

Angélica Coromoto Nava-Romero

[DOI 10.35381/noesisin.v7i14.304](https://doi.org/10.35381/noesisin.v7i14.304)

Educación emocional: una estrategia para el fomento de las competencias emocionales en el aula

Emotional education: a strategy for fostering emotional competencies in the classroom

Angélica Coromoto Nava-Romero

acnr2503@gmail.com

Universidad Pedagógica Experimental Libertador, Dabajuro, Dabajuro
Venezuela

<https://orcid.org/0009-0007-4166-0207>

Recibido: 11 de marzo 2025
Revisado: 12 de abril 2025
Aprobado: 14 de junio 2025
Publicado: 01 de julio de 2025

Angélica Coromoto Nava-Romero

RESUMEN

En el ámbito educativo, se ha comenzado a valorar la importancia de brindar a los estudiantes una formación integral que abarque, además del desarrollo académico y cognitivo, el crecimiento emocional, entendido como un componente fundamental en el desarrollo humano. Bajo este enfoque, el presente artículo se centra en examinar los enfoques de la educación emocional, destacándola como una estrategia clave para impulsar las competencias emocionales dentro del aula. La investigación se corresponde con un estudio documental llevado a cabo mediante un diseño de tipo bibliográfico. Finalmente, se puede enunciar que el desarrollo emocional juega un rol imprescindible en la educación integral de los estudiantes; por ello, implementar estrategias y prácticas pedagógicas adecuadas a la formación emocional, no solo enriquece su trayectoria educativa, sino que también contribuye al desarrollo de capacidades esenciales para mantener una convivencia armónica en entornos sociales diversos y afrontar con éxito los retos y desafíos de la vida adulta.

Descriptor: Inteligencia emocional; educación emocional; formación de competencias emocionales. (Tesauro UNESCO).

ABSTRACT

In the educational field, the importance of providing students with a comprehensive education that encompasses, in addition to academic and cognitive development, emotional growth, understood as a fundamental component in human development, has begun to be valued. Under this approach, this article focuses on examining the approaches to emotional education, highlighting it as a key strategy to promote emotional competencies in the classroom. The research corresponds to a documentary study carried out through a bibliographic type design. Finally, it can be stated that emotional development plays an essential role in the comprehensive education of students; therefore, implementing pedagogical strategies and practices appropriate to emotional education not only enriches their educational trajectory, but also contributes to the development of essential skills to maintain a harmonious coexistence in diverse social environments and successfully face the challenges of adult life.

Descriptors: Emotional intelligence; emotional education; emotional skills training. (UNESCO Thesaurus).

Angélica Coromoto Nava-Romero

INTRODUCCIÓN

El mundo actual plantea desafíos que van más allá del ámbito académico. La globalización, los avances tecnológicos, la sobrecarga de información y las crecientes exigencias cotidianas son factores que generan altos niveles de estrés y ansiedad en las personas. En el caso de los niños y adolescentes, estos factores se suman a las presiones propias de su desarrollo personal, como la búsqueda de identidad, la adaptación social y el rendimiento académico

El ámbito educativo ha experimentado una transformación significativa en cuanto a los objetivos y metodologías que guían el proceso de enseñanza-aprendizaje para ir más allá de la transferencia de conocimientos académicos. En este sentido, las instituciones educativas han comenzado a reconocer la importancia de formar a los estudiantes de forma integral atendiendo no solo a lo cognitivo, sino también lo emocional. En este contexto, la educación emocional se presenta como una respuesta esencial y necesaria para promover su bienestar global y prepararlos para enfrentar los retos del mundo contemporáneo.

La educación emocional puede definirse como un proceso educativo, continuo y permanente, que tiene como objetivo desarrollar la inteligencia emocional en las personas. Y, aunque el debate sobre este constructo sigue avivado, como refieren Pérez y Filella (2019), “en medio de la polémica, destaca un punto en común: la existencia de un conjunto de competencias emocionales, con un elevado valor para la vida, que pueden ser aprendidas” (p. 27). Estas competencias incluyen habilidades como el reconocimiento y la gestión de las propias emociones, la empatía, la comunicación asertiva, la resolución de conflictos y la toma de decisiones responsables. En esencia, se trata de dotar a los estudiantes de herramientas que les permitan comprender y regular sus emociones, así como establecer relaciones interpersonales saludables, aunque “enseñar a gestionar eficientemente las emociones sea una labor de gran envergadura, tal como expresan Velásquez et al. (2023; p. 20).

Angélica Coromoto Nava-Romero

Cabe destacar que numerosos estudios han demostrado que las competencias emocionales están estrechamente relacionadas con el éxito académico, la salud mental y la capacidad para enfrentar situaciones adversas. Los estudiantes que desarrollan estas habilidades tienen mayores probabilidades de alcanzar un equilibrio emocional, tomar decisiones acertadas y construir relaciones interpersonales saludables y asertivas. Por lo contrario, como enuncian Prieto y González (2022), los adolescentes que carecen de capacidad para autorregularse, tener consciencia de sus emociones y habilidad para expresarlas afectivamente, están propensos a vivir una espiral de comportamientos agresivos y dificultades mentales.

Es importante precisar que, aunque se reconoce la relevancia de la educación emocional, la puesta en marcha de programas orientados a este ámbito en las escuelas enfrenta numerosos desafíos. Uno de los principales problemas radica en la necesidad de crear conciencia social y sensibilizar a las familias, docentes y responsables educativos sobre la relevancia de esta dimensión formativa. Sobre todo si se extrapola lo planteado por Leo et al. (2019), en cuanto a que la educación emocional “no es una práctica común en la educación, sobre todo a nivel superior, por lo que incorporarla se puede considerar una innovación educativa justificada en las necesidades sociales” (p. 99).

Otro de los obstáculos es la falta de formación específica entre los docentes. Tal como señalan Mora et al. (2022), al parecer muchos profesores no cuentan con los conocimientos y herramientas necesarias para abordar el desarrollo emocional de sus estudiantes, dificultando la integración efectiva de esta dimensión tanto en el currículo escolar como en la práctica de aula. Esto, sumado a la necesidad de diseñar herramientas adecuadas para valorar el impacto de los programas emocionales, sigue siendo un reto pendiente.

A pesar de ello, Ocampo et al. (2024) señalan que, en los últimos años, la tendencia de la inserción de la educación emocional en la formación educativa ha ido en ascenso, en virtud del desarrollo de iniciativas prometedoras en este ámbito. En algunos países, la

Angélica Coromoto Nava-Romero

educación emocional ha sido incorporada como parte de los planes de estudio oficiales. Estos programas incluyen actividades diseñadas para fomentar el autoconocimiento, la expresión emocional y la empatía desde edades tempranas. Además, se han creado materiales pedagógicos y recursos digitales que facilitan la enseñanza de estas competencias en el aula. En este sentido, la inclusión de la educación emocional en el ámbito educativo no solo beneficia a los estudiantes, sino también al entorno escolar en general.

En concreto, la educación emocional no es un lujo ni un añadido prescindible. Por lo contrario, constituye una necesidad imperiosa en un mundo marcado por la complejidad y la incertidumbre. Integrarla en los planes educativos y en las interacciones dentro del entorno familiar resulta fundamental para desarrollar personas equilibradas, empáticas y preparadas para afrontar con éxito los desafíos de la vida. Al priorizar este aspecto del desarrollo humano, las instituciones educativas tienen el potencial de transformarse en espacios donde no solo se formen individuos intelectualmente, sino también corazones resilientes y empáticos, además de contribuir a una sociedad más saludable y armoniosa. A partir de los contextos descritos, emerge el interés por explorar el tema planteado, dirigido por una interrogante central: ¿De qué manera la educación emocional promueve el desarrollo de competencias emocionales en el ámbito escolar? En este marco, se elabora el presente artículo, cuyo objetivo radica en examinar los enfoques de la educación emocional, destacándola como una estrategia clave para impulsar las competencias emocionales dentro del aula.

MÉTODO

Este apartado aborda la metodología empleada para llevar a cabo el estudio, que en este caso corresponde con una “investigación documental en línea” (Arias, 2023). Su relevancia radica en facilitar la construcción de un marco teórico robusto, la identificación de antecedentes relevantes y el apoyo a investigaciones futuras. De igual forma, este

Angélica Coromoto Nava-Romero

enfoque metodológico resulta esencial para indagar en nuevos conocimientos utilizando datos secundarios. Además, permite organizar y sistematizar los procedimientos necesarios y, establecer las técnicas y herramientas requeridas para compendiar la información existente sobre el tema abordado, promoviendo una comprensión profunda del mismo.

Tomando en cuenta lo planteado y con el fin de alcanzar el objetivo de la investigación, se realizó un estudio de tipo documental bajo un enfoque bibliográfico. Para ello, siguiendo lo expuesto por Palella y Martins (2012), se desplegó un proceso sistemático y metódico que incluyó la compilación, ordenamiento, análisis e interpretación de datos extraídos de fuentes escritas, en su mayoría disponibles en formatos electrónicos y digitales. En este contexto, las estrategias utilizadas incluyeron una revisión bibliográfica que abarcó la consulta a catálogos de bibliotecas, bases de datos académicas, publicaciones especializadas y otros recursos documentales. También se llevaron a cabo el análisis de contenido teórico, el análisis semántico y la elaboración de mapas mentales como metodologías que facilitaron la organización y codificación del material recopilado, permitiendo identificar patrones recurrentes y temas clave. Es importante destacar que la selección de documentos se centró, principalmente, en artículos publicados en revistas reconocidas y de alto impacto, siguiendo criterios como la suficiencia de la información, su vigencia y relevancia (Campos et al., 2020, citado en Arias, 2023).

Para finalizar, en línea con lo planteado por Peña (2022) y recordando que este trabajo se realizó bajo un enfoque bibliográfico, la estrategia documental implementada se desarrolló mediante las siguientes etapas:

- Establecimiento de objetivo (s) de investigación
- Determinación del tema central de análisis
- Revisión y cotejo del material documental
- Categorización y priorización de la información obtenida
- Determinación y graficamiento del patrón de organización del contenido de la

Angélica Coromoto Nava-Romero

información

- Evaluación y reinterpretación de la información
- Construcción de la síntesis de la información

RESULTADOS

La inteligencia emocional

La inteligencia emocional, un concepto psicológico basado en las emociones, que bien definen Artes et al. (2024) como una capacidad simbólica para expresar un estado interno mediante el lenguaje y comportamientos visibles, en respuesta a una situación externa o interna (Bisquerra, 2003). De igual forma, se utiliza para describir cuatro dimensiones distintas de la experiencia humana: la dimensión fisiológica, que involucra respuestas generadas frente a ciertos estímulos del entorno y permite, de esta forma, que el organismo se adapte a su contexto; la dimensión afectiva-subjetiva, que hace posible experimentar sensaciones específicas; la dimensión expresiva, encargada de exteriorizar los sentimientos mediante gestos y posturas corporales y faciales; y, por último, la dimensión funcional, gracias a la cual se atienden los intereses o las motivaciones individuales (Alonso, 2012, citado en Velásquez et al., 2023).

Por su parte, Lazarus y Lazarus (1994), citado en Prieto y González (2022), organizan las emociones en cinco categorías, independientemente de si estas son positivas o negativas: desagradables (enojo, envidia, celos), existenciales (miedo, ansiedad, culpa, vergüenza), asociadas a adversidades (alivio, tristeza, esperanza, depresión), vinculadas a situaciones favorables (orgullo, felicidad, amor) y empáticas (gratitud, compasión, experiencias estéticas). Es por ello que dicho constructo ha ganado relevancia dentro de la propia psicología, la educación y el ámbito organizacional, debido a su impacto en ámbitos como las relaciones humanas, el liderazgo y el manejo del estrés.

El concepto de inteligencia emocional, introducido formalmente en 1990 por Peter Salovey y John Mayer, a partir de los planteamientos sobre inteligencias intrapersonal e

Angélica Coromoto Nava-Romero

interpersonal de Gardner, aunque puede encontrar sus raíces en el concepto de inteligencia social, vinculado a la ley del efecto propuesta por Thorndike en 1920 (Trujillo y Rivas, 2005). Según Salovey y Mayer, la inteligencia emocional se define como la habilidad para percibir, comprender, asimilar y gestionar tanto las emociones propias como las ajenas, con el objetivo de fomentar el desarrollo tanto emocional como intelectual. Esta forma de inteligencia no solo requiere un manejo eficaz de las emociones, sino también su integración con los procesos cognitivos a fin de optimizar la toma de decisiones y la resolución de problemas.

Con los avances de su enfoque, Salovey y Mayer en conjunto con Caruso (2000, como se referencia en Bisquerra, 2003) presentaron un modelo que divide la inteligencia emocional en cuatro habilidades interrelacionadas:

- Percepción emocional: habilidad que implica identificar y reconocer las emociones en uno mismo y en los demás, ya sea a través del lenguaje verbal o no verbal.
- Facilitación emocional: refiere a utilizar las emociones para priorizar pensamientos y mejorar la toma de decisiones.
- Comprensión emocional: demanda analizar las emociones y entender cómo evolucionan o se relacionan entre sí.
- Regulación emocional: involucra manejar las emociones propias y ajenas para promover el bienestar personal y social.

Cabe destacar que esta perspectiva teórica posiciona a las emociones como un elemento fundamental en el razonamiento humano, cuestionando la clásica separación entre emoción e intelecto.

En 1995, Daniel Goleman fue quien popularizó en el mundo entero el concepto de inteligencia emocional con su libro titulado en español “Inteligencia Emocional: Por qué puede ser más importante que el coeficiente intelectual”. Aunque se basó en el trabajo de Salovey y Mayer, su enfoque fue más práctico y orientado hacia la aplicación en

Angélica Coromoto Nava-Romero

contextos laborales y sociales. Para Goleman (1995), la inteligencia emocional se constituye en un conjunto de habilidades que determinan cómo se relaciona la persona consigo misma y con los demás, a modo de lograr un desempeño destacado. Esta idea soportó la estructuración de un modelo de inteligencia emocional que ha evolucionado con el tiempo. Como refiere Fragoso (2015), su versión actual define la inteligencia emocional a través de cuatro dimensiones:

- Autoconocimiento: Refiere a la capacidad de reconocer y gestionar las propias emociones. Incluye aspectos como identificar cómo los sentimientos impactan el desempeño, escuchar la intuición y utilizar las emociones como guía en la toma de decisiones.
- Autorregulación: Involucra las habilidades para manejar las emociones de forma beneficiosa. Sus competencias clave son el autocontrol, la adaptabilidad, la orientación a resultados y el optimismo.
- Conciencia social: Comprende habilidades esenciales para relaciones sólidas, con énfasis en la empatía y la comprensión del entorno organizacional.
- Gestión de relaciones: Representa las capacidades relacionadas con la influencia interpersonal, como liderazgo inspirador, resolución de conflictos, trabajo en equipo y colaboración

El modelo de inteligencia emocional de Goleman ha sido ampliamente adoptado en el ámbito empresarial, donde se ha demostrado que ella es un factor crucial para el liderazgo efectivo, el trabajo en equipo y el éxito organizacional, dada la interconexión que se constituye entre competencias emocionales y comportamiento prosocial (Prieto y González, 2022).

Además de Salovey, Mayer y Goleman, otros investigadores han contribuido al desarrollo del concepto de inteligencia emocional. Tal es el caso de Reuven Bar-On quien introdujo el concepto de cociente emocional y planteó que la inteligencia emocional, no es solo un conjunto de habilidades relacionadas con la gestión de emociones, sino un constructo

Angélica Coromoto Nava-Romero

multidimensional que influye directamente en el bienestar psicológico y el rendimiento general del individuo, abarcando tanto competencias intrapersonales como interpersonales que impactan las formas y maneras para afrontar las demandas del entorno (Bar-On, 1997, referenciado por Artes et al., 2024). Por consiguiente, su modelo de inteligencia socioemocional, denominación que le dio, incluye cinco áreas principales que se definen como:

- **Habilidades Intrapersonales:** Estas se refieren a la capacidad para comprender y manejar las propias emociones. Incluye aspectos como la autoconciencia emocional, la independencia y la autoactualización.
- **Habilidades Interpersonales:** En esta dimensión se evalúa la capacidad para interactuar de manera efectiva con los demás, construir relaciones saludables y demostrar empatía.
- **Adaptabilidad:** Esta área mide la capacidad para afrontar cambios, resolver problemas y adaptarse a nuevas circunstancias de forma eficiente.
- **Manejo del Estrés:** Aquí se evalúa cómo una persona maneja la presión y las emociones negativas, incluyendo habilidades como el control de impulsos y la tolerancia al estrés.
- **Estado de Ánimo General:** Este componente aborda el bienestar emocional global, incluyendo el optimismo y la felicidad como indicadores clave de una vida equilibrada.

El enfoque de Bar-On destaca por su énfasis en la medición práctica de estas competencias a través de herramientas como el EQ-i, un instrumento que ha sido utilizado en diversos campos, desde el ámbito organizacional hasta el educativo, permitiendo a individuos y grupos identificar fortalezas y áreas de mejora en su inteligencia emocional.

Angélica Coromoto Nava-Romero

Por otro lado, se tiene que Howard Gardner, aunque no utilizó directamente el término inteligencia emocional, incluyó elementos relacionados en su teoría de las inteligencias múltiples, específicamente en las inteligencias intrapersonal e interpersonal. Estas inteligencias se refieren a la capacidad de entenderse y relacionarse con uno mismo y con los demás (Gardner, 1999, como se cita en Suarez et al., 2010). Esto, respectivamente, guarda una estrecha relación con los principios de la inteligencia emocional, sobre todo, porque la propuesta de Salovey y Mayer, partió desde estos planteamientos teóricos de Gardner.

Otro modelo de competencias emocionales fue el desarrollado por Bisquerra (2003), el cual se destaca como un referente clave en el ámbito de la inteligencia emocional y la educación emocional. Este enfoque se centra en el desarrollo de habilidades que permiten a las personas comprender, expresar y gestionar sus emociones de manera efectiva, promoviendo el bienestar personal y social.

Dicho autor, define las competencias emocionales como un conjunto de conocimientos, capacidades, actitudes y valores que son esenciales para identificar, comprender y regular las emociones propias y ajenas. Estas competencias no solo son fundamentales para el crecimiento individual, sino que también tienen un impacto significativo en las relaciones interpersonales y en el desempeño en diversos contextos. De allí que el modelo se organiza en cinco grandes bloques de competencias (Fragoso, 2015; Bisquerra, 2003):

- Conciencia emocional: La capacidad de reconocer las propias emociones y las de los demás, es el primer paso y es crucial para desarrollar una comprensión profunda de cómo las emociones influyen en los pensamientos y comportamientos.
- Regulación emocional: Implica la habilidad para gestionar las emociones de manera adecuada, evitando reacciones impulsivas o desproporcionadas. Esto incluye estrategias como la autorregulación, el autocontrol y la resiliencia

Angélica Coromoto Nava-Romero

emocional.

- Autonomía personal: Se refiere a la capacidad de tomar decisiones emocionales independientes, basadas en valores personales, y no solo en influencias externas. Incluye aspectos como la autoestima, la automotivación y la responsabilidad emocional.
- Competencia interpersonal: Dado que es fundamental para construir relaciones saludables y satisfactorias, es menester desarrollar habilidades para interactuar de manera efectiva con otras personas, como la empatía, la comunicación asertiva y la resolución de conflictos.
- Habilidades de vida y bienestar: Este bloque abarca estrategias que contribuyen al desarrollo de una vida equilibrada y plena, como el manejo del estrés, el establecimiento de metas y la promoción del optimismo.

Cabe destacar que, el modelo de Bisquerra, no solo tiene aplicaciones teóricas, sino que también ofrece herramientas prácticas para su implementación sobre todo en contextos educativos. En las instituciones educativas, por ejemplo, se puede aplicar como base para los programas de educación emocional que buscan dotar a los estudiantes de habilidades esenciales para enfrentar los desafíos emocionales cotidianos. Además de ayudar a mejorar el clima escolar y a fomentar equipos de trabajo educativo más cohesionados.

En resumen, la inteligencia emocional constituye una capacidad clave para alcanzar el éxito en distintos ámbitos de la vida, abarcando desde las relaciones humanas hasta el ejercicio del liderazgo. Su base se encuentra en cinco pilares fundamentales, los cuales operan de forma interrelacionada (Figura 1).

Educación emocional en el contexto educativo

El enfoque tradicional de los sistemas educativos ha privilegiado, en gran medida, el desarrollo cognitivo e intelectual, dejando en un plano secundario las facetas social y

Angélica Coromoto Nava-Romero

emocional del aprendizaje. No obstante, estudios recientes han evidenciado la necesidad de superar esta dicotomía y estrecha la interconexión entre ambas dimensiones, considerando la premisa de que la educación debe preparar para la vida (UNESCO, 2015, como se refiere en Pérez y Filella, 2019).



Figura 1. Pilares de la Inteligencia Emocional.

Elaboración: Los autores.

Aquellos estudiantes que fortalecen sus habilidades y competencias emocionales tienden a experimentar un mayor bienestar, obtener mejores resultados académicos y mostrar una mayor resiliencia frente a desafíos. Además, la educación emocional contribuye a la prevención de problemas como el acoso escolar, la ansiedad, la depresión y el abandono escolar. Al equipar a los estudiantes con herramientas para manejar sus emociones y relacionarse de manera efectiva con sus compañeros, se fomenta un clima escolar más positivo y colaborativo.

Lo anterior significa que no basta con formar estudiantes que sean académicamente competentes, también es necesario promover su bienestar emocional, social y

Angélica Coromoto Nava-Romero

psicológico. En este sentido, teleológicamente la educación emocional apunta a que los estudiantes desarrollen entendimientos sobre la experiencia emocional en toda su complejidad y multidimensionalidad (Barrios y Peña, 2019); y, de esta manera, se apropien de un conocimiento sobre sí mismos, perciban sus emociones y las de los demás, y actúen de manera ética y responsable en diversas situaciones, todo ello coadyuvando a su formación integral.

Además, de esta finalidad concreta que se funda en la premisa de que en toda práctica educativa se entrelazan e involucran tanto la dimensión racional-cognitiva como la emocional-afectiva (Barrios y Peña, 2019), ella posee objetivos bien definidos:

- Prevenir conductas problemáticas: La educación emocional busca ayudar a los estudiantes a resolver conflictos de manera pacífica, reduciendo comportamientos agresivos o disruptivos en el aula.
- Fomentar del bienestar emocional: Los estudiantes deben aprender a identificar y regular las emociones, lo que reduce la probabilidad de desarrollar problemas de salud mental. Además, promueve una actitud positiva hacia la vida.
- Desarrollar habilidades sociales: Es menester que los estudiantes desarrollen habilidades como la empatía y la comunicación efectiva, pues son esenciales para establecer relaciones saludables, no solo beneficiándoles en su vida personal, sino también en su futura vida profesional.
- Coadyuvar al mejoramiento del rendimiento académico: Considerando que las emociones influyen directamente en los procesos de atención, memoria y aprendizaje. Un estudiante que sabe gestionar su estrés o frustración puede concentrarse mejor y rendir más en sus estudios.
- Preparar para la vida adulta: Las competencias emocionales son fundamentales para enfrentar los desafíos del mundo laboral y las relaciones interpersonales en la adultez.

Angélica Coromoto Nava-Romero

Ahora bien, en el marco de la educación emocional, el rol del docente trasciende la simple transmisión de conocimientos, posicionándose también como un orientador y facilitador del desarrollo emocional de sus estudiantes. Esto exige que el profesor desarrolle un vínculo de compromiso emocional con sus estudiantes, apoyado con una serie de manifestaciones conductuales y verbales, determinadas por el amor proactivo, la compasión pedagógica, el compromiso educativo y la comunicación afectiva (Kostiv y Rodríguez, 2022). Como figura clave y referente dentro del aula, las acciones, palabras y actitudes del docente repercuten de manera significativa en la forma en que los estudiantes entienden sus propias emociones y las de los demás. En tal sentido, algunas de sus principales responsabilidades y funciones en torno al vínculo de compromiso emocional abarcan:

- Crear un entorno seguro y acogedor: Un ambiente educativo positivo fomenta la confianza y reduce el estrés emocional. Los docentes pueden lograr esto estableciendo normas claras, mostrando empatía y promoviendo el respeto mutuo entre los estudiantes.
- Fomentar la inteligencia emocional: Enseñar a los estudiantes a identificar y gestionar sus emociones es una habilidad invaluable. Los docentes pueden incorporar actividades que promuevan procesos de autorreflexión, como diarios emocionales, debates sobre experiencias personales o el desarrollo de técnicas como el mindfulness.
- Ser un modelo significativo: Los docentes tienen la oportunidad de demostrar comportamientos emocionales saludables a través de su propia conducta. Mostrar autocontrol, empatía y habilidades de resolución de conflictos se hace necesario para inspirar a los estudiantes a adoptar estas prácticas en su vida diaria.
- Detectar y abordar necesidades emocionales: Algunos estudiantes pueden enfrentar desafíos emocionales significativos debido a factores externos como problemas familiares, bullying o traumas. Por tanto, debe estar atento a estas

Angélica Coromoto Nava-Romero

señales y, cuando sea necesario, derivar al estudiante a los recursos adecuados, como consejeros escolares o psicólogos.

- Promover relaciones interpersonales positivas: El aula es un espacio donde los estudiantes aprenden a interactuar con sus pares. Entonces, el docente debe facilitar dinámicas grupales que refuercen la cooperación, la empatía y la resolución pacífica de conflictos.

Aunque esencial, el rol del docente en el desarrollo emocional de los estudiantes enfrenta retos como la sobrecarga laboral, la falta de formación en competencias socioemocionales y la diversidad de necesidades en el aula. Además, la preferencia de algunos sistemas educativos por los logros académicos sobre el bienestar integral limita los recursos y el tiempo destinados a este ámbito. Por ello, es crucial que las instituciones valoren la educación emocional y apoyen a los docentes con capacitación, recursos adecuados y políticas que promuevan una formación integral (Fernández y Montero, 2016).

Prácticas pedagógicas para el fomento de las competencias emocionales en el Aula.

Reiterando que la inteligencia emocional se fundamenta en cinco áreas principales: el autoconocimiento emocional, la autorregulación, la motivación, la empatía y las habilidades sociales. Por ello, es importante que el docente tome estas áreas como referencia al diseñar e implementar estrategias que promuevan el desarrollo emocional en sus estudiantes. En este sentido, y considerando a Velásquez, Rose, Oquendo, y Cervera, 2023; García, 2020; Acevedo y Murcia, 2017; Fernández y Montero, 2016), algunas de estas prácticas abarcan:

- Integración en el currículo: Es un proceso necesario, ya que la educación emocional no debe ser un tema aislado, sino estar integrada en las diferentes

Angélica Coromoto Nava-Romero

asignaturas y actividades académicas. Además, debe darse con un enfoque integral que involucre a todos los actores educativos: docentes, estudiantes y familias.

- Integrar actividades socioemocionales en la planificación del aula: Implica abordar la inteligencia emocional de forma transversal, promoviendo el aprendizaje desde una perspectiva emocional. Es fundamental destinar tiempo a dinámicas que faciliten a los estudiantes la exploración y expresión de sus emociones. En este sentido, estrategias como el desarrollo de proyectos de vida, la implementación de círculos de diálogo o la práctica del mindfulness en el aula son herramientas valiosas, ya que fomentan la calma, reducen el estrés y potencian la atención plena hacia uno mismo, los demás y el entorno.
- Explorar las emociones: en conjunto con los estudiantes a través de una narrativa que fomente la autoconciencia. Además, procurar ser flexible, no crear barreras con la imaginación y, sobre todo, no dar una connotación negativa a las actividades que se realizan o a las metas que se quieren alcanzar.
- Aprender a identificar, utilizar y reafirmar las fortalezas, propias y de los otros, al mismo tiempo que se identifique y aprenda de las debilidades, con la finalidad de evitarlas o minimizarlas lo más posible.
- El docente debe asumirse como figura significativa y modelo ético-pedagógico en la práctica cotidiana para la formación de competencias emocionales en los estudiantes
- Realizar prácticas de evaluación entre pares: con el objetivo de desarrollar la habilidad de dar y recibir retroalimentación y críticas constructivas que favorezcan la autoconciencia.
- Uso de refuerzos positivos: Reconocer los logros emocionales de los estudiantes, como manejar una situación difícil o mostrar empatía hacia un compañero, refuerza estos comportamientos y fomenta su repetición.

Angélica Coromoto Nava-Romero

- Construcción de espacios de diálogo: Aplicar la estrategia de asamblea en el aula para el manejo de las emociones y los conflictos, permitiendo que los estudiantes expresen sus preocupaciones o inquietudes sin temor a ser juzgados. Los docentes pueden establecer momentos específicos para estas conversaciones o simplemente mantener una actitud abierta, receptiva y buscando crear un ambiente de confianza.
- Creación de un clima escolar positivo: Un ambiente seguro y respetuoso es fundamental para que los estudiantes se sientan cómodos expresando sus emociones. Esto incluye promover valores como la tolerancia, la empatía y el respeto mutuo.
- Desarrollo de procesos de formación continua: Los docentes también deben estar preparados para abordar las necesidades emocionales de sus estudiantes y aplicar estrategias pedagógicas adecuadas. Por tanto, participar en talleres o cursos sobre inteligencia emocional, manejo del estrés o técnicas de mediación puede enriquecer su práctica profesional.
- Involucramiento de las familias: La educación emocional debe extenderse más allá del aula. Involucrar a las familias en este proceso asegura que los estudiantes reciban un apoyo coherente tanto en la escuela como en el hogar.

CONCLUSIONES

La inteligencia emocional es un concepto multidimensional que integra tanto habilidades emocionales como cognitivas para que las personas mejoren las interacciones consigo mismo y con los demás. Desde los trabajos iniciales de Salovey y Mayer hasta las contribuciones prácticas de Daniel Goleman, Bar-On y Bisquerra, este constructo ha demostrado ser fundamental para el desarrollo del ser humano en los ámbitos: personal, educativo, profesional y social. Su importancia radica, no solo en comprender las emociones, sino también en utilizarlas como herramientas para enfrentar las

Angélica Coromoto Nava-Romero

adversidades con mayor resiliencia y alcanzar las metas, construir relaciones más sólidas y auténticas, y mejorar la calidad de vida.

Es por ello que el desarrollo emocional es una pieza clave en la formación integral de los estudiantes, y los docentes juegan un papel fundamental en este ámbito. Más allá de transmitir conocimiento académico, tienen el compromiso de crear un entorno en el que las emociones, tanto propias como ajenas, sean reconocidas, valoradas y gestionadas de forma saludable. Por esta razón, es imperativo que los educadores reciban formación especializada en metodologías y prácticas pedagógicas, que integren el desarrollo de competencias y habilidades como la empatía, la autorregulación, la resiliencia y la toma de decisiones responsables, dentro del plan de estudios.

En definitiva, la educación emocional no solo beneficia a los estudiantes en su proceso académico, sino que también contribuye al bienestar emocional con el desarrollo de competencias y habilidades fundamentales para una convivencia armónica en contextos sociales diversos y asumir los retos y desdenes de la vida adulta. En consecuencia, es vital que los sistemas educativos incorporen la educación emocional en el plan de estudios, avanzando hacia un modelo más integral e inclusivo que valore en igual medida las habilidades académicas y emocionales. La implementación y el respaldo institucional en este ámbito pueden generar un impacto transformador.

FINANCIAMIENTO

No monetario.

AGRADECIMIENTO

A todos los agentes sociales involucrados en el desarrollo de la investigación.

Angélica Coromoto Nava-Romero

REFERENCIAS CONSULTADAS

- Acevedo, A., y Murcia, A. (2017). La inteligencia emocional y el proceso de aprendizaje de estudiantes de quinto de primaria en una Institución Educativa Departamental Nacionalizada. *EL ÁGORA USB*, 17(2), 545-555. <https://n9.cl/mpm5u>
- Arias, F. (2023). Investigación documental, investigación bibliométrica y revisiones sistemáticas. *REDHECS: Revista electrónica de Humanidades, Educación y Comunicación Social*, 31(22), 9-28. <https://n9.cl/34cum>
- Artes, G., Rodríguez, F., y Quirantes, G. (2024). Impacto del uso del programa computarizado IDADIE en el desarrollo de habilidades de reconocimiento emocional en niños de 3 años. *Texto Livre*, 17, e51362. <https://doi.org/10.1590/1983-3652.2024.51362>
- Barrios, H., y Peña, L. (2019). Líneas teóricas fundamentales para una educación emocional. *Educación y Educadores*, 22(3), 487-509. <https://doi.org/10.5294/edu.2019.22.3.8>
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7-43. <https://n9.cl/y0jfa>
- Fragoso, R. (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto? *Revista iberoamericana de educación superior*, 6(16), 110-125. <https://n9.cl/ouq1t>
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional*. Kairós. <https://n9.cl/ngrtt>
- Kostiv, O., y Rodríguez, A. (2022). Una aproximación al Compromiso Emocional Docente y su relación con otras variables psicoeducativas. *Escritos de Psicología*, 15(2), 171-181. <https://doi.org/10.24310/espsiescpsi.v15i2.14775>
- Leo, C., Zapata, A., y Esperón, R. (2019). Estudio y desarrollo de las competencias emocionales en estudiantes de medicina. Una aproximación bibliométrica. *Investigación en Educación Médica*, 8(31), 92-102. <https://n9.cl/7fkag>
- Mora, N., Martínez, V., Santander, S., y Gaeta, M. (2022). Inteligencia emocional en la formación del profesorado de educación infantil y primaria. *Perspectiva Educacional*, 61(1), 53-77. <https://n9.cl/9ik0x>

Angélica Coromoto Nava-Romero

- Ocampo, M., Ríos, C., García, M., y Tapia, M. (2024). La inteligencia emocional en estudiantes en un escenario de post pandemia. *Aula Virtual*, 5(12), e344. <https://n9.cl/pbf8zt>
- Palella, S., y Martins, F. (2012). *Metodología de la Investigación Cuantitativa*. Fondo Editorial de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (FEDUPEL). <https://acortar.link/6yjkvY>
- Peña, T. (2022). Etapas del análisis de la información documental. *Revista Interamericana de Bibliotecología*, 45(3), e340545. <https://doi.org/10.17533/udea.rib.v45n3e340545>
- Pérez, N., y Filella, G. (2019). Educación emocional para el desarrollo de competencias emocionales en niños y adolescentes. *Praxis y Saber*, 10 (24), 23-44. <https://n9.cl/yz7v2w>
- Prieto, C., y González, M. (2022). Desarrollo de Competencias Emocionales en estudiantes de séptimo y octavo de educación básica. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 48(1), 323-34. <https://n9.cl/tb5u9r>
- Suárez, J., Maiz, F., y Meza, M. (2010). Inteligencias múltiples: Una innovación pedagógica para potenciar el proceso enseñanza aprendizaje. *Investigación y Postgrado*, 25(1), 81-94. <https://n9.cl/kwqgg>
- Trujillo, M., y Rivas, L. (2005). Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional. *INNOVAR, revista de ciencias administrativas y sociales*, 15(25), 9-24. <https://n9.cl/pjei>
- Velásquez, Y., Rose, C., Oquendo, E., y Cervera, N. (2023). Inteligencia emocional, motivación y desarrollo cognitivo en estudiantes. *Cienciamatria. Revista Interdisciplinaria de Humanidades, Educación, Ciencia y Tecnología*, 9(17), 4-35. <https://n9.cl/4ffkt>

Angélica Coromoto Nava-Romero

©2025 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>)