecho 15 (35,71%) y bastante satisfecho 20 (47,61%).

En el indicador 9 relaciones interpersonales entre los colaboradores a través de la aplicación de la estrategia activa basada en el yoga de la risa, los resultados se orientan a los juicios de valor medianamente satisfecho 5 (11,90%) y bastante satisfecho 15 (35,71%).

En el indicador 10 nivel de resolución de conflictos institucionales en la Institución Educativa los resultados se orientan a los juicios de valor satisfecho 10 (23,80%) y bastante satisfecho 30 (71,42%), evidenciando una disminución en los problemas laborales en el personal docente, administrativo y de servicio tales como: las relaciones, comunicación, socialización de información, orientación, entre otros aspectos relacionados con el ambiente laboral.

En correspondencia a los resultados obtenidos en el presente libro se demuestra la aprobación de la hipótesis de la investigación el diseño de una estrategia activa a través de la práctica del yoga de la risa como política institucional disminuye los conflictos laborales en los colaboradores de la Escuela Fiscal de Educación Básica José Miguel García Moreno, cantón Guayaquil, provincia Guayas, Ecuador.

Se logró el cumplimiento del objetivo general y los específicos del libro. Se logró alcanzar durante el trabajo el primer objetivo específico analizar los referentes teóricos y metodológicos que sustentan la práctica del yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos a través de la revisión de la literatura científica, estudios previos sobre estrategias activas basadas en el yoga de la risa para la resolución de conflictos institucionales. Se analizaron las principales teorías de la Educación holística y las inteligencias múltiples de Gardner, principales concepciones de estrategia, características y componentes de una estrategia, tipos de estrategias, principales concepciones de estrategia activa en el contexto educativo, principales concepciones del yoga de la risa e importancia del sentido del humor en la Educación. Se constató que existe una amplia diversidad de ejercicios o posiciones del yoga de la risa, principales concepciones de la resolución de conflictos, tipos de conflictos en el ámbito educativo, manejo y resolución de conflictos en el contexto educativo, importancia de la Educación en la resolución de conflictos, finalmente se abordaron los fundamentos teóricos y metodológicos de la relación existente entre el yoga de la risa y la resolución de conflictos institucionales.

En correspondencia al segundo objetivo específico identificar los tipos de conflictos institucionales que puedan surgir en la comunidad educativa de la Escuela Fiscal de Educación Básica José Miguel García Moreno. Se realizó la caracterización en el estudio diagnóstico que permitió confirmar el problema de investigación planteado, se denota la necesidad de elevar la capacidad de resolución de conflictos institucionales del personal docente, administrativo y de servicio, además se evidencia desconocimiento acerca de la utilización de estrategias activas basadas en el yoga de la risa. Se requiere de mayor actividad de integración mediante juegos, ejercicios de yoga, risoterapia para disminuir los conflictos institucionales entre los colaboradores de la Escuela de Educación Básica Fiscal José Miguel García Moreno.

El 57,1% de los colaboradores de la Escuela de Educación Básica Fiscal José Miguel García Moreno, manifiestan que la dimensión estructural para el diseño de estrategias activas es regular. El 45,2% del personal docente, administrativo y de servicio de la Escuela de Educación Básica Fiscal José Miguel García Moreno, manifiestan que la dimensión de participación en estrategias

activas es regular. El 47,6% de los colaboradores de la Escuela de Educación Básica Fiscal José Miguel García Moreno, manifiestan que la dimensión de poder de decisión para implementar estrategias activas es regular. El 47,6% de los colaboradores de la Escuela de Educación Básica Fiscal José Miguel García Moreno, manifiestan que la dimensión negociación en la resolución de conflictos es regular. El 47,6% de los colaboradores de la Escuela de Educación Básica Fiscal José Miguel García Moreno, manifiestan que la dimensión mediación en la resolución de conflictos es regular. El 45,2% de los colaboradores de la Escuela de Educación Básica Fiscal José Miguel García Moreno, manifiestan que la dimensión conciliación en la resolución de conflictos es regular. El 50,0% de los colaboradores de la Escuela de Educación Básica Fiscal José Miguel García Moreno, manifiestan que la dimensión arbitraje en la resolución de conflictos es regular.

Para fundamentar las limitaciones evidenciadas en el estudio diagnóstico del estado inicial de la resolución de conflictos institucionales en el personal docente, administrativo y de servicio, se puede mencionar el criterio aportado por Pérez (2015) quien refiere los conflictos es una situación en la que una o varias personas contienden problemas con otras por la consecución de un/os propósito/s. Involucra discordancia, discrepancia, contienda entre dos partes interdependientes. Es un proceso que vincula a varias personas en el que se producen interrelaciones incompatibles.

Se asume como postura científica el criterio aportado por Aguilar y Ariza (2015) quienes argumentan que la resolución de conflictos es un proceso de cooperación en la solución de problemas organizacionales o empresariales, que consiste en que las dos partes del conflicto encuentren una solución con la ayuda de una o varias personas ajenas al mismo, mediadores que crean un clima de colaboración básico para el acercamiento de posturas asociadas.

En relación con el tercer objetivo específico diseñar una estrategia activa basada en la práctica del yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos en la Escuela Fiscal de Educación Básica José Miguel García Moreno. La estrategia activa como política institucional basada en el yoga de la risa diseñada en el presente libro está integrada por etapas de diagnóstico, de planificación y organización de la estrategia

activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales, de aplicación de la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales, de evaluación de los resultados de la aplicación de la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales, fases y acciones que de una manera coherente y sistemática presenta las concepciones didácticas y metodológicas para la resolución de conflictos laborales en el personal docente, administrativo y de servicio y cuya eficacia se corroboró durante la aplicación práctica.

Como parte de la fundamentación teórica y metodológica de la estrategia activa, se destaca el planteamiento de Razeto (2016) quien la concibe como procedimientos donde se utilizan medios o recursos por el docente para interactuar, participar y analizar de manera progresiva en el proceso de interaprendizaje. La enseñanza sustentada en estrategias activas es una enseñanza caracterizada por la participación dinámica de los actores del proceso educativo en el espacio de formación sobre las capacidades adecuadas de los conocimientos específicos en las diversas áreas del conocimiento.

Se dio cumplimiento al cuarto objetivo específico aplicar una estrategia activa basada en la práctica del yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos en la Escuela Fiscal de Educación Básica José Miguel García Moreno. La aplicación de la estrategia activa basada en el yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos laborales comenzó en el mes de septiembre de 2019 y concluyó en el mes de Noviembre del mismo año, con una duración de 3 meses de intervención, se realizó al inicio del proyecto una reunión de preparación e información al personal docente, administrativo y de servicio de la Escuela Fiscal de Educación Básica José Miguel García Moreno, cantón Guayaquil, provincia Guayas, Ecuador para participar en la estrategia activa como política institucional para la resolución de conflictos en el entorno laboral a través del desarrollo de sesiones de yoga de la risa de 30 minutos, además se detalla la estructura y organización de las sesiones de yoga de la risa.

En correspondencia al quinto objetivo evaluar la pertinencia de la aplicación de una estrategia activa basada en la práctica del yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos en la Escuela Fiscal de Educación Básica José Miguel García Moreno. La evaluación del nivel de satisfacción de la estrategia activa basada en el yoga de la risa para la resolución de conflictos institucionales dirigida a los colaboradores de la Escuela Fiscal de Educación Básica José Miguel García Moreno, cantón Guayaquil, provincia Guayas, Ecuador permitió determinar que en el indicador 1 cumplimiento de las expectativas de la aplicación de la estrategia activa basada en el yoga de la risa para la resolución de conflictos institucionales los resultados se orientan a los juicios de valor satisfecho 20 (47,61%) y bastante satisfecho 20 (47,61%), evidenciando que la mayor parte de los colaboradores estuvieron conformes con las actividades de yoga de la risa empleadas.

En correspondencia al indicador 2 utilización de los recursos didácticos y tecnológicos en las sesiones de yoga de la risa, los resultados se orientan a los juicios de valor satisfecho 20 (47,61%) y bastante satisfecho 20 (47,61%). En el indicador 3 calidad de las instalaciones para la aplicación de la estrategia activa basada en el yoga de la risa, los resultados se orientan a los juicios de valor bastante satisfecho 15 (35,71%) y bastante satisfecho 20 (47,61%). En el indicador 4 seguridad, accesibilidad, espacio y comodidad de las instalaciones, los resultados se orientan a los juicios de valor medianamente satisfecho 5 (11,90%) y bastante satisfecho 15 (35,71%). En relación con el indicador 5 distribución y organización del tiempo de las sesiones de yoga de la risa, los resultados se orientan a los juicios de valor satisfecho 10 (23,80%) y bastante satisfecho 30 (71,42%). En el indicador 6 dinamismo en la aplicación de las técnicas y ejercicios de yoga de la risa, los resultados se orientan a los juicios de valor satisfecho 20 (47,61%) y bastante satisfecho 20 (47,61%).

En el indicador 7 participación activa en las sesiones de yoga de la risa, los resultados se orientan a los juicios de valor satisfecho 20 (47,61%) y bastante satisfecho 20 (47,61%). En el indicador 8 desempeño de los instructores en la organización, dirección y ejecución de las sesiones de yoga de la risa, los resultados se orientan a los juicios de valor bastante satisfecho 15 (35,71%) y bastante satisfecho 20 (47,61%). En el indicador 9 relaciones interpersonales entre los colaboradores a través de la aplicación

de la estrategia activa basada en el yoga de la risa, los resultados se orientan a los juicios de valor medianamente satisfecho 5 (11,90%) y bastante satisfecho 15 (35,71%). En el indicador 10 nivel de resolución de conflictos institucionales en la Institución Educativa los resultados se orientan a los juicios de valor satisfecho 10 (23,80%) y bastante satisfecho 30 (71,42%), evidenciando una disminución en los problemas laborales en el personal docente, administrativo y de servicio tales como: las relaciones, comunicación, socialización de información, orientación, entre otros aspectos relacionados con el ambiente laboral.

El tratamiento metodológico empleado en el desarrollo del proceso y estructura del estudio permitió recopilar y ordenar el conjunto de datos e información mediante el empleo de técnicas y métodos que permiten procesar y analizar las variables contenidas en la temática Estrategia activa a través de la práctica del yoga de la risa como política institucional para la resolución de conflictos en la Escuela Fiscal de Educación Básica José Miguel García Moreno, cantón Guayaquil, Ecuador, 2020. En este sentido, se utilizaron técnicas tanto de recopilación como de análisis, instrumentos adecuados a la medición de variables con la finalidad de responder a los objetivos planteados. Con respecto a la información teórica, se procedió a realizar una revisión bibliográfica que sustenta el presente estudio.

En correspondencia al seguimiento del trabajo, se puede aplicar otro tipo de investigación, por ejemplo el enfoque cuantitativo, si se contara con más tiempo para el desarrollo del proyecto, considero que sería interesante la continuidad del estudio para que otras personas especialistas en el campo de la Gestión y administración de centros educativos puedan proponer alternativas metodológicas u otras propuestas didácticas que contribuyan a la solución del problema en estudio, la resolución de conflictos institucionales, además de diversas temáticas asociadas al contexto educativo.

En el proceso de la investigación se evidenciaron dificultades y obstáculos para el desarrollo de esta, una de las limitaciones metodológicas es el tamaño de la muestra son demasiado pequeña, por tal motivo es difícil encontrar relaciones y generalizaciones significativas a partir de pruebas estadísticas normalmente requieren un tamaño de muestra más grande para asegurar una distribución representativa de la población y ser

considerados representativos de los grupos de personas, objetos y procesos. Aunque, el tamaño de la muestra es menos relevante en la investigación cualitativa.

La falta de estudios previos de investigación sobre el yoga de la risa, estrategia como política institucional para la resolución de conflictos, dificultó la referencia y crítica de los antecedentes investigativos puesto que constituye la base de la revisión bibliográfica y ayuda a sentar las bases para entender el problema de investigación que se está investigando. En tal sentido descubrir una limitación de este tipo puede servir como una oportunidad para identificar nuevas brechas en la literatura científica y consecuentemente nuevas investigaciones.

Dentro de las recomendaciones planteadas en el presente proyecto de investigación se hace un llamado a las autoridades de la Escuela Fiscal de Educación Básica José Miguel García Moreno para adoptar diversas estrategias activas y así disminuir los índices de conflictos institucionales suscitados en el contexto educativo, ya que permitirán mejorar las relaciones interpersonales entre los colaboradores, la comunicación asertiva, fijar acuerdos y compromisos ante una problema laboral, ayudar como mediador de conflictos, la resolución de conflictos se fundamenta en el conjunto de técnicas y habilidades que se ponen en práctica para buscar la mejor solución, no violenta, a un conflicto, problema o malentendido que existe entre dos o más personas e, incluso, personal, laboral.

Al personal docente, administrativo y de servicio de la Escuela Fiscal de Educación Básica José Miguel García Moreno de Ecuador, deben participar en las estrategias activas basadas en el yoga de la risa para la resolución de conflictos institucionales, logrando un mayor desempeño en el trabajo y optimizando el clima laboral.

Al departamento administrativo del Ministerio de Educación asignar un presupuesto financiero suficiente para capacitación docente, administrativa y de servicio de la Escuela Fiscal de Educación Básica José Miguel García Moreno de Ecuador sobre la resolución de conflictos en el ámbito educativo.

Divulgar y publicar los resultados conseguidos en el presente proyecto de investigación en artículos científicos de alto impacto,

ponencias, congresos, seminarios, libros entre otros eventos académicos y científicos.

Para finalizar, se recomienda a la comunidad científica en general generar nuevas propuestas educativas y políticas institucionales conminadas al fortalecimiento de la resolución de conflictos institucionales en el contexto educativo.

## Referencias

- Acevedo Mena, K. (2019). La educación para el siglo XXI: una perspectiva holística del aprendizaje. *Revista Electrónica De Conocimientos, Saberes Y Prácticas*, 2(2), 130-139. <https://doi.org/10.5377/recsp.v2i2.9305>
- Acebedo- Afanador, Manuel J, Aznar-Díaz, Inmaculada, & Hinojo-Lucena, Francisco J. (2017). Instrumentos para la Evaluación del Aprendizaje Basado en Competencias: Estudio de caso. *Información tecnológica*, 28(3), 107-118. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07642017000300012>
- Acevedo, A. & Rojas, Z. (2016). Generalidades del conflicto, los procesos de paz y el posconflicto. *Revista de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas*, 46(124), pp. 33-45. Obtenido de: <http://dx.doi.org/10.18566/rfdcp.v46n124.a03>
- Aguilar, M. T. & Ariza, M. J. (2015). La resolución de conflictos escolares desde los derechos humanos: el gran viaje en el aula la resolución del conflicto escolar, como práctica convivencial, a través de los derechos humanos. (Tesis presentada para obtener el título de: Magíster en Educación). Bogotá: Universidad Distrital “Francisco José de Caldas”.
- Arias-Gómez, Jesús, & Villasís-Keever, Miguel Ángel, & Miranda Novales, María Guadalupe (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista Alergia México*, 63(2), 201-206. [fecha de Consulta 31 de Enero de 2021]. ISSN: 0002-5151. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=4867/486755023011>
- Arismendiz, M. y Melgar, C. (2017). Experiencias de los adultos mayores durante las sesiones de risoterapia – Tumbes. *Revista Enfermería Herediana*, 10(1), 3-8. <https://doi.org/10.20453/renh.v10i1.3124>
- Asqui Luna, Jessica Elizabeth, León Sinche, Julio César, Santillán Obregón, Rodrigo Roberto, Santillán Altamirano, Humberto Rodrigo, Amparo, Grace, Obregón Vite, & Calero Morales, Santiago. (2017).

Influencia de la teoría de las inteligencias múltiples en la educación física: estudio de casos. Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas, 36(3). Recuperado en 29 de enero de 2021, de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-03002017000300012&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002017000300012&lng=es&tlng=es).

Behrouz, S., Mazloom, S., Kooshiar, H., Aghebati, N., Asgharipour, N. y Behnam, H. (2017). Investigating the Effect of Humor Therapy on Chronic Pain in the Elderly Living in Nursing Homes in Mashhad, Iran. Evidence Based Care Journal, 7(2), 27-36. [http://ebcj.mums.ac.ir/article\\_9145.html](http://ebcj.mums.ac.ir/article_9145.html)

Bernal, Díaz y Guevara (2015). Programa de risoterapia dirigido a los profesionales de enfermería que laboran con pacientes pediátricos en el servicio de maternidad y pediatría de la Policlínica Metropolitana de Caracas. (tesis de grado). Obtenido de: <http://saber.ucv.ve/bitstream/123456789/7485/1/programa%20de%20risoterapia%20dirigido%20a%20los%20profesionales%20de%20enfermeria%20que%20laboran%20con%20pacientes%20pedi.pdf>

Burgos y Rugel (2017). Estrategia didáctica para el desarrollo de las habilidades motrices básicas en Educación Física del subnivel básico elemental. Tesis de grado. Obtenido de: <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/26567/1/Burgos%20Ángulo%20Darley%20%26%20Rugel%20Véliz%20Steven%20Ricardo%20065-2017.pdf>

Burgos y Santa Cruz (2015). Yoga de la risa y el desarrollo emocional en la Educación parvularia. Tesis de grado. Obtenido de: <http://bibliotecadigital.academia.cl/bitstream/handle/123456789/3068/TPARV%2039.pdf?sequence=1>

Bustamante, Migdalia. (2020). La educación holística y los valores en la Educación Superior. Conrado, 16(76), 51-55. Epub 02 de octubre de 2020. Recuperado en 29 de enero de 2021, de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1990-86442020000500051&lng=es&tlng=pt](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442020000500051&lng=es&tlng=pt).

- Caridad, Cardeño, Cardeño y Castellano (2017). Contribuciones de la comunicación asertiva en la resolución de conflictos dentro de instituciones de educación superior. *Revista Espacios*, vol. 38 (50), pág. 6. <http://www.revistaespacios.com/a17v38n50/a17v38n50p06.pdf>
- Carrillo - Pérez, Reyna (2016). Resolución de conflictos: hacia una cultura de paz en niños de primaria. *Ra Ximhai*, 12(3),195-205. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=461/46146811012>
- Castellano Caridad, María, & Virviescas Peña, John, & Castro Blanco, Elías, & Alvarino Cruz, César, & Pinzón Franco, Boris, & Gutiérrez Echeverría, Rocío (2017). Resolución de conflictos para el fomento de la cultura de paz: importancia de los medios de comunicación alternos en Colombia. *Revista Lasallista de Investigación*, 14(1),56-65.[fecha de Consulta 30 de Enero de 2021]. ISSN: 1794-4449. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=695/69551301005>
- Castro y Guzmán (2018). La resolución de conflictos y su influencia en la convivencia de los estudiantes del subnivel básica superior propuesta: diseñar una guía de orientación a docentes para la conformación de grupos de mediación que promuevan la resolución de conflictos (tesis de grado). Universidad de Guayaquil. <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/34683/1/CASTRO%20INTRIAGO%20JOSEFINA%20GUZMAN%20DELGADO%20PAULETTE.pdf>
- Cardona, J. L. (2019). Cambios en el nivel de cortisol después de la aplicación de terapia de la risa, en adultos hospitalizados con diagnóstico de enfermedad cerebrovascular. *Investigación Clínica*, 60(3), 233-242.
- Carmona (2015). Gestión de los conflictos laborales en los centros educativos de educación secundaria desde la normativa vigente. *Portal de Revistas académicas*, Vol. 5 (2), 1-15.

<https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/gestedu/article/view/19943>

- Carrion, Carme, & Soler, Mònica, & Aymerich, Marta (2015). Análisis de la Validez de Contenido de un Cuestionario de Evaluación del Aprendizaje Basado en Problemas. Un Enfoque Cualitativo. *Formación Universitaria*, 8(1),13-21.[fecha de Consulta 31 de Enero de 2021]. ISSN: . Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3735/373544188003>
- Caycho, T., Reyes, M., Ventura, J., Aria, W., Domínguez, J., y Azabache, K. (2019). Evidencias psicométricas de una versión breve de la Coping Humor Scale en adultos mayores peruanos. *Revista Española de Geriátria y Gerontología*, 54(4), 230-236. <https://doi.org/10.1016/j.regg.2018.09.012>
- Cejudo, J., Losada, L., & Pérez-González, J. C. (2017). Inteligencias múltiples y su relación con inteligencias cognitiva y emocional en adolescentes. *Universitas Psychologica*, 16(3), xx-xx. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy16-3.imri>
- Chura, E., Huayanca, P., & Maquera, M. (2019). Bases epistemológicas que sustentan la teoría de las inteligencias múltiples de Howard Gardner en la pedagogía . *Revista Innova Educación*, 1(4), 589-598. Obtenido de: <https://doi.org/10.35622/j.rie.2019.04.012>
- Cosseron C & Leclerc L., (2015). *Le yoga du rire. Hasya yoga et clubs de rire du Dr Madan Kataria* (prefacio del Dr. Madan Kataria), Guy Trédaniel éditeur, París, (1ª ed.), 229 p.
- Dewey, J. (1967). *Experiencia y Educación*. Buenos Aires: Losada.
- Díaz de Villegas, V., Medina, S. e Iglesias, J. (2019). Payaso terapéutico, alternativa en la Sala de Geriátria. *Acta Médica del Centro*, 13(3), 428-434. <https://doi.org/10.1111/j.17580854.2010.01045.x>

- Echeverry-Arcila, Claudia Patricia, & Quintero-Vergara, Helmer, & Gutiérrez-Giraldo, Martha Cecilia (2017). Estrategias pedagógicas colaborativas en las prácticas escolares en educación básica. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (Colombia)*, 13(1),83-104.[fecha de Consulta 30 de Enero de 2021]. ISSN: 1900-9895. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=1341/134152136005>
- Ellis, J., Ben-Moshe, R. y Teshuva, K. (2017). Laughter yoga activities for older people living in residential aged care homes: A feasibility study. *Australasian Journal on Ageing*, 36(3), 28-31. <https://doi.org/10.1111/ajag.12447>
- Escofet, Anna, Folgueiras, Pilar, Luna, Ester, & Palou, Berta. (2016). Elaboración y validación de un cuestionario para la valoración de proyectos de aprendizaje-servicio. *Revista mexicana de investigación educativa*, 21(70), 929-949. Recuperado en 31 de enero de 2021, de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1405-66662016000300929&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-66662016000300929&lng=es&tlng=es).
- Fernández-Poncela, Anna-María. (2015). 'Riéndose aprende la gente': Humor, salud y enseñanza aprendizaje. *Revista iberoamericana de educación superior*, 3(8), 51-70. Recuperado en 07 de enero de 2021, de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-28722012000300003&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-28722012000300003&lng=es&tlng=es).
- Galicia Alarcón, Liliana Aidé, Balderrama Trápaga, Jorge Arturo, & Edel Navarro, Rubén. (2017). Validez de contenido por juicio de expertos: propuesta de una herramienta virtual. *Apertura (Guadalajara, Jal.)*, 9(2), 42-53. <https://doi.org/10.32870/ap.v9n2.993>
- García (2015). Humor y educación: unidos por la risa. Obtenido de: <https://ined21.com/humor-y-educacion-unidos-por-la-risa/>
- García, R. M. (2015). El conflicto y sus tipos en el ámbito escolar. *Revista Arista Digital*. 52, 1-7. Recuperado de <http://www.afapna.es/web/aristadigital>

- García-Paida, A. (2018). La teoría de las inteligencias múltiples en la educación. *Polo del Conocimiento*, 3(10), 94-111. Obtenido de: [doi:http://dx.doi.org/10.23857/pc.v3i10.732](http://dx.doi.org/10.23857/pc.v3i10.732)
- García Agama, M. (2020). Estrategias metodológicas para desarrollar las inteligencias múltiples en educación inicial en la Escuela de Educación Básica José María Egas. (Revisión). *Roca. Revista Científico - Educativa De La Provincia Granma*, 17(1), 65-77. Recuperado a partir de <https://revistas.udg.co.cu/index.php/roca/article/view/2137>
- García Espinoza, Margot, Ortiz Cárdenas, Tania, & Chávez Loo, María Dolores. (2017). Estrategias orientadas al aprendizaje autónomo en la Universidad Estatal Península de Santa Elena, Ecuador. *Revista Cubana de Educación Superior*, 36(3), 74-84. Recuperado en 30 de enero de 2021, de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0257-43142017000300007&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0257-43142017000300007&lng=es&tlng=es).
- Gardner, H. (1983). *Las Inteligencias Múltiples Estructura de la Mente* (2da Ed.). Bogotá, Colombia: Fondo de Cultura Económica.
- Gluyas, Parga, Rodrigo Esparza, Sánchez, María del Carmen Romero, & Barrios, Julio Ernesto Rubio. (2015). Modelo de Educación Holística: Una Propuesta para la Formación del Ser Humano. *Actualidades Investigativas en Educación*, 15(3), 462-486. Retrieved January 29, 2021, from [http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\\_arttext&id=S1409-47032015000300462&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&id=S1409-47032015000300462&lng=en&tlng=es).
- Gómez y Mendoza (2018). Desarrollo Humano integral. I Congreso Internacional. Universidad Iberoamericana del Ecuador. Obtenido de: <https://www.unibe.edu.ec/wp-content/uploads/2018/10/memoria-del-Congreso-UNIB.E.pdf#page=13>
- González, Deokie, & Alvarado, Carlos, & Marín, Carlos (2017). Diseño y validación de una encuesta para la caracterización de unidades de producción caprina.

Revista de la Facultad de Ciencias Veterinarias, UCV, 58(2),68-74.[fecha de Consulta 31 de Enero de 2021]. ISSN: 0258-6576. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3731/373154833005>

- Gutiérrez (2017). La teoría de las inteligencias múltiples en personas con síndrome de Down. Cuando el talento se transforma en inteligencia. *Revista Investigación en Discapacidad*, Vol. 6, Núm. 3 Septiembre-Diciembre 2017 pp 122-127. Obtenido de: <https://www.medigraphic.com/pdfs/invdis/ir-2017/ir173d.pdf>
- Hamodi, Carolina, López Pastor, Víctor Manuel, & López Pastor, Ana Teresa. (2015). Medios, técnicas e instrumentos de evaluación formativa y compartida del aprendizaje en educación superior. *Perfiles educativos*, 37(147), 146-161. Recuperado en 31 de enero de 2021, de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0185-26982015000100009&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-26982015000100009&lng=es&tlng=es).
- Hernández Navarro, J.C., & Munuera Gómez, MP. (2015). Mediación: el camino de la resolución de conflictos en Sanidad Militar. *Sanidad Militar*, 71(1), 52-56. <https://dx.doi.org/10.4321/S1887-85712015000100010>
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C. y Baptista-Lucio, P. (2014). Definición del alcance de la investigación que se realizará: exploratorio, descriptivo, correlacional o explicativo. En Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C. y Baptista-Lucio, P. *Metodología de la Investigación* (6 ed., págs. 88-101). México: McGraw-Hill.
- Inga, Basilio y Peña (2017). Inteligencia lógico matemático y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad Ingeniería Civil – UNCP. *Investigación en Educación*, vol. 7, núm. 13. Obtenido de: <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2017.13.360>
- Latorre y Vega (2016). Danza como estrategia pedagógica en la resolución de conflictos y convivencia escolar (tesis de

grado). Universidad Pedagógica Nacional.  
<http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/2619/TE-20525.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Lombana, C. J. (2016). Construcción de un modelo de gestión de convivencia escolar a partir de la danza como centro de interés para la resolución de conflictos, en el Colegio Cedit San Pablo de Bosa. Tesis de maestría. Bogotá: Universidad Libre.

López (2017). La Educación Holística desde una Perspectiva Humanista. Instituto Internacional de Investigación y Desarrollo Tecnológico Educativo INDTEC, C.A. vol. 2 (3). <https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2018.3.8.16.301-318>

Losada, A. y Lacasta, M. (2019). Sentido del humor y sus beneficios en salud. *Calidad de Vida y Salud*, 12(1), 2-22. <http://revistacdvs.uflo.edu.ar/index.php/CdVUFLO/article/view/172/176>

Maldonado, Benavides y Buenaño (2017). Análisis dimensional del concepto de estrategia. *Revista Ciencia UNEMI*, Vol. 10, No 25, Diciembre 2017, pp. 25 – 35. Obtenido de: <http://ojs.unemi.edu.ec/index.php/cienciaunemi/article/view/617>

Montenegro-Velandia, Wilson, & Cano-Arroyave, Ana María, & Toro-Jaramillo, Iván Darío, & Arango-Benjumea, Jhon Jaime, & Alveiro Montoya-Agudelo, Cesar, & Vahos-Correa, Juan Esteban, & Pérez-Villa, Pastor Emilio, & Coronado-Ríos, Bladimir (2016). Estrategias y metodologías didácticas, una mirada desde su aplicación en los programas de Administración. *Educación y Educadores*, 19(2),205-220.[fecha de Consulta 30 de Enero de 2021]. ISSN: 0123-1294. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=834/83446681002>

Montoya Sánchez, Miguel Ángel, & Salinas Arango, Natalia Andrea (2016). La conciliación como proceso transformador de relaciones en conflicto. *Opinión Jurídica*, 15(30),127-144.[fecha de Consulta 29 de Enero

de 2021]. ISSN: 1692-2530. Disponible en:  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=945/94550080006>

Moreno-Pinado, Wilfredo Edgardo, & Velázquez Tejeda, Míriam E. (2017). Estrategia Didáctica para Desarrollar el Pensamiento Crítico. REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación, 15(2),53-73. [fecha de Consulta 30 de Enero de 2021]. Disponible en:  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=551/55150357003>

Naranjo Hernández, Y., Ávila Sánchez, M., & Concepción Pacheco, J. (2018). Las estrategias como herramienta en el desarrollo científico de Enfermería. Archivo Médico Camagüey, 22(4), 504-514. Recuperado de <http://revistaamc.sld.cu/index.php/amc/article/view/5595/3183>

Nava y Breceda (2017). Mecanismos alternativos de resolución de conflictos: un acceso a la justicia consagrado como derecho humano en la Constitución mexicana. Cuestiones constitucionales, Vol. 3, No. 37. Obtenido de:  
<https://doi.org/10.22201/ijj.24484881e.2017.37.11457>

Navarro (2018). La Risoterapia en la disminución del estrés laboral organizacional, en los trabajadores administrativos de la empresa Akron International S.A.C. 2018 (tesis de maestría). Obtenido de:  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/21155/Navarro\\_NVA.pdf?sequence=1](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/21155/Navarro_NVA.pdf?sequence=1)

Noroña, Jhon Pilco, Giovanna Ramos, Darío Salazar y Edgar Llanga (2019): “Inteligencias múltiples y el aprendizaje”, Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo (agosto 2019). Obtenido de:  
<https://www.eumed.net/rev/atlante/2019/08/inteligencias-multiples-aprendizaje>.

Ochoa Díaz, C. E., Machado Maliza, M. E., & Guamán Chacha, K. A. (2020). Estrategia de pausa activa para mejorar la atención de los alumnos a las actividades docentes. Revista Conrado, 16(S 1), 285-290. Recuperado a partir

de  
<https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/1553>

- Ordóñez-Sierra, R., Rodríguez-Gallego, M., & Rodríguez-Santero, J. (2017). Grupos interactivos como estrategia para la mejora educativa: estudio de casos en una comunidad de aprendizaje. *Revista De Investigación Educativa*, 35(1), 71-91.  
<https://doi.org/10.6018/rie.35.1.247061>
- Orellana Guevara (2016). Universidad de Costa Rica, Costa Rica. La estrategia didáctica y su uso dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje en el contexto de las bibliotecas escolares. *E-Ciencias de la Información*, vol. 7, núm. 1, pp. 134-154, 2017. Obtenido de: DOI: 10.15517/eci.v7i1.27241
- Otzen, Tamara, & Manterola, Carlos. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232.  
<https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Pamplona, Cuesta y Valderrama (2019). Estrategias de enseñanza del docente en las áreas básicas: una mirada al aprendizaje escolar. *Revista eleuthera*, vol. 21, núm. 2. Obtenido de: DOI: 10.17151/eleu.2019.21.2
- Panchi y Barba (2016). Resolución de conflictos en las instituciones educativas (tesis de grado). Universidad Técnica de Cotopaxi.  
<http://repositorio.utc.edu.ec/handle/27000/3835>
- Paulston y Costanzo (2016). Implicaciones del paradigma de conflicto en la evaluación educativa. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (México)*, vol. XLVI, núm. 1. Obtenido de: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/270/27044739008/html/index.html>
- Pegalajar-Palomino, María del Carmen (2016). Estrategias de aprendizaje en alumnado universitario para la formación presencial y semipresencial. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14(1), 659-676. [fecha de Consulta 30 de Enero de 2021]. ISSN: 1692-715X.

Disponible en:  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=773/77344439045>

Pérez Saucedo, José Benito (2015). Cultura de paz y resolución de conflictos: la importancia de la mediación en la construcción de un estado de paz. *Ra Ximhai*, 11(1),109-131.[fecha de Consulta 30 de Enero de 2021]. ISSN: 1665-0441. Disponible en:  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=461/46139401006>

Pilar, G. y Zurieta, J. (2008). *Escuela de Yoga de la Risa del Dr. Kataria Manual de Entrenamiento para Líderes Certificados en Yoga de la Risa*. Andheri West Mumbai. [https://www.academia.edu/6871567/Escuela\\_de\\_Yoga\\_de\\_la\\_Risa\\_del\\_Dr\\_Kataria\\_Manual\\_de\\_Entrenamiento\\_para\\_L%C3%ADderes\\_Certificados\\_en\\_Yoga\\_de\\_la\\_Risa](https://www.academia.edu/6871567/Escuela_de_Yoga_de_la_Risa_del_Dr_Kataria_Manual_de_Entrenamiento_para_L%C3%ADderes_Certificados_en_Yoga_de_la_Risa)

Quevedo Lezama, C. R. (2020). The Whole Child Approach: An Opportunity to Transform our Educational Reality in the 21st Century. *EDU REVIEW. International Education and Learning Review*, 8(3), pp. 165-179. <https://doi.org/10.37467/gka-revedu.v8.2522>

RAE (2020). Definición de holístico. Obtenido de: <https://dle.rae.es/hol%C3%ADstico>

Ramón Pineda, Miguel Ángel, García Longoria Serrano, María Paz, & Olalde Altarejos, Alberto José. (2019). Algunas consideraciones sobre la resolución de los conflictos escolares. *Conrado*, 15(67), 135-142. Epub 02 de junio de 2019. Recuperado en 30 de enero de 2021, de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1990-86442019000200135&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000200135&lng=es&tlng=es).

Ramón-Pineda, M. Á., Zambrano-Campoverde, J. A., & Espinoza-Freire, E. (2016). El trabajo social desde la orientación de género, una mediación educativa. *Atenas*, 4(36), 169-183. Recuperado de <https://atenas.reduniv.edu.cu/index.php/atenas/article/view/256/438> [ Links ]

- Razeto Pavez, Alicia. (2016). Estrategias para promover la participación activa de los padres en la educación de sus hijos: el potencial de la visita domiciliaria. *Estudios pedagógicos* (Valdivia), 42(2), 449-462. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052016000200026>
- Restrepo (2017). Un estudio de la relación entre las inteligencias inter e intrapersonales, la creatividad y el rendimiento académico de estudiantes universitarios colombianos. Tesis de maestría. Obtenido de: <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/4728/RESTREPO%20AREIZA,%20ANA%20MARIA.pdf?sequence=1>
- Ríos, Liliana María Nieto, & Ortega, Francisco Javier Ruiz. (2020). Estudio de caso como estrategia para el desarrollo de la argumentación en docentes en formación. *Educação e Pesquisa*, 46, e216221. Epub April 22, 2020. <https://doi.org/10.1590/s1678-4634202046216221>
- Rojas Cairampoma, Marcelo (2015). Tipos de Investigación científica: Una simplificación de la complicada incoherente nomenclatura y clasificación. *REDVET. Revista Electrónica de Veterinaria*, 16(1),1-14.[fecha de Consulta 31 de Enero de 2021]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=636/63638739004>
- Salazar, F.M. (2015). Estrategias y didácticas diseñadas para mejorar la comprensión lectora en estudiantes del grado Segundo de básica primaria (tesis de maestría). Universidad Tecvirtual Escuela de Graduados en Educación, Ibagué, Colombia.
- Sánchez-Delgado JC, Jácome-Hortúa A, Pinzón S, Angarita-Fonseca A. Validez de contenido de la escala de barreras para la rehabilitación cardíaca. *Rev Univ. salud.*2015;17(2): 170 - 176. Obtenido de: <http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v17n2/v17n2a03.pdf>
- Santos, P., Moro, L. y Jenaro, C. (2018). Desarrollo de un Taller de Risaterapia con un grupo de personas mayores.

Revista Facultad Nacional de Salud Pública, 36(1), 17-26.  
<http://dx.doi.org/10.17533/udea.rfnsp.v36n1a03>

Silva-Lorente, I. (2015). La mediación como herramienta para resolver conflictos. Impacto sobre las habilidades sociales de los alumnos mediadores en un centro de educación secundaria. (Tesis Doctoral). Alcalá de Henares: Universidad de Alcalá.

Sirlopú, D., Pérez-Salas, C., Villarroel, V., García, C., Barrera, K., Fierro, E., & Castillo, I. (2019). Adaptación y validación de la versión en español de la Escala de Respeto Incondicional hacia las personas en una muestra de estudiantes chilenos. *Universitas Psychologica*, 18 (1).  
<http://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy18-1.avve>

Tacca Huamán, Daniel Rubén, Tacca Huamán, Ana Luisa, & Alva Rodríguez, Miguel Angel. (2019). Estrategias neurodidácticas, satisfacción y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Cuadernos de Investigación Educativa*, 10(2), 15-32. Epub 01 de diciembre de 2019.  
<https://dx.doi.org/10.18861/cied.2019.10.2.2905>

Toro y Hurtado (2017). Propuesta para el manejo de conflictos laborales en el área de Mantenimiento de la Universidad Central del Ecuador (Tesis de postgrado).  
<http://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/6151/1/T2581-MDTH-Toro-Propuesta.pdf>

Vera Sagredo, Angélica, Poblete Correa, Susana, & Días Larenas, Claudio. (2019). Percepción de estrategias y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de primer año. *Revista Cubana de Educación Superior*, 38(1), e6. Recuperado en 30 de enero de 2021, de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0257-43142019000100006&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0257-43142019000100006&lng=es&tlng=es).

Villamonte (2016). La gestión de los conflictos sociales que provienen de la explotación de recursos naturales y su impacto en el medio ambiente. Tesis de Doctor. Obtenido de:  
[http://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/3994/zapata\\_cor.pdf?sequence=3&isAllowed=y](http://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/3994/zapata_cor.pdf?sequence=3&isAllowed=y)

- Villamil M, Quintero A, Henao E. y Cardona J. (2015). Terapia de la risa en un grupo de mujeres adultas. *Rev. Fac. Nac. Salud Pública*; 31(2): 202-208. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-386X2013000200006&script=sci\\_abstract&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-386X2013000200006&script=sci_abstract&tlng=es)
- Villán Gaona, Jorge Luciano, Gaona Ordoñez, Cielo Esperanza, & Carrero Gutiérrez, Zuli Adriana. (2018). Risoterapia: una terapia complementaria a la medicina occidental. *Revista Med*, 26(2), 36-43. Retrieved January 30, 2021, from [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0121-52562018000200036&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-52562018000200036&lng=en&tlng=es).
- Wedge, Bryant. (1965). The case study of student political violence: Brazil, 1964 and Dominican Republic, 1965, *World politics*, vol. XXI, n.º 2, enero de 1969, p. 183-206. PRA, ref. 7645

# Descubre tu próxima lectura

Si quieres formar parte de nuestra comunidad,  
regístrate en <https://www.grupocompas.org/suscribirse>  
y recibirás recomendaciones y capacitación



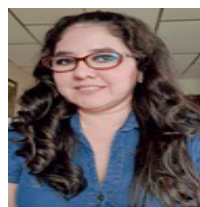
   @grupocompas.ec  
compasacademico@icloud.com

**DARLEY JHOSUE BURGOS ANGULO**

Docente investigador SENESCYT REG-INV-21-04888. Magíster en Educación Física y Deportes en Universidad de Guayaquil; Licenciado en Cultura Física por Universidad de Guayaquil; Entrenador de voleibol; Experto en Metodología de la Investigación Científica, Redacción científica; Certificación internacional en Coaching Deportivo. Actividades de docencia en Producción científica de: libros, artículos científicos, ponencias internacionales. Asesor, consultor y editor independiente de artículos científicos, proyectos de investigación de grado, postgrado y doctoral en la Universidad César Vallejo de Perú, Universidad de Guayaquil, Universidad Espíritu Santo de Guayaquil, Universidad Ecotec, Universidad Casa Grande. Revisor externo de artículos científicos de las revistas: Lecturas EF Deportes (Argentina), Revista Internacional de Psicología del Deporte y Ejercicio Físico (España), Revista Andaluza de Medicina del Deporte (España).

**MARÍA VERÓNICA ROSADO RAMOS**

Universidad Católica De Santiago De Guayaquil, Maestra en Educación Preescolar, Registro SENESCYT: 1028-04-495057, Fecha de registro: 2004-04-13. Universidad Católica De Santiago De Guayaquil, Licenciada en Educación Parvularia, Registro SENESCYT: 1028-04-537275, Fecha de registro: 2004-10-11. Docente Parvularia con 18 años de experiencia.

**KERLLY MARIELLA BENITES DE LA ROSA**

Docente fiscal con 25 años de trayectoria, Directora de Escuela de Educación Básica Fiscal "José Miguel García Moreno". Administradora Educativa, Universidad de Guayaquil, Registro SENESCYT: 1006-03-407182, Fecha de registro: 2003-06-12. Profesor de Educación Primaria-Nivel Tecnológico, Instituto Superior Pedagógico Rita Lecumberri, Registro SENESCYT: 2346-09-108326, Fecha de registro: 2009-07-02. Licenciada en Ciencias de la Educación Especialización, Administración Educativa, Universidad de Guayaquil, Registro SENESCYT: 1006-02-114056, Fecha de registro: 2002-06-19. Magíster en Gerencia Educativa, Universidad Metropolitana, Registro SENESCYT: 1056-14-86043402, Fecha de registro: 2014-01-22.

**CECILIA DE LOURDES DÍAZ NIVELÁ**

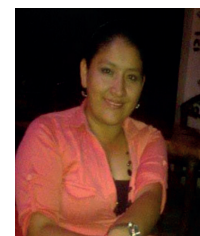
Magíster en Educación Física y Deportes en Universidad de Guayaquil; Licenciada en Cultura Física por Universidad de Guayaquil SENESCYT REG-1006-02-113269; Jefe de Área de Educación Física en la Unidad Educativa Particular Politécnico; Actividad de docencia en la Unidad Educativa Particular Politécnico.

**MAGDA MARILÍN CEDEÑO MUÑOZ**

Licenciada en Cultura Física SENESCYT REG-1006-02.111191 profesora de Educación Física a nivel primario Universidad de Guayaquil; estudiante del Máster en Actividad Física: Entrenamiento y Gestión Deportiva; Universidad Iberoamericana - UNINI (México). Actividad de docencia en la Unidad Educativa Daule, Coaching deportivo voluntario en la fundación Children International; certificación sobre ¿Cómo involucrar a los padres en aprendizaje digital? Certificación de sensibilización en discapacidades, igualdad de discapacidades, derechos sexuales y reproductivos de las personas con discapacidad.

**MARIANA DEL CARMEN GARCÍA FRANCO**

Licenciada en Ciencias De La Educación Mención Informática SENESCYT REG- 4-442-4415 Universidad de Guayaquil; estudiante de Maestría en Docencia Universitaria - Universidad PANAMERICANA (Nicaragua). Actividad de docencia en la Unidad Educativa Daule. Artículo publicado: Impacto de las plataformas educativas como herramienta para el diseño de un modelo curricular de aprendizaje inclusivo (Universidad ECOTEC). Certificación de sensibilización en discapacidades, igualdad de discapacidades, derechos sexuales y reproductivos de las personas con discapacidad., Metodologías activas de enseñanza y aprendizaje, Derechos humanos y movilidad humana.

**SILVANA NARCISA DELGADO PIN**

Licenciada en Ciencia de la Educación SENESCYT REG 1016-15-1417507 profesora de Educación Primaria de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, estudiante Máster en la Universidad Panamericana de Nicaragua. Actividad de docencia en la: Escuela de Educación Básica Fiscal "Euclides Masson Benítez". Artículo publicado: Impacto de las plataformas educativas como herramienta para el diseño de un modelo curricular de aprendizaje inclusivo. (Universidad Ecotec).  
Cursos realizados: Derechos Humanos y Movilidad Humana P3, Itinerario Comunicación Efectiva Para Motivar A Los Estudiantes P2, Atención A Las Necesidades Educativas Especiales P4, Itinerario Atención A La Diversidad En El Aula P2. Metodologías Activas de Enseñanza- Aprendizaje P3.

**MARÍA DOLORES SUQUILLO GORTAIRE**

Licenciada en ciencias de la Educación, especialización: Educadores de párvulos, Universidad de Guayaquil, directora de la Escuela de Educación Básica. "Constructores del Mañana" con más de 10 años de experiencia. Egresada de la Maestría en Administración Educativa en la Universidad César Vallejo de Perú.



@grupocompas.ec  
compasacademico@icloud.com

ISBN: 978-9942-33-455-8



978-9942-33-455-8



@grupocompas.ec  
compasacademico@icloud.com

compas  
Grupo de capacitación e investigación pedagógica