



**Diseño de una propuesta pedagógica para el fortalecimiento de la toma de decisiones en
estudiantes de formación policial de la Escuela Nacional de Carabineros Alfonso López
Pumarejo a través del desarrollo de la autorregulación emocional**

Lorena Rodríguez Calvo

Especialización en Liderazgo e Innovación Educativa

Universidad Santo Tomás

Seccional Tunja

Dr. José Eduardo Pardo Valenzuela

6 de julio de 2026

Contenido

Introducción	4
Planteamiento del problema.....	4
Diagnóstico de la problemática	5
Justificación	8
Objetivos	8
Objetivo general	8
Objetivos específicos.....	9
Estado del arte.....	9
Antecedentes internacionales	9
Antecedentes nacionales	10
Marco teórico	11
Sistema Educativo Policial y formación integral	11
Autorregulación emocional	12
Toma de decisiones en la labor policial	15
Autorregulación emocional y la toma de decisiones.....	16
Propuesta pedagógica.....	17
Nombre de la propuesta.....	17
Objetivos de la propuesta	18
Descripción de la propuesta	18
Componente de la estrategia	19
<i>Componente 1. Reconocimiento emocional</i>	19
<i>Componente 2. Control de impulsos</i>	19
<i>Componente 3. Regulación emocional en acción</i>	19
Implementación de la propuesta.....	19
Cronograma de implementación	21
Estrategia de evaluación y seguimiento	22
Indicadores de logro	23
Resultados esperados	25
Conclusiones	26
Referencias.....	27

Anexo A	31
Encuesta diagnostica a docentes e instructores de formación policial	31
Anexo B	35
Encuesta diagnostica a estudiantes de policial	35

Índice de tablas

Tabla 1. Principales situaciones que general presión emocional en los estudiantes.	6
Tabla 2. rincipales dificultades emocionales y de toma de decisiones identificadas por los docentes e instructores de policía	7
Tabla 3. Metodología de desarrollo de las actividades de la propuesta pedagógica.....	20
Tabla 4. Cronograma.....	22
Tabla 5. Indicadores de logro de la propuesta pedagógica	24

Introducción

Las escuelas de formación policial en Colombia tienen el objetivo de desarrollar en los estudiantes competencias que le permitan responder adecuadamente las demandas de seguridad y convivencia ciudadana. Durante su trayectoria institucional, la toma de decisiones es fundamental, teniendo en cuenta que el rol propio del policía necesita uniformados preparados para responder efectiva y oportunamente ante escenarios dinámicos y complejos con apropiación de la normativa, ética y protección por los derechos humanos.

Esta habilidad está respaldada por diferentes estudios que demuestran que las emociones influyen directamente en como el individuo interpreta la realidad, orientando el pensamiento y priorizando la información clave (REDEM, 2024). Este argumento, respalda la idea de priorizar el desarrollo de competencias emocionales en el proceso de formación policial.

En esta línea, la habilidad para regular las emociones cobra gran importancia, debido a la capacidad para gestionar el estado anímico propio, lo que permite actuar de manera adecuada, analizar el entorno y evitar responder impulsivamente (Berrios y Colque, 2022). Con base en este argumento, esta propuesta plantea el desarrollo de una estrategia pedagógica encaminada a fortalecer la toma de decisiones en los estudiantes de policía a partir del desarrollo de su inteligencia emocional.

Planteamiento del problema

En el transcurso de la formación policial, la toma de decisiones ha sido reconocida como una competencia fundamental para el estudiante, sin embargo, la malla curricular suele priorizar la enseñanza de la normatividad y los protocolos para los procedimientos operativos, donde la

gestión emocional se ha sido vista de manera superficial, limitando respuestas efectivas durante los procedimientos policiales.

Este fenómeno se observa con mayor precisión cuando el estudiante presenta dificultades en su regulación emocional, llevando a cabo respuestas impulsivas ante situaciones de conflicto o estrés, manifiestan problemas para canaliza el miedo, la ira o la ansiedad que conlleva a que pueda cometer errores que comprometan la legalidad del procedimiento policial.

En este sentido, la regulación emocional lejos de ser un simple control de impulsos, requiere la coordinación entre el pensamiento y la conducta para lograr un objetivo específico institucional (Mora et al., 2022), sin embargo, la ausencia de estrategias pedagógicas encaminadas a este componente puede entorpecer el desarrollo integral del futuro profesional de policía.

Esta problemática está respaldada por los resultados obtenidos en una encuesta de diagnóstica aplicada a docentes y estudiantes pertenecientes a la escuela de formación “Alfonso López Pumarejo”; quienes destacan que los aspectos emocionales pueden afectar la capacidad de los estudiantes para regular las emociones y tomar decisiones en escenarios de alta exigencia y alta presión. Para contrarrestarlo, es importante el desarrollo de una propuesta pedagógica que dinamice la toma de decisiones desde la autorregulación para garantizar que el estudiante actúe con mejor autonomía, criterio y responsabilidad.

Diagnóstico de la problemática

Con el fin de ampliar la problemática de esta esta propuesta, se realizaron dos encuestas diagnósticas, una dirigida a los docentes e instructores (39 participantes) y otra al personal de estudiantes (48 participantes) de la escuela de formación policial “Alonso López Pumarejo”,

quienes de forma voluntaria colaboraron en el diligenciamiento de la herramienta (ver anexo A y B).

Los datos obtenidos en las encuestas diligenciadas por los estudiantes, infieren que la mayoría es conocedora de la importancia de la autorregulación emocional y manifiestan la importancia de ser fortalecida en el proceso de formación policial, además, destacan que situaciones como el estrés académico, las exigencias físicas del entrenamiento policial, el aprendizaje de la normativa institucional, el distanciamiento familiar, las dinámicas con los demás estudiantes y la presión por responder adecuadamente ante situaciones nuevas, genera presión emocional y dificulta la adecuada toma de decisiones.

Tabla 1.

Principales situaciones que general presión emocional en los estudiantes

Situaciones identificadas
Estrés académico
Exigencias físicas del proceso de formación
Adaptación a las normas institucionales
Convivencia y relaciones interpersonales
Distanciamiento familiar
Situaciones nuevas o de alta presión

Nota. Elaboración propia a partir de las respuestas abiertas de los estudiantes participantes de la encuesta diagnóstica (2026).

Desde la perspectiva de los docente e instructores, el diagnóstico identificó desafíos críticos en los alumnos, vinculados a la gestión de la ansiedad, el estrés institucional y la adaptación al régimen académico, estos desafíos se suman a las dinámicas externas como distanciamiento con la familia y dificultades en la convivencia con los demás estudiantes.

Los resultados de los docentes permiten identificar que, durante la evaluación en escenarios prácticos como las simulaciones y actividades de campo, los estudiantes presentan respuestas impulsivas perdiendo la objetividad cuando se exponen a situaciones complejas o de alta presión.

Tabla 2

Principales dificultades emocionales y de toma de decisiones identificadas por los docentes e instructores de policía

Dificultades identificadas
Manejo de ansiedad y estrés
Adaptabilidad a las exigencias de la formación policial
Problemas familiares
Convivencia y trabajo en equipo
Respuestas impulsivas durante actividades académicas y simulaciones
Dificultad para mantener criterios objetivo bajo presión

Nota. Elaboración propia, de acuerdo a los resultados obtenidos por la encuesta diagnostico (2026).

Los resultados de estas encuestas concuerdan que tanto docentes e instructores como estudiantes creen que es necesario fortalecer la autorregulación emocional durante el proceso de formación como policías, ya que el estrés y las emociones impactan directamente en la calidad de las decisiones y en las respuestas dadas ante escenarios críticos.

Además, el diagnostico permitió identificar que existe la necesidad formativa orientada al reconocimiento y la gestión emocional, el control de impulsos y la toma de decisiones en escenarios de alta presión, en respuesta a esta necesidad, se justifica el diseño de una propuesta pedagógica con el objetivo de fortalecer la autorregulación emocional como estrategia que

contribuya al desarrollo de respuestas más reflexivas y responsables, alineadas a las exigencias propias de la misionalidad institucional.

Justificación

La pertinencia de esta propuesta pedagógica radica en la búsqueda de dar respuesta a una necesidad que se ha identificado en el proceso de formación policial a través de las encuestas diagnósticas, que es fortalecer la toma de decisiones desde una perspectiva emocional. Partiendo que, en la operatividad, no es suficiente saber qué hacer, es indispensable saber cómo actuar frente a escenarios de alta presión para no reaccionar de manera impulsiva.

En respuesta, la educación emocional permite fortalecer habilidades como la empatía, la autorregulación y la toma de decisiones responsables (Oña et al., 2025), lo que evidencia la necesidad de integrar la autorregulación emocional en los procesos formativos policiales, mejorando la calidad curricular y el desempeño profesional uniformado.

Además, dentro de los principios de la innovación educativa, esta propuesta al proponer metodologías activas que favorecen el aprendizaje significativo y la reflexión durante la operatividad, articulados con los lineamientos del Sistema Educativo Policial, aporta en el desarrollo integral y mejoramiento de la calidad educativa en la escuela de formación policial Alfonso López Pumarejo.

Objetivos

Objetivo general

Diseñar una propuesta pedagógica que fortalezca la toma de decisiones en los estudiantes de formación policial de la escuela Alfonso López Pumarejo a través el desarrollo de la autorregulación emocional.

Objetivos específicos

- Identificar las dificultades que presentan los estudiantes de la escuela de formación policial respecto a la autorregulación emocional durante la toma de decisiones.
- Consolidar el desarrollo de las habilidades de autorregulación emocional en los estudiantes de la escuela de formación policial.
- Diseñar actividades pedagógicas dirigidas al fortalecimiento del control de impulsos y toma de decisiones a través de actividades simuladas.

Estado del arte

Antecedentes internacionales

Las competencias socioemocionales se han convertido en una prioridad en el sistema educativo. Numerosas investigaciones han demostrado que la empatía, el autocontrol y la autorregulación emocional transforman el desempeño académico y profesional del estudiante, debido a que una adecuada habilidad para gestionar la emoción permite responder de forma más reflexiva y adaptable en situaciones complejas.

Estudios internacionales como el de Rojas et al. (2023), en su investigación titulada “Competencias socioemocionales en la educación superior”, manifiestan que las instituciones universitarias están incluyendo en su pedagogía estrategias para la adaptabilidad, la toma de decisiones y la resolución de conflictos, y reconocen que el fortalecimiento de estas habilidades mejora el desempeño académico del estudiante y lo prepara para el mundo profesional.

Bajo esta perspectiva, la publicación hecha por Caipo y Chu (2024), afirman que estas competencias son fundamentales para un adecuado desenvolvimiento social, personal y

profesional, además, su inclusión favorece la autorregulación e inteligencia emocional, lo que permite una adecuada respuesta en escenarios de presión e incertidumbre.

Reyes, et al. (2024), por su parte, realizaron el análisis del impacto de estas habilidades en la toma de decisiones del personal directivo de instituciones educativas, demostrando que el autocontrol, la empatía y la resolución de conflictos mejoran el perfil de liderazgo del funcionario. Estos hallazgos se relacionan con la investigación de Martínez et al. (2024), quienes identificaron que una decisión exitosa depende de saberes técnicos, factores emocionales y personales que permiten analizar la mejor respuesta ante un evento complejo.

Investigaciones realizadas en el contexto policial, han puesto de manifiesto la articulación entre la toma de decisiones y la regulación emocional. Por ejemplo, en Portugal, Carvalho et al. (2024), en su estudio, refieren que los policías que saben controlar sus emociones tienen actuaciones más reflexivas y analíticas, en contraste, la dificultad para gestionar la emoción se traduce en respuestas instintivas e impulsivas en operaciones críticas.

En complemento, Olma et al. (2024), llevaron a cabo la evaluación de una propuesta de entrenamiento policial desarrollada con el objetivo de mejorar la toma de decisiones en escenarios críticos, esta evaluación pone de manifiesto que los ejercicios de simulación bajo escenarios controlados permiten fortalecer la capacidad analítica, logrando tomar decisiones con más claridad en escenarios de tensión y estrés.

Antecedentes nacionales

Las investigaciones colombianas también han puesto su interés en las competencias socioemocionales, identificando su influencia en el bienestar, rendimiento académico y desarrollo íntegro del estudiante.

Primeramente, la investigación realizada por Hernández et al. (2023) sobre la persistencia académica durante la universidad, identificaron que la habilidad para reconocer y gestionar las emociones funciona como un factor de protección, esta destreza no sólo mejora la continuidad de los estudios, sino que blindo al alumno ante las dificultades propias de su formación profesional.

Otro hallazgo importante es el realizado por Santoya et al. (2018), quienes analizaron cómo las habilidades socioemocionales influyen en el éxito universitario, los resultados de este análisis ponen de manifiesto que el perfil emocional fuerte representa mejor desempeño académico y mayor resiliencia ante la frustración, resaltando la necesidad de integral el desarrollo de estas destrezas durante los procesos formativos. En complemento, Cepeda y Mahecha (2022), refieren que la autorregulación influye en factores de personalidad como la responsabilidad y la estabilidad emocional, aspectos que mejoran el desempeño académico y el desarrollo integral del estudiante.

Marco teórico

Sistema Educativo Policial y formación integral

La formación policial en Colombia se fundamenta en el Sistema Educativo Policial (SEP), que define las metodologías, currículos y lineamientos pedagógicos para capacitar al talento humano de la Policía Nacional. Su propósito central es consolidar un modelo basado en competencias, con el fin de promover habilidades, actitudes y los valores que requiere el uniformado para poder responder efectivamente las exigencias propias del servicio de policía (Policía Nacional de Colombia, 2023).

Este enfoque pedagógico prioriza el desarrollo integral, ya que considera al estudiante como un ser multidimensional quien debe tener un equilibrio entre lo ético, lo social y

emocional. Bajo este argumento, la instrucción de los uniformados va más allá de acumular leyes o dominar procedimientos teóricos, la meta real es graduar profesionales capaces de actuar con liderazgo, sensibilidad y un respeto absoluto por los derechos humanos (Policía Nacional de Colombia, 2023).

Para lograrlo, el Sistema Educativo Policial y formación integral adopta enfoques basados en competencias y en el aprendizaje significativo postulado por Ausubel (2002), con el propósito de que el estudiante asuma un rol activo dentro del aula, y construya su conocimiento a partir de simulaciones y vivencias muy cercanas a la realidad del servicio.

Bajo este modelo de desarrollo integral, las competencias socioemocionales ganan un peso estratégico en la escuela de formación policial, respaldada por la literatura científica, como lo es la investigación de Oña et al. (2025) quienes confirman que la empatía, el autocontrol y la toma de decisiones optimizan el desempeño del uniformado, donde el beneficio directo no es solo técnico, sino comunitario: ya que el desarrollo de estas destrezas mejoran drásticamente la interacción diaria del policía con la ciudadanía.

La formación integral que propone el SEP abre el espacio perfecto para integrar estas estrategias pedagógicas, principalmente, priorizar la autorregulación emocional ya que es una herramienta indispensable para garantizar el éxito y la cordura profesional de cualquier policía en servicio.

Autorregulación emocional

Regular las propias emociones es un pilar central para el desarrollo humano, ya que la capacidad de autorregulación implica **reconocer, comprender y canalizar las emociones que** se experimentan a diario, por lo tanto, lejos de ser una teoría, su impacto es práctico: permite

reaccionar con flexibilidad ante entornos hostiles o de alta presión. Según Ruales et al. (2022), esta destreza es la clave detrás del bienestar individual, la convivencia pacífica y el acierto al tomar decisiones.

La literatura científica vincula directamente la autorregulación con la inteligencia emocional., Goleman (1995) señala que este constructo abarca cinco pilares: autoconocimiento, motivación, empatía, habilidades sociales y autocontrol. Para el autor, la capacidad de autorregularse es la herramienta más poderosa, es el freno de mano que permite dominar los impulsos y gestionar con éxito los escenarios de alta presión.

Bisquerra (2022) va más allá al sostener que la educación emocional es la base para desplegar estas competencias. Son estas herramientas las que permiten al estudiante encarar con éxito los desafíos del día a día, por esta razón, el autor defiende que dicho entrenamiento debe ser un proceso permanente, garantizando el crecimiento integral y las destrezas sociales.

A este planteamiento, se suman Berrios y Colque (2022) al definir la autorregulación emocional como la capacidad de gobernar los estados de ánimo de forma consciente, este control permite al individuo acoplarse con éxito a las demandas del entorno, qué, para lograrlo, se debe identificar primeramente la propia emoción y entender su influencia en el comportamiento, de esta forma, podrá aplicar estrategias efectivas ante situaciones que generan estrés, ansiedad, miedo, ira o frustración.

Por lo tanto, en el aula, la autorregulación emocional trasciende el simple control de los estados de ánimo, ya que esta competencia activa procesos cognitivos y conductuales orientados al cumplimiento de metas específicas. En respaldo, Mora et al., (2022) manifiestan que la regulación emocional es el control sobre el pensamiento, el afecto y el comportamiento. Esta

regulación consciente direcciona las acciones hacia un objetivo claro e impulsa el aprendizaje autónomo, la adaptabilidad y la responsabilidad.

Asimismo, **la teoría social cognitiva de Bandura (1986)**, resalta el impacto directo de la autorregulación en la conducta. El autor manifiesta que las personas tienen la capacidad de monitorear, evaluar y guiar su propia acción a través de la autoobservación, la reflexión y autocontrol, donde la gestión emocional es una herramienta importante para el comportamiento y para dar respuesta exitosa a las exigencias del medio.

Para corroborarlo, diferentes estudios han puesto su atención en autorregulación emocional, demostrando que aquellas personas que saben controlar y regular sus emociones presentan una mayor destreza para analizar situaciones completas, tomar decisiones y resolver conflictos, por el contrario, cuando se carece de regulación emocional, las respuestas tienden a ser instintivas e impulsivas, lo que podría afectar el adecuado desempeño (Morawetz & Basten, 2024).

Desde esta perspectiva, la autorregulación emocional en el aula se relaciona directamente con el desempeño académico, el bienestar, la adaptabilidad, mayor nivel de resiliencia y autocontrol para manejar las presiones del día a día, favoreciendo el desarrollo integral del estudiante (Caipo & Chu, 2024).

Durante el proceso de formación policial, la autorregulación emocional adquiere mayor importancia debido a la dinámica propia institucional, donde el uniformado debe estar preparado para responder con éxito las necesidades del servicio, comunicarse adecuadamente con la comunidad y responder de manera eficaz emergencias, crisis o escenarios de alta presión emocional.

Para lograrlo, el Sistema Educativo Policial capacita al personal uniformado para que pueda garantizar respuestas oportunas y alineadas a la normatividad institucional y el respeto por los derechos humanos, donde la autorregulación emocional es una estrategia pedagógica fundamental ya que promueve la toma de decisiones conscientes lo que refuerza la ética profesional del personal policial (Policía Nacional de Colombia, 2023).

Toma de decisiones en la labor policial

La toma de decisiones es proceso cognitivo donde la persona selecciona entre varias opciones una alternativa. Este proceso no es así de simple, ya que requiere analizar la información, evaluar las consecuencias y riesgos que pueden generarse de esa decisión. En el ámbito laboral, estas decisiones influyen de forma directa el cumplimiento de los objetivos institucionales (Martínez et al. 2024).

A nivel educativo, la toma de decisiones se convierte en una competencia transversal que favorece la autonomía, la resolución de problemas y el juicio crítico. Al respecto, Martínez et al. (2024), manifiesta que la elección de la ruta de acción no es una habilidad solamente cognitiva, además, depende de factores personales, sociales y emocionales que influyen en la evaluación de opciones en cada situación.

En el escenario policial, este proceso adquiere un valor fundamental, ya que el servicio de policía expone al uniformado a situaciones complejas que podrían generar inseguridad, estrés y la necesidad de dar una respuesta rápida garantizando los derechos humanos, donde cada elección tiene consecuencias directas tanto para el ciudadano como para la institución. Lo anterior destaca la importancia de que el juicio del uniformado este fundamentado en los principios de legalidad, proporcionalidad, ética y responsabilidad profesional (Policía Nacional de Colombia, 2023).

En respaldo, varios estudios han demostrado que la toma de decisiones no es un acto puramente racional, sino que implica factores como las emociones, las experiencias previas, las creencias individuales y la percepción de riesgo, influyentes en la interpretación de la información y en la selección de la respuesta. De esta forma los procesos cognitivos y emocionales actúan en conjunto al momento de tomar una decisión (Buelow et al., 2023).

En la labor policial, las emociones condicionan directamente el servicio de policía, escenarios que generan miedo, ansiedad, ira o estrés tienen a colapsar el juicio crítico limitando la capacidad de análisis del uniformado, aumentando el riesgo de responder instintivamente o impulsivamente ante una situación de emergencia (Carvalho et al., 2024).

Autorregulación emocional y la toma de decisiones

El vínculo entre la gestión de las emociones y la elección de alternativas es innegable. Las ciencias sociales respaldan este fenómeno al demostrar que decidir no responde a una lógica matemática pura, por el contrario, es el resultado directo de un engranaje entre la mente y el plano afectivo, que permite determinar cómo se procesa la información del entorno, cómo se evalúa y que respuesta elegir ante una situación de crisis (Buelow et al., 2023).

La teoría de la inteligencia emocional propuesta por Goleman (1995) plantea que identificar y regular las propias emociones permite la reflexión antes de actuar y mejora la toma de decisiones, ya que son elegidas de manera consciente y de acuerdo a la realidad, frenando el control de impulsos, permitiendo la evaluación de consecuencias de forma objetiva objetividad.

En complemento, Bandura (1986) manifiesta que las personas tienen la capacidad para regular su propio comportamiento a través de la autoobservación, autorreflexión y autocontrol, aspectos que optimizan las respuestas al verse expuesto en situaciones de crisis.

Este planteamiento está respaldado por diferentes estudios que refieren que las personas con altos niveles de gestión emocional demuestran una mayor lucidez al analizar entornos complejos, pues mitigan los impulsos y eligen la alternativa más adecuada para cada caso. En cambio, las personas con dificultades en esta capacidad, tienen a tomar decisiones de manera acelerada, sin análisis previo, lo que lleva a respuestas impulsivas (Carvalho et al., 2024).

En los procesos de formación, la autorregulación emocional es fundamental en la consolidación de la resolución de conflictos, el pensamiento crítico y la toma de decisiones, Hernández et al. (2023), afirman que el estudiante que tiene competencias emocionales sólidas tiene una mayor capacidad de adaptación y de autocontrol, permitiéndoles responder con éxito ante situaciones desafiantes.

En el contexto de la Policía Nacional, la autorregulación emocional resulta fundamental para un adecuado desempeño policial, teniendo en cuenta, que los uniformados deben realizar patrullas en lugares hostiles, que exigen estar atentos y responder de manera eficaz alguna eventualidad. En respuesta, el Sistema Educativo Policial tiene la misión formar futuros profesionales íntegros, donde estrategias pedagógicas de autocontrol en el aula, mejora el pensamiento crítico y permite responder con madurez ante las adversidades del servicio (Policía Nacional de Colombia, 2023).

Propuesta pedagógica

Nombre de la propuesta

Decidir con Inteligencia: Estrategia pedagógica basada en la autorregulación emocional para optimizar la toma de decisiones en estudiantes de formación para Patrulleros de Policía.

Objetivos de la propuesta

Mejorar la toma de decisiones de los estudiantes pertenecientes a la Escuela Nacional de Carabineros “Alfonso López Pumarejo”. A través del fortalecimiento de habilidades de autorregulación emocional, a partir de la implementación de estrategias pedagógicas basadas en la simulación de escenarios reales del servicio de policía.

Descripción de la propuesta

La presente propuesta pedagógica responde a las necesidades operativas que fueron detectadas durante el proceso de formación dentro de la escuela policial y que fueron respaldadas por la encuesta diagnóstica aplicada a una muestra de estudiantes, los hallazgos sugieren fortalecer las competencias socioemocionales, con el fin de promover un mayor análisis, autocontrol y respuestas efectivas en situaciones de crisis durante la dinámica institucional.

El diseño de esta propuesta está fundamentada en los principios de la educación socioemocional, el modelo significativo y el aprendizaje experiencial, ya que plantean que las emociones influyen la manera en cómo el ser humano interpreta la realidad y selecciona las acciones para enfrentarla. Por tanto, los escenarios simulados cercanos a la realidad policial, permiten que el estudiante se enfrente a situaciones estresantes y tome decisiones bajo la normatividad institucional y aplique las estrategias de autocontrol que han sido entrenadas con anterioridad.

Para finalizar, esta propuesta pedagógica se fundamenta en las metodologías activas e innovadoras, principalmente el aprendizaje experiencial a través de la simulación de escenarios, que favorecen la reflexión, el aprendizaje significativo y la activa participación del estudiante.

Componente de la estrategia

1. Reconocimiento emocional

El objetivo de este componente es que el estudiante pueda identificar y comprender sus emociones dentro de las dinámicas del servicio de policía. Este reconocimiento es el primer paso para fortalecer la autorregulación y mejorar la toma de decisiones.

2. Control de impulsos

Este componente tiene como propósito mejorar la gestión de las reacciones afectivas del alumno ante entornos de alta exigencia, con el fin de evitar las respuestas impulsivas del estudiante.

3. Regulación emocional en acción

Este componente representa el eje fundamental de esta propuesta pedagógica, el cual será desarrollado a través de la simulación de escenarios similares a los del servicio de policía, permitiendo que los estudiantes apliquen en estas actividades las habilidades de autocontrol que fueron adquiridas en los componentes previamente. De esta manera se realizarán actividades de simulaciones operativas, rele play y análisis de casos reales del servicio. El fin es que el alumno identifique sus emociones en tiempo real y ejecute decisiones tácticas ajustadas a la normatividad institucional y al respeto por los derechos humanos (Policía Nacional de Colombia, 2023).

Implementación de la propuesta

El desarrollo de esta propuesta “Decidir con Inteligencia: Estrategia pedagógica basada en la autorregulación emocional para optimizar la toma de decisiones en estudiantes de formación para Patrulleros de Policía” se hará en la Escuela Nacional de Carabineros “Alfonso

López Pumarejo”, de forma progresiva a los procesos de formación institucional, a través del desarrollo de actividades teórico-prácticas encaminadas al fortalecimiento de la autorregulación emocional y toma de decisiones, a través de experiencias que favorecen la participación, la reflexión y aplicación de estrategias para el autocontrol.

A continuación, se presenta el desarrollo de los tres componentes de esta propuesta, que serán abordadas secuencialmente con el fin de que el estudiante identifique sus emociones y cómo estas influyen en el comportamiento, con la finalidad de dar respuestas éticas, reflexivas y adecuadas para el rol institucional.

Tabla 3.

Metodología de desarrollo de las actividades de la propuesta pedagógica

Componente	Actividades	Tiempo estimado	Recursos	Responsables	evidencia
Reconocimiento emocional	Análisis de casos	2 semanas	Guías pedagógicas	Docentes e instructores de la escuela de formación.	Registros reflexivos
	Visualización de videos		Material audiovisual		Participación en las actividades
	Identificación de emociones en situaciones propias del servicio de policía		Formatos de reflexión		Análisis de casos
	Elaboración de registros reflexivos		Estudios de caso		
Control de impulsos	Talleres prácticos sobre respiración consciente	2 semanas	Guías de trabajo	Docentes e instructores de la escuela de formación.	Lista de chequeo
	Pausas reflexivas		Formatos de autoevaluación		Ejercicios prácticos

	Ejercicios de autocontrol y resolución de situaciones problemáticas		Escenarios de análisis		Propuestas de solución de casos
Regulación emocional en acción	Simulaciones operativas	4 semanas	Escenarios simulados	Docentes e instructores de la escuela de formación.	Desempeño en las simulaciones
	Ejercicios de role play		Guías de observación		Participación en los ejercicios
	Análisis de casos reales para la toma de decisiones bajo presión		Casos reales		
			Recursos audiovisuales		Reflexión final sobre la toma de decisiones

Nota. Elaboración propia (2026).

Esta metodología responde a los fundamentos del aprendizaje experiencial y el modelo educativo socioemocional, que buscan fortalecer la participación activa y el desarrollo del aprendizaje significativo a partir de la reflexión y experiencias. Para lograrlo, esta estrategia se realizará de manera progresiva, permitiendo que los estudiantes de manera paulatina avancen en el reconocimiento de su propia emoción y puedan aplicar estrategias para autorregular sus emociones al ser expuestos a situaciones propias de su labor policial y favorezca la toma de decisiones.

Cronograma de implementación

Para llevar a cabo la correcta ejecución de esta propuesta pedagógica, a continuación, se presenta el cronograma que organiza secuencialmente los componentes, las actividades planificadas y la evaluación y seguimiento de la propuesta.

Tabla 4.*Cronograma*

Fase	Actividades principales	Tiempo estimado
Diagnostico	Aplicación y análisis de las encuestas diagnosticas a estudiantes, docentes e instructores	1 semana
Componente 1. Reconocimiento	Análisis de casos Identificación de emociones Registros reflexivos	2 semanas
Componente 2. Control de impulsos	Talleres prácticos Ejercicios de autocontrol y resolución de situaciones problemáticas	2 semanas
Componente 3. Regulación emocional en acción	Simulaciones operativas Role play Análisis de casos reales del servicio policial	4 semanas
Evaluación y seguimiento	Autoevaluación Coevaluación Heteroevaluación Retroalimentación de la propuesta	Permanente durante la implementación y una semana de cierre.

Nota. Elaboración propia (2026).

Estrategia de evaluación y seguimiento

La evaluación de esta propuesta pedagógica se lleva a cabo bajo un enfoque formativo y continuo, priorizando el progreso de los estudiantes en habilidades de autorregulación emocional y su influencia en la toma de decisiones. De esta manera, la evaluación de la propuesta no está enfocada solamente en los resultados, sino en la participación del estudiante, la reflexión y la aplicación de estrategias de autorregulación frente a las actividades planificadas.

Para garantizar la objetividad del proceso de seguimiento, se realizará una triangulación que integra tres mecanismos de evaluación independientes:

- **Autoevaluación:** es un espacio donde le propio estudiante examina y reconoce sus fortalezas individuales y sus dificultades emocionales que aún persisten ante actividades de decisión en escenarios en crisis.
- **Coevaluación:** permite la retroalimentación constructiva entre compañeros, estimulando el aprendizaje colaborativo y el reconocimiento de distintas perspectivas ante un escenario.
- **Heteroevaluación:** técnica que está a cargo de los docentes e instructores, fundamentado en la observación sistemática y el registro detallado del desempeño comportamental del estudiante durante las actividades de simulación.

Para realizar el seguimiento se emplearán:

- Registros reflexivos
- Guías de observación
- Listas de chequeo
- Guías observacionales
- Ejercicios de análisis de casos
- Espacios de retroalimentación al finalizar cada componente con el fin de mejorar los procesos de aprendizaje y fortalecer el proceso de mejora continua.

Indicadores de logro

Con el fin de evaluar el alcance de esta propuesta pedagógica, se determinan los siguientes indicadores de logro, encaminados a la identificación de los avances del estudiante frente al reconocimiento de sus emociones y la toma de decisiones en situaciones de presión.

Tabla 5.*Indicadores de logro de la propuesta pedagógica*

Objetivo específico	Indicador de logro	Criterio de seguimiento	Evidencia
Identificar las dificultades que presentan los estudiantes de la escuela de formación policial respecto a la autorregulación emocional durante la toma de decisiones	El estudiante reconoce las emociones que experimenta en situaciones de presión y analiza su influencia en el comportamiento y a toma de decisiones	Participación en actividades de reconocimiento emocional y ejercicios reflexivos	- Registros reflexivos - Análisis de casos
Consolidar el desarrollo de las habilidades de autorregulación emocional en los estudiantes	El estudiante aplica estrategias de autocontrol y regulación emocional ante situaciones que generan estrés, frustración o presión emocional	Participación en talleres y actividades de entrenamiento emocional	- Listas de chequeo - Ejercicios prácticos - Autoevaluaciones
Diseñar actividades pedagógicas dirigidas al fortalecimiento del control de impulsos y toma de decisiones a través de actividades de simulación	El estudiante toma decisiones más reflexivas y ajustadas a la normatividad institucional durante las simulaciones y ejercicios prácticos	Desempeño en escenarios simulados y aplicación de estrategias de autorregulación emocional	- Guías de observación - Rúbricas - Ejercicios de simulación

Nota. Elaboración propia (2026).

Resultados esperados

El desarrollo de esta propuesta pedagógica “Decidir con Inteligencia: Estrategia pedagógica basada en la autorregulación emocional para optimizar la toma de decisiones en estudiantes de formación para Patrulleros de Policía”, contribuye al fortalecimiento de las competencias socioemocionales de los estudiantes de la escuela de formación policial, especialmente la regulación emocional en escenarios críticos.

Se espera con los resultados de esta propuesta que el estudiante adquiera una mayor capacidad de identificación de sus estados emocionales presentes en situaciones estresantes, como el conflicto, la incertidumbre o miedo, y comprenda como estos influyen directamente en sus procedimiento y toma de decisiones. Además, se pretende fortalecer las habilidades de autocontrol con el fin de reducir las respuestas impulsivas y aumentar respuestas reflexivas ante las novedades que pueden encontrar en el cumplimiento de sus funciones policiales.

Asimismo, se prevé que la participación del estudiante en actividades simuladas, el análisis de casos y los ejercicios reflexivos favorezcan el desarrollo del pensamiento crítico, resolución de conflictos y mejore el análisis de las alternativas antes de tomar una decisión, siempre, bajo la ética, la normatividad y la responsabilidad.

Por último, se espera que esta propuesta sea un aporte al fortalecimiento de la calidad educativa y la formación integral promovida por el SEP, al implementar estrategias educativas direccionadas al desarrollo de las competencias socioemocionales como complemento al currículo educativo del personal uniformado, entregando a la comunidad policías con mayor capacidad de autocontrol, adaptación y toma de decisiones.

Conclusiones

En conclusión, la revisión de la literatura y el diagnóstico, permitió identificar que la toma de decisiones dentro del proceso de formación policial no está determinada únicamente por el conocimiento teórico y normativo, ya que esta habilidad está condicionada por aspectos emocionales que podrían afectar el juicio, el autocontrol y las respuestas ante situaciones de alta presión. De esta manera, a partir de estos hallazgos se evidenció la necesidad de fortalecer las competencias socioemocionales, principalmente la regulación emocional, con el fin de lograr un desarrollo integral en el proceso de formación policial.

Los resultados obtenidos en la encuesta diagnóstica, permitieron identificar que existen escenarios de alta presión relacionadas con el estrés académico, la adaptación institucional, la exigencia física, el distanciamiento familiar y la convivencia, asimismo, los docentes e instructores participantes de la encuesta, identifican dificultades relacionadas a la ansiedad, estrés y las respuestas impulsivas ante actividades prácticas de formación, estas fallencias fundamentan la importancia de esta propuesta pedagógica.

Finalmente, la implementación de esta estrategia constituye una oportunidad para fortalecer el proceso de formación policial promovido por el Sistema Educativo Policial, se espera que los resultados obtenidos en la ejecución de esta propuesta mejoren la formación de los futuros policías, con mayor capacidad de adaptación, autocontrol y toma de decisiones, alineada a la ética policial, la normativa y el respeto por los derechos humanos.

Referencias

- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*.
https://www.academia.edu/3797435/BANDURA_Social_Cognitive_Theory_Taduccion
- Berrios, E., & Colque, M. (2022). *Autorregulación emocional en las estudiantes de I ciclo del Programa de Estudios de Educación Inicial de la EESPP “José Jiménez Borja” Tacna, 2022*. Escuela de educación superior pedagógica pública “José Jiménez Borja”.
<https://share.google/NX1uz1O62IoJAKSTX>
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Editorial Síntesis.
<https://dmc2vm44yioo9.cloudfront.net/8fc31fed-4e7b-4771-af95-bd2dd9b21f4e.pdf>
- Buelow, M., Moore, S., Kowalsky, J., & Okdie, B. (2023). *Cognitive chicken or the emotional egg? How reconceptualizing decision-making by integrating cognition and emotion can improve task psychometrics and clinical utility*. *Frontiers in Psychology*. 14:1254179.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1254179>
- Caipo, L., & Chu, L. (2024). *Perspectivas históricas de las competencias socioemocionales en la Educación Superior: Un análisis crítico e interdisciplinario*. *Clío, revista de historia, ciencias humanas y pensamiento crítico*. 4(8), 105-116.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9632905>
- Carvalho, C., Pinto, A., Pinedo, B., Oliveira, S., Guedes, S. M., Carlotto, M. S., & Coelho de Moura, R. (2024). *Exploring the Relationship between Decision-Making Styles and Emotion Regulation: A Study of Police Officials in Portuguese Public Security*. *Social sciences*, 13(10), 544. <https://doi.org/10.3390/socsci13100544>

Cepeda, D., & Mahecha, J. (2022). *Autorregulación del aprendizaje y rasgos de personalidad en estudiantes universitarios*. Revista Innova Educación, 4(3).

<https://doi.org/10.35622/j.rie.2022.03.005>

Cortés, D., Delgado, C., Ortiz, M., Pico, J., Pulido, G., & Rodríguez, L. (2024). *El rol de los rasgos de personalidad y las habilidades socioemocionales en las competencias académicas: el caso de la educación superior en Colombia*. Revista de Economía del Rosario. 27(1), PP. 1-44.

<https://revistas.urosario.edu.co/index.php/economia/article/view/15191/13417>

Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Bantam Books.

<https://donainfo.wordpress.com/wp-content/uploads/2017/09/emotional-intelligence-daniel-goleman.pdf>

Hernández, B., & García, L. (2023). *Persistencia académica en estudiantes universitarios: ¿cómo se manifiesta la autoeficacia emocional?* Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 20(3), pp. 1-25.

<https://revistaumanizales.cinde.org.co/rllcsnj/index.php/Revista-Latinoamericana/article/view/4975/1153>

Martínez, P., González, N., González, C., & Pérez, J. (2024). *La toma de decisiones en Educación Superior. Análisis de competencias transversales*. Profesorado Revista de currículum y formación del profesorado. 28(1).

<https://doi.org/10.30827/profesorado.v28i1.28001>

- Mora, E., Mur, Y., & Fernández, T. (2022). *Formar en la autorregulación de aprendizaje para una vida social sana [1]*. Revista electrónica en educación y pedagogía, 8(14), pp. 190-204. <https://www.redalyc.org/journal/5739/573979875016/html/>
- Morawetz, C., & Basten, U. (2024). *Neural underpinnings of individual differences in emotion regulation: A systematic review*. Neuroscience & Biobehavioral Reviews, 162, 105727. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2024.105727>
- Olma, J., Sutter, C., & Sülzenbrück, S. (2024) *When failure is not an option: a police firearms training concept for improving decision-making in shoot/don't shoot scenarios*. Frontiers in Psychology. <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2024.1335892/full>
- Oña, C., Alajo, G., Yanqui, N., & Villa, M. (2025). *La educación socioemocional como estrategia para el desarrollo integral en los estudiantes del sistema educativo*. Ciencia Latina Revista científica multidisciplinar, 9(3). https://www.researchgate.net/publication/393546208_La_educacion_socioemocional_como_estrategia_para_el_desarrollo_integral_en_los_estudiantes_del_sistema_educativo
- Paredes, A. (2025). *Análisis de los componentes de la inteligencia emocional en el ámbito educativo: aportes de Daniel Goleman y Rafael Bisquerra*. PsyEduca, International Journal of Educational Psychology and Guidance, 1(2), 45–60. <https://doi.org/10.64747/psyeduca.v1i2.10>
- Policía Nacional de Colombia. (2023). *Sistema Educativo Policial (SEP)*. <https://www.policia.gov.co>

REDEM. (2024). *La importancia de la inteligencia emocional en la educación.*

<https://www.redem.org/la-importancia-de-la-inteligencia-emocional-en-la-educacion/>

Reyes, M., Figueroa, M., Moreira, Z., Garcés, V., Zambrano, M., & Casagualpa, M. (2024).

Incidencia de las competencias socioemocionales en la toma de decisiones participativa de los directivos educativos. Revista científica Tsafiki, 1(2).

<https://doi.org/10.70577/yfk9xs15>

Rojas, S., Etchart, J., Cárdenas, W., & Herencia, V. (2023). *Competencias socioemocionales en la educación superior.* Universidad, Ciencia y Tecnología, 27(119), pp. 72-80.

<https://doi.org/10.47460/uct.v27i119.708>

Ruales, R., Lucero, S., & Gómez, Á. (2022). *La autorregulación emocional desde una perspectiva educativa.* Revista Fedumar, 9(1).

<https://revistas.umariana.edu.co/index.php/fedumar/article/view/3120>

Santoya, y., Garcés, M., & Tezón, M. (2018). *Las emociones en la vida universitaria: análisis de la relación entre autoconocimiento emocional y autorregulación emocional en adolescentes y jóvenes universitarios.* Psicogente, 21(40), pp. 422-439.

<https://doi.org/10.17081/psico.21.40.3081>

Anexo A

Encuesta diagnóstica a docentes e instructores de formación policial

Encuesta diagnóstica sobre autorregulación emocional y toma de decisiones en estudiantes de formación policial

Estimado(a) docente:

La presente encuesta tiene como finalidad recopilar información para identificar necesidades relacionadas con la autorregulación emocional y la toma de decisiones en estudiantes de formación policial de la Escuela Nacional de Carabineros Alfonso López Pumarejo.

La información suministrada será utilizada exclusivamente con fines académicos para el desarrollo de una propuesta pedagógica en el marco de la Especialización en Liderazgo e Innovación Educativa de la Universidad Santo Tomás.

La participación es voluntaria y las respuestas serán tratadas de manera confidencial y anónima.

Agradezco su valiosa colaboración.

** Indica que la pregunta es obligatoria*

1. ¿Acepta participar voluntariamente en esta encuesta? *

Marca solo un óvalo.

☐ Sí, acepto participar.

☐ No acepto participar.

Información general

Percepción sobre la autorregulación emocional y la toma de decisiones

A continuación, indique su nivel de acuerdo con las siguientes afirmaciones relacionadas con la autorregulación emocional y la toma de decisiones en los estudiantes de formación policial.

Reconocimiento emocional

4. 1. Los estudiantes identifican adecuadamente sus emociones en situaciones de presión.

Marca solo un óvalo.

- ☐ De acuerdo
- ☐ Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- ☐ En desacuerdo

5. 2. Los estudiantes reconocen cómo sus emociones influyen en su comportamiento y desempeño.

Marca solo un óvalo.

- ☐ De acuerdo
- ☐ Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- ☐ En desacuerdo

Control de impulsos

6. 3. Los estudiantes logran controlar sus reacciones emocionales ante situaciones frustrantes o conflictivas.

Marca solo un óvalo.

- ☐ De acuerdo
- ☐ Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- ☐ En desacuerdo

7. 4. He observado comportamientos impulsivos en algunos estudiantes durante actividades académicas o simulaciones.

Marca solo un óvalo.

- ☐ De acuerdo
- ☐ Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- ☐ En desacuerdo

Toma de decisiones

8. 5. Los estudiantes analizan diferentes alternativas antes de tomar una decisión.

Marca solo un óvalo.

- ☐ De acuerdo
- ☐ Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- ☐ En desacuerdo

9. 6. El estrés o la presión emocional afectan la calidad de las decisiones tomadas por algunos estudiantes.

Marca solo un óvalo.

- ☐ De acuerdo
- ☐ Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- ☐ En desacuerdo

10. 7. Los estudiantes mantienen criterios objetivos al tomar decisiones en situaciones complejas.

Marca solo un óvalo.

- ☐ De acuerdo
- ☐ Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- ☐ En desacuerdo

Necesidad de intervención

11. 8. Considero necesario fortalecer la autorregulación emocional dentro del proceso de formación policial.

Marca solo un óvalo.

- ☐ De acuerdo
- ☐ Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- ☐ En desacuerdo

12. Una estrategia pedagógica enfocada en la autorregulación emocional contribuiría a mejorar la toma de decisiones de los estudiantes.

Marca solo un óvalo.

- ☐ De acuerdo
- ☐ Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- ☐ En desacuerdo

Pregunta abierta

13. 10. Desde su experiencia como docente o instructor, ¿qué situaciones evidencian mayores dificultades emocionales o de toma de decisiones en los estudiantes de formación policial?

Google no creó ni aprobó este contenido.

Google Formularios

Anexo B

Encuesta diagnóstica a estudiantes de policial

Encuesta diagnóstica sobre autorregulación emocional y toma de decisiones en estudiantes de formación policial

Estimado(a) estudiante:

La presente encuesta tiene como propósito identificar aspectos relacionados con la autorregulación emocional y la toma de decisiones durante el proceso de formación policial.

La información recolectada será utilizada exclusivamente con fines académicos para el diseño de una propuesta pedagógica en el marco de la Especialización en Liderazgo e Innovación Educativa de la Universidad Santo Tomás.

La participación es voluntaria y las respuestas serán anónimas y confidenciales.

Agradezco su colaboración.

** Indica que la pregunta es obligatoria*

Consentimiento informado

1. ¿Acepta participar voluntariamente en esta encuesta? *

Marca solo un óvalo.

☐ Sí, acepto participar.

☐ No acepto participar.

Información general

Reconocimiento emocional

4. 3. Identifico fácilmente las emociones que experimento en situaciones de presión.

Marca solo un óvalo.

- ☐ De acuerdo
- ☐ Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- ☐ En desacuerdo

5. 4. Reconozco que mis emociones pueden influir en mis decisiones y comportamientos.

Marca solo un óvalo.

- ☐ De acuerdo
- ☐ Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- ☐ En desacuerdo

Control de impulsos

6. 5. Logro controlar mis reacciones emocionales cuando enfrento situaciones difíciles o frustrantes.

Marca solo un óvalo.

- ☐ De acuerdo
- ☐ Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- ☐ En desacuerdo

7. 6. Evito actuar impulsivamente cuando me siento molesto(a), estresado(a) o bajo presión.

Marca solo un óvalo.

- ☐ De acuerdo
- ☐ Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- ☐ En desacuerdo

Toma de decisiones

8. 7. Antes de tomar una decisión, analizo las posibles consecuencias de mis acciones.

Marca solo un óvalo.

- ☐ De acuerdo
- ☐ Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- ☐ En desacuerdo

9. 8. Me siento preparado(a) para tomar decisiones adecuadas en situaciones de presión.

Marca solo un óvalo.

- ☐ De acuerdo
- ☐ Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- ☐ En desacuerdo

10. 9. Considero que el estrés puede afectar la calidad de mis decisiones.

Marca solo un óvalo.

- ☐ De acuerdo
- ☐ Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- ☐ En desacuerdo

Necesidad de fortalecimiento

11. 10. Considero importante fortalecer habilidades relacionadas con la autorregulación emocional durante la formación policial.

Marca solo un óvalo.

- ☐ De acuerdo
- ☐ Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- ☐ En desacuerdo

12. 11. Me gustaría participar en actividades orientadas al fortalecimiento de la autorregulación emocional y la toma de decisiones.

Marca solo un óvalo.

- ☐ De acuerdo
- ☐ Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- ☐ En desacuerdo

Pregunta abierta

13. 12. ¿Qué situaciones generan mayor presión emocional o dificultad para tomar decisiones durante su proceso de formación policial?

Google no creó ni aprobó este contenido.

Google Formularios