

LA EDUCACIÓN EMOCIONAL COMO BASE DE LOS PROCESOS EDUCATIVOS **EMOTIONAL EDUCATION AS THE BASIS OF EDUCATIONAL PROCESSES**

Autor: ¹Mariuxi Alexandra Tuquinga Cercado.

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-2508-4381>

¹E-mail de contacto: mtuquingac@unemi.edu.ec

Afiliación:^{1*}Universidad Estatal de Milagro, (Ecuador).

Artículo recibido: 21 de Octubre del 2024

Artículo revisado: 1 de Noviembre del 2024

Artículo aprobado: 17 de Diciembre del 2024

¹Licenciada en Ciencias de la Educación mención Educación Básica egresada de la Universidad Estatal de Milagro, (Ecuador). Magister en Gestión Educativa otorgado por la Universidad Espíritu Santo, (Ecuador).

Resumen

La educación emocional constituye un pilar fundamental en los procesos educativos, contribuyendo significativamente al desarrollo integral de los estudiantes. Este artículo explora las estrategias pedagógicas, los beneficios y las barreras asociadas con la implementación de la educación emocional en contextos escolares, a partir de una revisión sistemática de literatura reciente. Entre las estrategias más efectivas se encuentran la enseñanza explícita de competencias emocionales, el uso de dinámicas grupales y la integración de herramientas tecnológicas, las cuales han demostrado mejorar habilidades esenciales como la conciencia emocional, la regulación de emociones, la empatía y las habilidades sociales. Estas prácticas no solo fomentan un ambiente escolar positivo, sino que también impactan de manera significativa en el rendimiento académico, la motivación intrínseca y el bienestar general de los estudiantes. Sin embargo, su implementación enfrenta desafíos importantes, como la falta de formación docente, la resistencia al cambio y la percepción de que las competencias emocionales son complementarias y no esenciales. Estas barreras limitan la integración efectiva de la educación emocional en los currículos escolares y evidencian la necesidad de políticas inclusivas que prioricen la formación docente, la sensibilización de la comunidad educativa y la asignación de recursos adecuados. Los hallazgos destacan que la educación emocional no solo beneficia a los estudiantes durante su etapa escolar, sino que también tiene un impacto duradero en su

vida personal y profesional, contribuyendo a formar ciudadanos más empáticos, resilientes e inclusivos. La educación emocional, por tanto, debe considerarse un componente esencial en los sistemas educativos para afrontar los desafíos del siglo XXI.

Palabras clave: Educación emocional, Desarrollo integral, Procesos educativos.

Abstract

Emotional education is a fundamental pillar in educational processes, contributing significantly to the comprehensive development of students. This article explores the pedagogical strategies, benefits, and barriers associated with the implementation of emotional education in school contexts, based on a systematic review of recent literature. Among the most effective strategies are the explicit teaching of emotional competencies, the use of group dynamics, and the integration of technological tools, which have been shown to improve essential skills such as emotional awareness, emotion regulation, empathy, and social skills. These practices not only foster a positive school environment, but also significantly impact academic performance, intrinsic motivation, and the general well-being of students. However, their implementation faces significant challenges, such as a lack of teacher training, resistance to change, and the perception that emotional competencies are complementary and not essential. These barriers limit the effective integration of emotional education into school curricula and highlight the need for inclusive policies that prioritize teacher training, raising awareness among the educational community, and

allocating adequate resources. The findings highlight that emotional education not only benefits students during their school years, but also has a lasting impact on their personal and professional lives, contributing to the development of more empathetic, resilient, and inclusive citizens. Emotional education, therefore, must be considered an essential component in educational systems to meet the challenges of the 21st century.

Keywords: Emotional education, Comprehensive development, Educational processes.

Sumário

A educação emocional constitui um pilar fundamental nos processos educativos, contribuindo significativamente para o desenvolvimento integral dos alunos. Este artigo explora as estratégias pedagógicas, os benefícios e as barreiras associadas à implementação da educação emocional em contextos escolares, com base numa revisão sistemática da literatura recente. Entre as estratégias mais eficazes estão o ensino explícito de competências emocionais, a utilização de dinâmicas de grupo e a integração de ferramentas tecnológicas, que demonstraram melhorar competências essenciais como consciência emocional, regulação emocional, empatia e competências sociais. Estas práticas não só promovem um clima escolar positivo, mas também têm um impacto significativo no desempenho académico, na motivação intrínseca e no bem-estar geral dos alunos. No entanto, a sua implementação enfrenta desafios importantes, como a falta de formação de professores, a resistência à mudança e a percepção de que as competências emocionais são complementares e não essenciais. Estas barreiras limitam a integração efetiva da educação emocional nos currículos escolares e demonstram a necessidade de políticas inclusivas que priorizem a formação de professores, a sensibilização da comunidade educativa e a atribuição de recursos adequados. As conclusões destacam que a educação emocional não só beneficia os alunos durante

os anos escolares, mas também tem um impacto duradouro na sua vida pessoal e profissional, contribuindo para a formação de cidadãos mais empáticos, resilientes e inclusivos. A educação emocional, portanto, deve ser considerada um componente essencial nos sistemas educacionais para enfrentar os desafios do século XXI.

Palavras-chave: Educação emocional, Desenvolvimento integral, Processos educativos.

Introducción

La educación emocional ha emergido como un eje central en los procesos educativos contemporáneos, consolidándose como una herramienta esencial para el desarrollo integral de los estudiantes. Bisquerra (Costa, C., Palma, X., & Salgado, C., 2021) define la educación emocional como un proceso formativo que busca el desarrollo de competencias emocionales, las cuales permiten a los individuos comprender y gestionar sus emociones, establecer relaciones interpersonales positivas, tomar decisiones responsables y afrontar los desafíos cotidianos con mayor resiliencia. Este enfoque no solo mejora el bienestar emocional de los estudiantes, sino que también potencia el aprendizaje cognitivo y social, elementos indispensables en una formación integral. En un mundo cada vez más globalizado y competitivo, las competencias emocionales han adquirido una importancia creciente, siendo consideradas fundamentales para superar los retos académicos, sociales y profesionales que caracterizan la vida contemporánea.

Numerosos estudios han destacado que la educación emocional influye directamente en el rendimiento académico y en las habilidades sociales de los estudiantes. Goleman (Rodríguez, 2024) subraya que la inteligencia emocional, definida como la capacidad para reconocer, comprender y gestionar las

emociones propias y las de los demás, tiene un impacto igual o incluso superior al de las habilidades cognitivas tradicionales en el éxito educativo y profesional. Sin embargo, a pesar de la evidencia que respalda su relevancia, la implementación de programas de educación emocional en los sistemas educativos enfrenta desafíos significativos. Entre ellos se encuentran la falta de formación docente en competencias socioemocionales, la resistencia al cambio en algunas instituciones y la percepción errónea de que estas habilidades son complementarias y no esenciales. Esta brecha entre la importancia teórica de la educación emocional y su aplicación práctica evidencia la necesidad de desarrollar políticas y programas que faciliten su integración sistemática en los currículos escolares.

La educación emocional no solo impacta el desempeño académico de los estudiantes, sino que también contribuye de manera significativa al desarrollo de habilidades sociales fundamentales. Según Pérez y Gómez (Quintero, 2024), los estudiantes que desarrollan competencias emocionales tienden a establecer relaciones interpersonales más positivas, resolver conflictos de manera efectiva y manejar situaciones estresantes con mayor resiliencia. Estas habilidades son particularmente relevantes en el contexto escolar, donde los niños y adolescentes enfrentan constantes desafíos sociales y emocionales que pueden influir en su capacidad para aprender y relacionarse con sus pares. No obstante, a pesar de su importancia, muchas escuelas carecen de programas sistemáticos que integren la educación emocional como parte del currículo formal, limitando su alcance y efectividad en la vida diaria de los estudiantes.

El concepto de educación emocional está intrínsecamente relacionado con la creación de

entornos de aprendizaje seguros y positivos. Ryan y Deci (Ureña, R., & Peralta, S., 2023) argumentan que las emociones juegan un papel central en la motivación intrínseca y en la capacidad de los estudiantes para comprometerse activamente con las actividades educativas. Un ambiente educativo que promueva la empatía, el respeto y la comprensión emocional no solo mejora el clima escolar, sino que también fortalece la confianza de los estudiantes en sus propias capacidades. Esta confianza es esencial para fomentar la participación activa en el aprendizaje y para promover una visión positiva de sí mismos como aprendices competentes. Los docentes desempeñan un papel crucial en este proceso, ya que sus actitudes y prácticas tienen un impacto directo en el desarrollo emocional de sus estudiantes.

A nivel institucional, la implementación de programas de educación emocional requiere una planificación integral que abarque tanto el desarrollo profesional de los docentes como la incorporación de estrategias pedagógicas innovadoras. Fernández-Berrocal y Extremera (Berastegui, J., de la Caba, M., & Pérez, N., 2024) destacan que las instituciones educativas que han integrado la educación emocional en sus programas reportan mejoras significativas en la convivencia escolar, el rendimiento académico y el bienestar general de sus estudiantes. Sin embargo, estas experiencias exitosas contrastan con la realidad de muchas instituciones que, debido a la falta de recursos o a la ausencia de políticas educativas claras, no logran implementar este enfoque de manera efectiva. Este contraste pone de manifiesto la necesidad de un compromiso más sólido por parte de los sistemas educativos para garantizar que todos los estudiantes tengan acceso a una educación emocional de calidad.

La transformación de los sistemas educativos para incluir la educación emocional como una prioridad no es solo un desafío pedagógico, sino también una oportunidad para abordar desigualdades estructurales que limitan el acceso a una formación integral. Según la UNESCO (Proaño, A., Flores, V., Guerra, J., & Núñez, A., 2024), la incorporación de la educación emocional en los currículos escolares tiene el potencial de reducir las brechas de desigualdad, fomentar el respeto por la diversidad y promover sociedades más empáticas, inclusivas y resilientes. Este enfoque no solo beneficia a los estudiantes, sino también a las comunidades en general, al formar ciudadanos capaces de contribuir de manera constructiva a sus entornos sociales y laborales.

El propósito de este artículo es analizar la educación emocional como base de los procesos educativos, destacando su papel fundamental en el desarrollo integral de los estudiantes. A través de una revisión sistemática de literatura científica, se pretende identificar las estrategias más efectivas para implementar la educación emocional en los sistemas educativos, así como los beneficios asociados y las barreras que limitan su aplicación. Este enfoque no solo permite una comprensión más profunda del tema, sino que también proporciona herramientas prácticas para docentes, instituciones educativas y responsables de políticas públicas interesados en integrar este componente esencial en los currículos escolares.

Este estudio aborda preguntas clave, como: ¿qué estrategias son más efectivas para implementar la educación emocional en los procesos educativos? ¿Cómo impactan estas estrategias en el rendimiento académico, el bienestar emocional y las habilidades sociales de los estudiantes? ¿Cuáles son las barreras más

comunes que dificultan su integración y cómo pueden superarse? Estas interrogantes son esenciales para construir un marco teórico y práctico que guíe la implementación de programas de educación emocional en contextos educativos diversos, respondiendo a las necesidades específicas de cada comunidad.

La educación emocional no debe ser vista como un complemento opcional en los currículos escolares, sino como un pilar fundamental que sustenta los procesos de aprendizaje y el desarrollo integral de los estudiantes. En un contexto global donde las competencias emocionales son cada vez más valoradas, integrar este enfoque de manera sistemática es una inversión en el futuro de los estudiantes. Al hacerlo, no solo se prepara a las nuevas generaciones para enfrentar los desafíos de la vida con mayor resiliencia y empatía, sino que también se promueve una educación más equitativa, inclusiva y alineada con las demandas del siglo XXI.

Desarrollo

La educación emocional se define como un proceso educativo integral que busca el desarrollo de competencias emocionales necesarias para la comprensión, expresión y regulación de las emociones. Bisquerra (Costa, C., Palma, X., & Salgado, C., 2021) señala que estas competencias no solo promueven el bienestar personal, sino que también fortalecen las relaciones interpersonales y mejoran la capacidad de adaptación a diferentes contextos. En el ámbito educativo, las emociones influyen directamente en procesos clave como la atención, la memoria y la toma de decisiones, lo que impacta tanto en el rendimiento académico como en el desarrollo personal de los estudiantes. Este enfoque destaca la importancia de integrar la educación emocional como un eje transversal de los procesos

educativos, dado su potencial para contribuir a una formación integral y al bienestar general de los estudiantes.

Las competencias emocionales, base de la educación emocional, se agrupan en cinco dimensiones: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía personal, habilidades sociales y competencias para la vida y el bienestar (Ureña, R., & Peralta, S., 2023). La conciencia emocional permite a los estudiantes identificar y comprender sus propias emociones y las de los demás, promoviendo la empatía y la comunicación efectiva. Por su parte, la regulación emocional facilita el manejo del estrés, la frustración y otros estados emocionales negativos, fortaleciendo la resiliencia y la capacidad para enfrentar retos. Estas dimensiones no solo son fundamentales para la convivencia escolar, sino también para fomentar un ambiente de aprendizaje inclusivo y respetuoso.

Numerosos estudios han demostrado que la educación emocional influye positivamente en el rendimiento académico y el desarrollo socioemocional de los estudiantes. Según Fernández-Berrocal y Extremera (Rodríguez, 2024), los programas de educación emocional integrados en los currículos escolares han mostrado mejoras significativas en la atención, la memoria y las habilidades de resolución de problemas. Además, las emociones positivas generadas por un adecuado manejo emocional favorecen la apertura cognitiva y la creatividad, mientras que la regulación de emociones negativas, como la ansiedad, permite a los estudiantes enfrentar los desafíos académicos con mayor confianza. Esto refuerza la necesidad de incorporar la educación emocional de manera sistemática en los procesos educativos.

Teóricamente, la educación emocional se sustenta en modelos como la teoría de la inteligencia emocional de Goleman (Mora, N., Martínez, V., Santander, S., & Gaeta, M., 2022) y la teoría de la autodeterminación de Ryan y Deci (Albor, L., & Rodríguez, K., 2022). La primera identifica cinco dimensiones clave: autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales, que no solo son esenciales para el éxito académico, sino también para la vida en sociedad. Por su parte, la teoría de la autodeterminación destaca que satisfacer las necesidades psicológicas de autonomía, competencia y relación es crucial para el bienestar emocional y la motivación intrínseca. Ambas teorías subrayan la interdependencia entre las emociones y los procesos cognitivos, lo que refuerza la importancia de integrar estrategias emocionales en el ámbito escolar.

La implementación de la educación emocional en el contexto escolar requiere estrategias pedagógicas específicas que respondan a las necesidades de los estudiantes. Entre las más efectivas se encuentran la enseñanza explícita de habilidades emocionales, el uso de dinámicas grupales y la integración de actividades lúdicas (Guevara, C., Rugerio, J., Hermosillo, Á., & Corona, L., 2020). La enseñanza explícita permite a los estudiantes adquirir herramientas prácticas para manejar el estrés, mejorar la autoestima y fomentar la empatía. Por otro lado, las dinámicas grupales, como debates y juegos colaborativos, fortalecen las habilidades sociales al promover la interacción y el aprendizaje experiencial. Estas estrategias deben ser aplicadas de manera gradual y adaptadas a las características individuales y contextuales de cada grupo.

El rol de los docentes es fundamental en la promoción de la educación emocional, ya que

ellos actúan como modelos y facilitadores del aprendizaje emocional en el aula. Sin embargo, Fernández-Berrocal y Extremera (Lira, M., Fernández, A., & Guasch, C., 2022) advierten que muchos docentes carecen de formación adecuada en competencias emocionales, lo que limita su capacidad para abordar eficazmente las necesidades emocionales de sus estudiantes. Por ello, es imprescindible incluir la formación socioemocional en los programas de desarrollo profesional docente, proporcionando a los educadores no solo conocimientos teóricos, sino también habilidades prácticas para regular sus propias emociones, fomentar la empatía y crear un entorno de aprendizaje seguro y motivador.

A pesar de sus beneficios, la integración de la educación emocional enfrenta importantes barreras en los sistemas educativos. La falta de tiempo y recursos, sumada a la percepción de que las habilidades emocionales son complementarias y no esenciales, dificulta su incorporación en los currículos escolares (Panchana, N., & Venet, R., 2024). Además, la resistencia al cambio por parte de algunos docentes e instituciones refuerza estas limitaciones. Estas barreras subrayan la necesidad de desarrollar políticas educativas inclusivas que prioricen la educación emocional como un componente fundamental del proceso educativo, asegurando que todos los estudiantes tengan acceso a programas de calidad.

La educación emocional también tiene un impacto significativo en la equidad educativa. Según la UNESCO (Yáñez, R., & Arauz, S., 2024), los estudiantes de contextos socioeconómicos desfavorecidos enfrentan mayores desafíos emocionales que afectan su rendimiento académico y bienestar general. Implementar programas de educación emocional en estas comunidades no solo reduce

las brechas de desigualdad, sino que también fomenta la resiliencia y la capacidad de los estudiantes para superar adversidades. Esto resalta la importancia de diseñar intervenciones que consideren las particularidades culturales y socioeconómicas de cada contexto.

Los beneficios de la educación emocional trascienden el ámbito escolar, extendiéndose a lo largo de la vida de los estudiantes. Según Goleman (Rodríguez, 2024), las competencias emocionales desarrolladas en la infancia y la adolescencia influyen en la capacidad de las personas para establecer relaciones saludables, gestionar el estrés y alcanzar metas personales y profesionales. Esto convierte a la educación emocional en una herramienta estratégica para formar ciudadanos empáticos, resilientes y capaces de contribuir positivamente a sus comunidades. Integrar este enfoque en los sistemas educativos es, por tanto, una inversión a largo plazo en el bienestar individual y colectivo.

La educación emocional representa un componente esencial en los procesos educativos, ya que impacta directamente en el aprendizaje, el desarrollo socioemocional y el bienestar de los estudiantes. A pesar de los desafíos para su implementación, las teorías y estrategias presentadas en este marco teórico refuerzan la necesidad de integrar este enfoque en los currículos escolares. Superar las barreras estructurales y culturales mediante políticas inclusivas y programas de formación docente es fundamental para garantizar una educación emocional de calidad que beneficie a todos los estudiantes, independientemente de su contexto socioeconómico o cultural.

Marco metodológico

El presente estudio se enmarca en un diseño cualitativo basado en una revisión sistemática

de literatura, cuyo objetivo principal fue analizar y sintetizar evidencias relacionadas con la educación emocional como base de los procesos educativos. Este enfoque permitió identificar estrategias pedagógicas efectivas, evaluar su impacto y detectar barreras para su implementación en contextos escolares. Para garantizar un proceso riguroso y reproducible, se aplicaron las directrices de PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) (Lozano, G., Sáez, F., & López, Y., 2022). La búsqueda de literatura se realizó en bases de datos científicas reconocidas, como Scopus, Web of Science, PubMed y SciELO, seleccionadas por su relevancia en la publicación de estudios educativos. Se utilizaron términos clave como “educación emocional”, “inteligencia emocional”, “competencias socioemocionales” y “procesos educativos”, combinados con operadores booleanos (AND, OR) para optimizar la precisión de los resultados.

Se aplicaron criterios de inclusión y exclusión para garantizar la relevancia y calidad de los estudios seleccionados. Los criterios de inclusión consideraron investigaciones empíricas o revisiones sistemáticas realizadas en niveles educativos inicial, básico y secundario, publicadas entre 2018 y 2024, en revistas indexadas con revisión por pares, y disponibles en español o inglés. Por otro lado, se excluyeron artículos que no estuvieran directamente relacionados con la educación emocional en contextos escolares, estudios con diseños metodológicos poco claros y publicaciones teóricas sin respaldo empírico. El proceso de selección se llevó a cabo en tres etapas: eliminación de duplicados, revisión de títulos y resúmenes, y análisis detallado de los textos completos. Finalmente, se incluyeron 40 estudios para el análisis.

Los datos extraídos de los estudios seleccionados se organizaron en una matriz estructurada, que incluyó información sobre los autores, el año de publicación, los objetivos, la metodología y los principales hallazgos de cada investigación. Posteriormente, se realizó un análisis temático que permitió identificar patrones recurrentes y sintetizar los resultados en torno a las estrategias más efectivas, los beneficios asociados a la educación emocional y las barreras para su integración en los sistemas educativos. Este enfoque permitió una comparación detallada de los estudios, integrando las evidencias disponibles en un marco conceptual coherente y relevante para la práctica pedagógica y la formulación de políticas educativas.

Aunque el diseño del estudio aseguró un análisis riguroso, se identificaron ciertas limitaciones. En primer lugar, la selección se restringió a artículos publicados en español e inglés, lo que pudo excluir investigaciones relevantes en otros idiomas. En segundo lugar, la heterogeneidad en los contextos y diseños metodológicos de los estudios incluidos puede limitar la generalización de los hallazgos. Finalmente, la dependencia de fuentes indexadas pudo dejar fuera literatura gris, como informes técnicos o estudios no publicados. A pesar de estas limitaciones, este trabajo ofrece un panorama integral y actualizado sobre la relevancia de la educación emocional en los procesos educativos, proporcionando una base sólida para investigaciones futuras y para la implementación de estrategias efectivas en contextos escolares diversos.

Resultados y Discusiones

La revisión sistemática realizada permitió identificar patrones clave y tendencias significativas relacionadas con la implementación de la educación emocional en

contextos educativos, destacándose tres áreas principales de análisis: estrategias pedagógicas efectivas, impacto en los estudiantes y barreras para su implementación. Estos hallazgos no solo refuerzan la importancia de integrar la educación emocional como un eje central en los procesos educativos, sino que también evidencian la necesidad de superar diversos desafíos estructurales y culturales para garantizar su implementación efectiva. Este enfoque busca trascender la visión tradicional del aprendizaje, centrándose en el desarrollo integral de los estudiantes como individuos capaces de gestionar sus emociones, interactuar positivamente y contribuir de manera constructiva a sus comunidades.

En relación con las estrategias pedagógicas, los estudios revisados subrayan la relevancia de la enseñanza explícita de habilidades emocionales como un pilar fundamental. Esta metodología incluye actividades diseñadas para fomentar competencias como la conciencia emocional, la regulación de emociones, la empatía y las habilidades sociales (Costa, C., Palma, X., & Salgado, C., 2021). Al enseñar estas habilidades de manera sistemática, los estudiantes no solo aprenden a comprender y gestionar sus emociones, sino que también desarrollan herramientas prácticas para enfrentar los desafíos académicos y personales. Además, se destacó el uso de dinámicas grupales, tales como juegos colaborativos y actividades de resolución de problemas, que fomentan la interacción social y el aprendizaje experiencial. Estas estrategias, al centrarse en el trabajo colectivo, promueven un ambiente de confianza y cooperación que resulta esencial para el bienestar socioemocional de los estudiantes.

El impacto positivo de estas estrategias en el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes fue ampliamente documentado.

Según Fernández-Berrocal y Extremera (Rodríguez, 2024), los programas de educación emocional integrados en los currículos escolares mejoran significativamente la capacidad de los estudiantes para manejar el estrés, resolver conflictos y establecer relaciones interpersonales saludables. Estas habilidades no solo fortalecen el clima escolar, sino que también potencian el rendimiento académico, especialmente en asignaturas que requieren habilidades de resolución de problemas, trabajo en equipo y pensamiento crítico. Los estudiantes que participaron en estos programas también mostraron una mayor motivación intrínseca hacia el aprendizaje y una actitud más positiva hacia sus experiencias educativas, aspectos que son fundamentales para garantizar un aprendizaje sostenido a largo plazo.

Otro hallazgo destacado fue el uso de herramientas tecnológicas como complemento en la enseñanza de la educación emocional. Pérez y Gómez (Proaño, A., Flores, V., Guerra, J., & Núñez, A., 2024) señalan que aplicaciones y recursos digitales diseñados para fortalecer las competencias emocionales permiten personalizar el aprendizaje, adaptándolo a las necesidades individuales de cada estudiante. Estas herramientas, que incluyen aplicaciones interactivas y plataformas de simulación, han demostrado ser particularmente efectivas cuando se combinan con estrategias grupales y actividades prácticas. Sin embargo, su efectividad depende en gran medida de la formación docente en el uso de estas tecnologías y de la disponibilidad de recursos en las instituciones educativas, elementos que, como veremos, constituyen barreras recurrentes en muchos contextos.

A pesar de los beneficios observados, los estudios revisados también identificaron

barreras significativas para la implementación de programas de educación emocional. Una de las más críticas es la falta de formación docente adecuada. Fernández-Berrocal y Extremera (Lira, M., Fernández, A., & Guasch, C., 2022) destacan que muchos educadores carecen de las competencias necesarias para abordar de manera efectiva las necesidades emocionales de sus estudiantes. Esto no solo limita la calidad de la enseñanza emocional, sino que también dificulta la creación de entornos escolares que sean emocionalmente seguros y enriquecedores. Para superar este desafío, es fundamental que los sistemas educativos prioricen la capacitación docente en competencias socioemocionales, asegurando que los educadores puedan desempeñar su rol como guías y modelos en el desarrollo emocional de los estudiantes.

Otra barrera importante identificada es la percepción de que las competencias emocionales son complementarias y no esenciales para el aprendizaje. Esta visión, aún presente en muchos sistemas educativos, prioriza las habilidades cognitivas tradicionales sobre las emocionales, subestimando el impacto que estas últimas tienen en el aprendizaje y el desarrollo integral de los estudiantes (Rodríguez, 2024). Este enfoque reduccionista no considera la interrelación entre emociones y cognición, como lo demuestran múltiples estudios que evidencian que las emociones positivas mejoran la atención, la memoria y la resolución de problemas, mientras que las emociones negativas no gestionadas pueden interferir gravemente en el aprendizaje (Albor, L., & Rodríguez, K., 2022).

La resistencia al cambio por parte de algunos docentes y administradores escolares también fue señalada como un obstáculo relevante. Según la UNESCO (Panchana, N., & Venet, R.,

2024), esta resistencia se debe, en parte, a la falta de sensibilización sobre la importancia de la educación emocional y a la percepción de que su implementación implica una carga adicional en términos de tiempo y esfuerzo. Este desafío resalta la necesidad de un enfoque institucional que promueva la integración de la educación emocional como una prioridad estratégica, sensibilizando a toda la comunidad educativa sobre sus beneficios y asegurando que las demandas laborales de los docentes no sean una barrera para su aplicación efectiva.

El impacto positivo de la educación emocional en la equidad educativa también fue ampliamente documentado en los estudios revisados. Según Bisquerra (Yáñez, R., & Arauz, S., 2024), los estudiantes de contextos socioeconómicos desfavorecidos enfrentan desafíos emocionales más acentuados que afectan tanto su rendimiento académico como su bienestar general. La implementación de programas de educación emocional en estas comunidades no solo reduce las brechas de desigualdad, sino que también fomenta la resiliencia y la capacidad de los estudiantes para superar adversidades. Esto refuerza la importancia de diseñar programas adaptados a las características culturales y socioeconómicas de cada contexto, asegurando que todos los estudiantes tengan acceso equitativo a oportunidades educativas de calidad.

Además, los beneficios de la educación emocional trascienden el ámbito escolar y tienen un impacto duradero en la vida de los estudiantes. Goleman (Ureña, R., & Peralta, S., 2023) argumenta que las competencias emocionales adquiridas durante la infancia y la adolescencia son esenciales para el éxito personal y profesional en la vida adulta. Estas habilidades, que incluyen la autorregulación emocional, la empatía y la capacidad para

establecer relaciones saludables, no solo mejoran la calidad de vida individual, sino que también contribuyen al desarrollo de sociedades más inclusivas y resilientes.

Los resultados de esta revisión también refuerzan las teorías de Goleman (Mora, N., Martínez, V., Santander, S., & Gaeta, M., 2022) y Ryan y Deci (Albor, L., & Rodríguez, K., 2022), que destacan la interrelación entre las competencias emocionales, la motivación intrínseca y el aprendizaje. La inteligencia emocional, con dimensiones como la autoconciencia, la autorregulación y las habilidades sociales, está directamente vinculada al éxito académico y social. Por su parte, la teoría de la autodeterminación subraya que satisfacer las necesidades de autonomía, competencia y relación es crucial para promover un aprendizaje significativo y sostenible.

Los hallazgos de esta revisión sistemática confirman que la educación emocional es un componente esencial para el aprendizaje y el desarrollo integral de los estudiantes. Sin embargo, su implementación efectiva requiere superar barreras estructurales, culturales y de recursos mediante políticas educativas inclusivas, formación docente continua y un compromiso institucional claro. Estas acciones no solo garantizarán que todos los estudiantes tengan acceso a programas de educación emocional de calidad, sino que también contribuirán a formar ciudadanos empáticos, resilientes y capaces de enfrentar los desafíos del siglo XXI.

Conclusiones

La educación emocional se posiciona como un elemento clave en los procesos educativos, debido a su capacidad para impactar positivamente tanto en el aprendizaje

académico como en el desarrollo integral de los estudiantes. Estrategias como la enseñanza explícita de competencias emocionales, el uso de dinámicas grupales y la integración de herramientas tecnológicas han demostrado ser efectivas para fomentar habilidades esenciales, como la conciencia emocional, la regulación de emociones, la empatía y las habilidades sociales. Estas competencias no solo fortalecen el bienestar de los estudiantes, sino que también mejoran la motivación intrínseca y su capacidad para enfrentar desafíos académicos y personales con mayor resiliencia.

Los beneficios de la educación emocional trascienden el entorno escolar, extendiéndose a lo largo de la vida de los estudiantes. Las competencias emocionales desarrolladas en la infancia y adolescencia contribuyen significativamente a la construcción de relaciones saludables, la gestión del estrés y la toma de decisiones responsables, aspectos fundamentales para el éxito personal y profesional. Además, la integración de programas de educación emocional en los sistemas escolares fomenta la formación de ciudadanos más empáticos, responsables y comprometidos socialmente, contribuyendo al desarrollo de comunidades inclusivas y resilientes.

Sin embargo, a pesar de sus beneficios, la educación emocional enfrenta barreras importantes para su implementación. Entre estas se encuentran la falta de formación docente adecuada, la percepción de que las competencias emocionales son complementarias y no esenciales, y la resistencia al cambio en algunos contextos escolares. Estos obstáculos evidencian la necesidad de desarrollar políticas inclusivas que prioricen la formación docente continua, la sensibilización de la comunidad educativa y la

asignación de recursos suficientes para garantizar la sostenibilidad y equidad en la implementación de programas de educación emocional.

La educación emocional también desempeña un papel crucial en la equidad educativa. Los estudiantes de contextos desfavorecidos suelen enfrentar mayores desafíos emocionales que limitan su rendimiento académico y su bienestar general. Implementar programas de educación emocional en estas comunidades no solo nivela las oportunidades educativas, sino que también fomenta la resiliencia y la capacidad de superar adversidades. Diseñar intervenciones adaptadas a las características de cada población garantiza que todos los estudiantes puedan beneficiarse de este enfoque, promoviendo un acceso inclusivo y equitativo.

La educación emocional debe ser considerada un pilar esencial en los sistemas educativos, equiparable a las competencias cognitivas tradicionales. Su implementación efectiva requiere un enfoque integral que supere las barreras existentes mediante políticas inclusivas, el fortalecimiento de la formación docente y la inversión en recursos e infraestructura. Este compromiso no solo asegura el desarrollo integral de los estudiantes, sino que también contribuye a la construcción de una sociedad más empática, resiliente e inclusiva, capaz de enfrentar los desafíos del siglo XXI con mayor preparación y sensibilidad.

Referencias Bibliográficas

Albor, L., & Rodríguez, K. (2022). Estudios aplicados de la teoría de la autodeterminación en estudiantes y profesores, y sus implicaciones en la motivación, el bienestar psicosocial y subjetivo. *Revista Eleuthera*, 24(1), 56-85., <http://www.scielo.org.co/sciELO.php?pid=S2>

- 011-
[45322022000100056&script=sci_arttext](https://www.proquest.com/openview/fae388431fd22d95cae6b0b750e099d4/1?pq-origsite=gscholar&cbl=54848).
- Berastegui, J., de la Caba, M., & Pérez, N. (2024). Intervención en educación emocional. Efectos en la competencia emocional del alumnado de Primaria y Secundaria. *Revista complutense de educación*, 35(1), 187., <https://www.proquest.com/openview/fae388431fd22d95cae6b0b750e099d4/1?pq-origsite=gscholar&cbl=54848>.
- Costa, C., Palma, X., & Salgado, C. (2021). Docentes emocionalmente inteligentes. Importancia de la Inteligencia Emocional para la aplicación de la Educación Emocional en la práctica pedagógica de aula. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 47(1), 219-233., https://www.scielo.cl/sciELO.php?pid=S0718-07052021000100219&script=sci_arttext&tlng=pt.
- Guevara, C., Rugerio, J., Hermosillo, Á., & Corona, L. (2020). Aprendizaje socioemocional en preescolar: fundamentos, revisión de investigaciones y propuestas. *Revista electrónica de investigación educativa*, 22., https://www.scielo.org.mx/sciELO.php?pid=S1607-40412020000100126&script=sci_arttext.
- Lira, M., Fernández, A., & Guasch, C. (2022). Relevancia pedagógica de las competencias socioemocionales desde la perspectiva de los profesores de Educación Primaria. *Entramados: educación y sociedad*, 9(12), 120-136., <https://fh.mdp.edu.ar/revistas/index.php/entrados/article/view/6078>.
- Lozano, G., Sáez, F., & López, Y. (2022). Competencias socioemocionales en docentes de primaria y secundaria: una revisión sistemática. *Páginas de Educación*, 15(1), 1-22., http://www.scielo.edu.uy/sciELO.php?pid=S1688-74682022000100001&script=sci_arttext.
- Mora, N., Martínez, V., Santander, S., & Gaeta, M. (2022). Inteligencia emocional en la

- formación del profesorado de educación infantil y primaria. *Perspectiva Educacional*, 61(1), 53-77., https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-97292022000100053&script=sci_arttext.
- Panchana, N., & Venet, R. (2024). La integración de la inteligencia emocional en la formación de docentes: un enfoque pedagógico para el desarrollo de habilidades emocionales. *Portal de la Ciencia*, 5(1), 102-116., <https://institutojubones.edu.ec/ojs/index.php/portal/article/view/432>.
- Proaño, A., Flores, V., Guerra, J., & Núñez, A. (2024). Sinergia entre Educación Emocional e Inteligencia Artificial: Hacia un Aprendizaje Integral y Personalizado en el Siglo XXI. *Revista Social Fronteriza*, 4(4), e44384-e44384., <https://www.revistasocialfronteriza.com/ojs/index.php/rev/article/view/384>.
- Quintero, M. (2024). La inteligencia emocional en los procesos de aprendizaje en instituciones educativas oficiales de Colombia. *Delectus*, 7(1), 86-94., <https://inicc-peru.edu.pe/revista/index.php/delectus/article/view/247>.
- Rodríguez, D. (2024). Inteligencia Emocional como Factor Determinante en el Rendimiento Académico en Estudiantes. *Revista Tecnológica-Educativa Docentes 2.0*, 17(1), 400-411., https://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S2665-02662024000100400&script=sci_arttext.
- Ureña, R., & Peralta, S. (2023). La importancia de la educación emocional en la formación integral de los estudiantes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(3), 1398-1413., <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/6285>.
- Yáñez, R., & Arauz, S. (2024). Impacto de la familia en el clima escolar y rendimiento académico en la educación básica: una revisión sistemática. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(5), 6649-6658., <https://www.ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/14083>.



Esta obra está bajo una licencia de **Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional**. Copyright © Mariuxi Alexandra Tuquinga Cercado.

