



Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), marzo-abril 2025,
Volumen 9, Número 2.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i2

EDUCACIÓN EMOCIONAL Y BIENESTAR: HERRAMIENTAS PARA UNA ESCUELA INCLUSIVA

**EMOTIONAL EDUCATION AND WELL-BEING: TOOLS FOR
AN INCLUSIVE SCHOOL**

Delicia Mireya Aguirre Asanza
Investigador Independiente, Ecuador

Lynnda Marcelle Ramírez Maldonado
Investigador Independiente, Ecuador

Ilda Cecilia Maldonado Sarmas
Investigador Independiente, Ecuador

Miriam Marina Apolo Maldonado
Investigador Independiente, Ecuador

Elena Margarita Maldonado Sarmas
Investigador Independiente, Ecuador

Delicia Carmita Masache Lojan
Investigador Independiente, Ecuador

DOI: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i2.16901

Educación Emocional y Bienestar: Herramientas para una Escuela Inclusiva

Delicia Mireya Aguirre Asanza¹

mireya_aguirre1972@hotmail.com

<https://orcid.org/0009-0004-0441-5358>

Investigador Independiente
Ecuador

Lynnda Marcelle Ramírez Maldonado

lynda_119511@hotmail.com

<https://orcid.org/0009-0001-8819-5003>

Investigador Independiente
Ecuador

Ilda Cecilia Maldonado Sarmas

cimaza@live.com

<https://orcid.org/0009-0003-5112-7933>

Investigador Independiente
Ecuador

Miriam Marina Apolo Maldonado

miryapolo@hotmail.com

<https://orcid.org/0009-0007-1553-555X>

Investigador Independiente
Ecuador

Elena Margarita Maldonado Sarmas

Elena_ms73@hotmail.com

<https://orcid.org/0009-0002-4258-174X>

Investigador Independiente
Ecuador

Delicia Carmita Masache Lojan

delicia14@hotmail.es

<https://orcid.org/0009-0007-8300-3280>

Investigador Independiente
Ecuador

RESUMEN

La educación emocional se ha convertido en un componente esencial para promover el bienestar estudiantil y construir entornos educativos inclusivos, su integración en el sistema educativo permite desarrollar habilidades socioemocionales que favorecen la convivencia escolar y la equidad en el aprendizaje. El objetivo de esta investigación fue analizar cómo la educación emocional puede fortalecer el bienestar estudiantil y contribuir a la creación de espacios educativos más inclusivos, para ello, se llevó a cabo un estudio de tipo cualitativo, con un enfoque descriptivo-exploratorio y una metodología documental-bibliográfica basada en el análisis de artículos científicos recientes. Los resultados indican que la educación emocional influye positivamente en el bienestar estudiantil, la reducción del acoso escolar y la mejora de la convivencia, además, se identificó que la participación de docentes, familias y comunidad es clave para su implementación efectiva. Se concluye que la educación emocional debe ser un pilar fundamental en la educación inclusiva, su consolidación requiere estrategias pedagógicas innovadoras, apoyo institucional y la formación docente en competencias socioemocionales, garantizando así un aprendizaje equitativo y un desarrollo integral para todos los estudiantes.

Palabras clave: educación emocional, inclusión escolar, bienestar estudiantil, estrategias pedagógicas, formación docente

¹ Autor principal.

Correspondencia: mireya_aguirre1972@hotmail.com

Emotional Education and Well-Being: Tools for an Inclusive School

ABSTRACT

Emotional education has become an essential component to promote student well-being and build inclusive educational environments; its integration into the educational system allows the development of socioemotional skills that favor school coexistence and equity in learning. The objective of this research was to analyze how emotional education can strengthen student well-being and contribute to the creation of more inclusive educational spaces, for this purpose, a qualitative study was carried out, with a descriptive-exploratory approach and a documentary-bibliographic methodology based on the analysis of recent scientific articles. The results indicate that emotional education has a positive influence on student wellbeing, the reduction of bullying and the improvement of coexistence, in addition, it was identified that the participation of teachers, families and community is key for its effective implementation. It is concluded that emotional education should be a fundamental pillar in inclusive education; its consolidation requires innovative pedagogical strategies, institutional support and teacher training in socioemotional competencies, thus guaranteeing equitable learning and comprehensive development for all students.

Keywords: emotional education, school inclusion, student welfare, pedagogical strategies, teacher training

Artículo recibido: 11 febrero 2025

Aceptado para publicación: 15 marzo 2025



INTRODUCCIÓN

El contexto educativo actual demanda estrategias que promuevan el bienestar integral del estudiante, donde la educación emocional se consolida como un pilar para la construcción de una escuela inclusiva. El desarrollo de competencias emocionales facilita la convivencia, el rendimiento académico y la motivación, se traduce en ambientes de aprendizaje más equitativos y accesibles para todos, sin embargo, persisten desafíos en la implementación efectiva de estos enfoques, dado que en muchas instituciones aún se observan prácticas pedagógicas que no consideran la dimensión emocional del aprendizaje (Zúñiga & Luque, 2021).

Uno de los problemas identificados en este ámbito es la carencia de formación docente en educación emocional, lo que limita la capacidad de los educadores para gestionar adecuadamente las emociones de los estudiantes y fomentar entornos inclusivos (Enrique et al., 2025). Este vacío en la preparación pedagógica no solo afecta la calidad de la enseñanza, sino que también influye en la integración de estudiantes con necesidades educativas diversas, quienes enfrentan mayores dificultades para desarrollarse en entornos carentes de un enfoque socioemocional.

Además, la falta de herramientas para el manejo de conflictos dentro del aula agrava fenómenos como el acoso escolar y la exclusión social, lo que refuerza las desigualdades en el acceso a una educación de calidad (Echeita & Fernández, 2021). Por lo tanto, la relevancia de esta investigación radica en que el bienestar estudiantil no solo depende del acceso a recursos pedagógicos adecuados, sino también de la capacidad del sistema educativo para atender las dimensiones emocionales de los estudiantes y garantizar un aprendizaje significativo.

Los antecedentes en la literatura señalan que la inteligencia emocional es un factor clave en la promoción de la inclusión educativa, ya que permite la autorregulación emocional, la resolución pacífica de conflictos y el fortalecimiento de la empatía entre los estudiantes (Retto et al., 2024). Programas educativos basados en el desarrollo de estas competencias han mostrado resultados positivos en la reducción de comportamientos agresivos y en la mejora del clima escolar. Asimismo, la Organización de Estados Iberoamericanos (OEI) ha destacado la necesidad de generar espacios de aprendizaje donde se garantice la equidad y la calidad educativa para todos, alineándose con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la ONU.



A partir de lo expuesto, el problema que se plantea en esta investigación es la limitada integración de la educación emocional en los programas de formación docente y su impacto en la inclusión escolar. Como objetivo general, se busca analizar cómo la educación emocional puede fortalecer el bienestar estudiantil y contribuir a la creación de espacios educativos más inclusivos, mediante la identificación de estrategias y herramientas que faciliten la implementación de este enfoque en las instituciones escolares.

Fundamentos de la Educación Emocional

La educación emocional se ha consolidado como un eje fundamental en la formación integral de los estudiantes, dado que permite el desarrollo de competencias para reconocer, comprender y gestionar emociones propias y ajenas. Vílchez (2018), definen este concepto como un proceso continuo que debe estar presente en todas las etapas de la vida, desde la infancia hasta la adultez, con el propósito de fortalecer el bienestar emocional y social. En este sentido, la educación emocional no solo contribuye a la estabilidad psicológica, sino que también influye en el rendimiento académico y en la motivación de los estudiantes para enfrentar los retos escolares de manera efectiva.

El impacto de la educación emocional en el aprendizaje se evidencia en la mejora de la concentración, el incremento de la resiliencia y la promoción de relaciones interpersonales saludables dentro del aula. San Martín y Tapia (2023), destacan que los estudiantes que han sido formados en inteligencia emocional desarrollan una mayor capacidad para gestionar el estrés académico, lo que incide positivamente en su desempeño escolar y en su capacidad de trabajo colaborativo. De acuerdo con Zúñiga y Luque (2021), la inteligencia emocional facilita la convivencia dentro del aula, reduciendo los niveles de violencia y promoviendo un ambiente de aprendizaje más inclusivo.

Además, la educación emocional juega un papel clave en la prevención de la deserción escolar, pues los estudiantes que logran desarrollar habilidades socioemocionales presentan una mayor estabilidad en sus procesos de aprendizaje, al fomentar el autoconocimiento y la regulación emocional, se fortalece la confianza en las propias capacidades, lo que permite enfrentar los desafíos académicos con mayor seguridad. La formación docente en este ámbito se vuelve imprescindible, ya que los educadores deben estar capacitados para integrar estrategias emocionales en la enseñanza de manera efectiva (Villanueva et al., 2024).



El bienestar emocional y la inclusión escolar son dos conceptos estrechamente relacionados, pues un entorno educativo inclusivo no solo implica la adaptación de materiales y metodologías, sino también el desarrollo de competencias emocionales que permitan a los estudiantes interactuar en un ambiente seguro y empático. Bustamante et al. (2023), afirman que la inclusión educativa no solo fomenta el respeto a la diversidad, sino que también fortalece la autoestima de los estudiantes con necesidades educativas especiales (NEE), permitiéndoles integrarse de manera efectiva al entorno escolar.

Por otro lado, la falta de estrategias emocionales en la escuela puede generar exclusión y afectar la salud mental de los estudiantes. En este sentido, San Martín y Tapia (2023), subrayan que los estudiantes que no reciben educación emocional pueden experimentar mayores niveles de ansiedad, inseguridad y dificultades para establecer relaciones interpersonales saludables. La inteligencia emocional, al estar integrada en el currículo escolar, permite que los alumnos desarrollen la empatía y la tolerancia, habilidades fundamentales para la construcción de una comunidad educativa inclusiva.

Desde una perspectiva práctica, los programas de educación emocional han demostrado su eficacia en la reducción del acoso escolar y la mejora del clima escolar, estrategias como el aprendizaje cooperativo, el mindfulness y el trabajo en equipo han sido aplicadas con éxito en diversos contextos educativos, promoviendo la colaboración entre estudiantes y la resolución pacífica de conflictos. La educación emocional, al proporcionar herramientas para la gestión de emociones, se convierte en un pilar fundamental para garantizar el acceso equitativo a la educación y fortalecer la inclusión en las aulas (Echeita & Fernández, 2021).

Estrategias para el desarrollo de competencias emocionales en el aula

El desarrollo de la inteligencia emocional en el ámbito educativo es un elemento clave para fomentar el bienestar estudiantil y mejorar el proceso de aprendizaje. Según Moreno et al. (2023), la inteligencia emocional se define como la capacidad de reconocer, comprender y regular las emociones propias y de los demás, incidiendo en la adaptación socioemocional y el rendimiento académico de los estudiantes. La implementación de programas educativos que fomenten la autorregulación emocional ha demostrado beneficios significativos en la reducción del estrés, la mejora de la resiliencia y el fortalecimiento de la convivencia dentro del aula.



En este contexto, los docentes desempeñan un papel fundamental, dado que su nivel de inteligencia emocional impacta directamente en la dinámica del aula. Armstrong y Sandoval (2023), evidencian que los docentes con alta inteligencia emocional generan ambientes de aprendizaje más positivos y favorecen la inclusión, facilitando la atención a la diversidad y la resolución de conflictos. La autorregulación emocional en los docentes no solo mejora su bienestar personal, sino que también influye en la motivación y compromiso de los estudiantes.

Los estudios de Chunchi y Ordóñez, (2024), destacan la necesidad de capacitar a los docentes en competencias emocionales, ya que muchos de ellos enfrentan desafíos en la gestión de emociones propias y ajenas dentro del entorno escolar. Estrategias como la reflexión sobre las emociones, la identificación de detonantes emocionales y la práctica del mindfulness han mostrado ser efectivas para fortalecer la autorregulación en docentes y estudiantes. La integración de estas herramientas en la enseñanza permite a los alumnos desarrollar habilidades que les ayuden a gestionar la frustración, mejorar su capacidad de atención y fortalecer la empatía hacia sus compañeros.

El uso de metodologías activas en el aula contribuye significativamente al desarrollo de competencias emocionales, estrategias como el aprendizaje basado en proyectos, el trabajo cooperativo y el juego de roles han demostrado ser efectivas para fortalecer la educación emocional en estudiantes de distintos niveles educativos. La implementación de estas metodologías no solo favorece la comprensión de contenidos académicos, sino que también permite la experimentación y gestión de emociones en situaciones reales de aprendizaje (Retto et al., 2024).

Los recursos didácticos desempeñan un papel clave en la enseñanza de la educación emocional, materiales como cuentos, cortometrajes, dinámicas grupales y plataformas digitales permiten a los estudiantes reflexionar sobre sus emociones y aprender estrategias para su regulación. La combinación de herramientas digitales y recursos tradicionales ha mostrado ser una estrategia eficaz para promover el aprendizaje socioemocional en contextos educativos diversos.

Las investigaciones de Armstrong y Sandoval (2023), resaltan la importancia de la formación continua en educación emocional para los docentes, quienes deben contar con estrategias pedagógicas adecuadas para abordar la dimensión emocional del aprendizaje. La implementación de programas específicos de



inteligencia emocional dentro del currículo escolar permite mejorar el clima del aula, fortalecer la resiliencia estudiantil y fomentar relaciones interpersonales saludables.

Finalmente, el fortalecimiento de la educación emocional en el aula no solo impacta en el rendimiento académico, sino que también contribuye a la formación integral de los estudiantes. La aplicación de estrategias de enseñanza innovadoras y el uso de recursos didácticos adecuados potencian el desarrollo de competencias emocionales esenciales para la vida, preparando a los estudiantes para enfrentar desafíos tanto en el ámbito escolar como en su vida cotidiana.

Educación emocional como pilar para una escuela inclusiva y equitativa

El acoso escolar representa un problema persistente en diversas instituciones educativas, afectando el bienestar emocional y el rendimiento académico de los estudiantes, la educación emocional se ha consolidado como una estrategia eficaz para abordar esta problemática, al proporcionar herramientas que permiten la regulación de emociones, la empatía y la comunicación asertiva, los programas de educación emocional han demostrado su efectividad en la reducción de episodios de acoso escolar, ya que fomentan habilidades sociales que promueven la convivencia armoniosa en los espacios educativos (Silvana, 2024).

En este contexto, la inteligencia emocional se convierte en un factor clave para la prevención del acoso. Vázquez y Velásquez (2024), sostienen que la empatía es un elemento esencial para la inclusión educativa, pues contribuye a la formación de ambientes de respeto y cooperación. Cuando los estudiantes aprenden a reconocer y gestionar sus emociones, logran establecer relaciones interpersonales más saludables, disminuyendo así las actitudes de agresión y exclusión.

La aplicación de estrategias basadas en la educación emocional dentro del aula facilita la resolución de conflictos de manera pacífica. Programas que incluyen actividades como dramatizaciones, debates guiados y ejercicios de regulación emocional han sido implementados con éxito en diversas instituciones, logrando una disminución de la violencia escolar, la mediación escolar, promovida por docentes y otros actores educativos, permite canalizar los conflictos a través del diálogo y la negociación, evitando la escalada de situaciones de acoso (Córdova et al., 2024).

El papel del docente en este proceso es crucial. Una formación adecuada en educación emocional les permite actuar como mediadores en la resolución de conflictos y fomentar un ambiente de aula basado



en la tolerancia y el respeto. La capacitación en estrategias de regulación emocional y comunicación asertiva fortalece la capacidad del profesorado para identificar situaciones de riesgo y aplicar intervenciones oportunas (Ruiz et al., 2024).

El bienestar de los estudiantes no puede depender exclusivamente del entorno escolar. La colaboración entre docentes, familias y la comunidad es fundamental para garantizar un desarrollo emocional adecuado y una educación inclusiva. Estudios recientes han señalado que la participación activa de la familia en la formación socioemocional del estudiante mejora su desempeño académico y su estabilidad emocional (Cedeño et al., 2022).

La comunicación efectiva entre docentes y familias es un pilar en la educación emocional. Estrategias como reuniones periódicas, talleres formativos y asesorías personalizadas permiten establecer vínculos de confianza entre la escuela y el hogar. La creación de espacios de diálogo facilita la identificación de problemáticas que afectan a los estudiantes, permitiendo un abordaje integral de sus necesidades emocionales y académicas.

A nivel comunitario, el desarrollo de redes de apoyo fortalece la inclusión y el bienestar estudiantil. Iniciativas como programas de mentoría, participación de organizaciones locales y actividades extracurriculares orientadas al desarrollo emocional contribuyen a la creación de entornos educativos más equitativos. La educación inclusiva no solo debe enfocarse en el aula, sino que debe extenderse a los espacios en los que los estudiantes interactúan cotidianamente (San Martín et al., 2020).

El rol del docente en la vinculación con la comunidad resulta clave para la sostenibilidad de estas estrategias, la formación en competencias emocionales y sociales les permite establecer conexiones con actores clave dentro y fuera de la escuela, asegurando un enfoque integral en la formación del estudiante. La implementación de metodologías participativas, donde las familias y la comunidad sean protagonistas en la construcción de ambientes inclusivos, refuerza la equidad en el acceso a una educación de calidad.

La educación emocional, como herramienta fundamental en la construcción de escuelas inclusivas y equitativas, debe ser entendida como un proceso colaborativo que involucre a toda la comunidad educativa, su implementación efectiva permite la creación de espacios seguros, la prevención de la



exclusión y el fortalecimiento del bienestar de los estudiantes, garantizando así una formación integral que trascienda el ámbito académico.

METODOLOGÍA

Este tipo de estudio se centra en comprender la realidad desde la perspectiva de los sujetos involucrados, explorando sus experiencias, percepciones y emociones, a diferencia de los estudios cuantitativos, no busca la generalización de resultados mediante el uso de datos numéricos, sino el análisis profundo de los factores que influyen en un fenómeno específico (Maldonado et al., 2023).

En el contexto de la educación emocional y el bienestar en una escuela inclusiva, un estudio cualitativo permite comprender cómo se desarrollan las competencias emocionales en los estudiantes y cómo impactan en la inclusión escolar, este enfoque posibilita la exploración de experiencias docentes, prácticas pedagógicas y estrategias emocionales que fomentan ambientes educativos más equitativos y accesibles para todos los alumnos.

El enfoque descriptivo se encarga de detallar y caracterizar fenómenos educativos y sociales sin establecer relaciones causales, su objetivo es ofrecer una visión detallada de los componentes que configuran una determinada realidad. Por otro lado, el enfoque exploratorio busca analizar problemáticas poco estudiadas o que carecen de antecedentes suficientes, permitiendo generar nuevas hipótesis y líneas de investigación para futuros estudios (Alban et al., 2020).

En relación con la educación emocional y la inclusión escolar, un enfoque descriptivo-exploratorio facilita la identificación de estrategias que han sido implementadas en el ámbito educativo para fortalecer el bienestar emocional de los estudiantes, este análisis permite examinar cómo la educación emocional contribuye a la prevención del acoso escolar, la mejora de la convivencia y la resolución de conflictos en entornos inclusivos.

La investigación documental se basa en la recopilación, selección y análisis de información proveniente de diversas fuentes, como libros, artículos científicos y documentos institucionales, este tipo de estudio permite construir un marco teórico sólido a partir de la revisión de investigaciones previas, lo que facilita la comprensión del problema de estudio y el planteamiento de soluciones fundamentadas (Tarrillo et al., 2024).



El método teórico permite la construcción del conocimiento a partir de la revisión y análisis de estudios previos, facilitando la comprensión de conceptos clave y la formulación de hipótesis. El método inductivo-deductivo combina la observación y la generalización de patrones con la aplicación de principios teóricos a casos específicos, permitiendo un análisis más estructurado del fenómeno en estudio. Finalmente, el método analítico-sintético permite descomponer la información en sus elementos fundamentales para luego integrarla en una visión holística del tema (Hadi et al., 2023).

En el marco de la educación emocional y la inclusión escolar, estos métodos permiten analizar diferentes enfoques teóricos, identificar patrones en la implementación de programas educativos y sintetizar la información para formular estrategias que mejoren el bienestar estudiantil en entornos inclusivos.

El análisis documental se enfocó en la revisión de publicaciones científicas de los últimos cinco años, en español e inglés, con el propósito de identificar tendencias y hallazgos recientes en la educación emocional y su aplicación en entornos inclusivos, la selección de fuentes se realiza considerando su relevancia, rigor metodológico y contribución al desarrollo del conocimiento en este campo (Danel & Santa María, 2024).

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

El análisis de los hallazgos permite comprender la educación emocional no solo como un recurso aislado, sino como un eje transversal que influye en la configuración de espacios educativos inclusivos. Los estudios analizados coinciden en que la educación emocional fortalece la equidad y la participación, sin embargo, su implementación aún enfrenta desafíos relacionados con la capacitación docente, la integración curricular y la generación de estrategias efectivas para su consolidación dentro del aula.



Tabla 1. Educación emocional y bienestar estudiantil

Autor y Año	Educación emocional como eje del bienestar estudiantil	Estrategias para la creación de espacios educativos inclusivos	Herramientas que faciliten la implementación de este enfoque en las instituciones escolares
(Córdova et al., 2024)	La educación emocional se considera un pilar fundamental en la construcción de una sociedad equitativa y justa, donde se promueve la inclusión y el bienestar estudiantil a través del desarrollo de habilidades socioemocionales.	Es necesario diseñar políticas educativas que fomenten la integración de todos los estudiantes, garantizando igualdad de oportunidades.	El uso de recursos digitales interactivos facilita la enseñanza de habilidades socioemocionales en entornos educativos diversos.
(C. San Martín et al., 2020)	Los docentes identifican que la educación emocional favorece el sentido de pertenencia y la participación de los estudiantes en un entorno inclusivo.	El trabajo colaborativo entre docentes y familias contribuye a la creación de una comunidad educativa inclusiva.	El desarrollo de guías didácticas con estrategias de educación emocional ayuda a fortalecer la inclusión en el aula.
(Vázquez & Velásquez, 2024)	El desarrollo de la empatía como parte de la educación emocional permite a los estudiantes mejorar su adaptación y bienestar en entornos educativos diversos.	La implementación de programas de tutoría entre pares fomenta un ambiente de aprendizaje más inclusivo y participativo.	Los programas de mentoría entre estudiantes con diferentes niveles de desarrollo emocional fortalecen la educación inclusiva.
(Chunchi & Ordóñez, 2024)	La educación socioemocional fortalece la salud mental de los adolescentes, promoviendo un ambiente de aprendizaje más positivo y equilibrado.	Capacitar a los docentes en competencias socioemocionales les permite generar espacios educativos más equitativos.	La implementación de plataformas virtuales para la formación docente en educación emocional facilita su aplicación en las escuelas.
(Armstrong & Sandoval, 2023)	La inteligencia emocional de los docentes influye en el clima del aula y en la capacidad de los estudiantes para gestionar sus emociones y su bienestar.	El desarrollo de prácticas pedagógicas basadas en la diversidad ayuda a fortalecer la educación inclusiva en el aula.	El uso de técnicas de mediación escolar mejora la gestión de conflictos y el clima escolar en contextos inclusivos.
(Moreno et al., 2023)	Las estrategias de educación emocional impactan directamente en el rendimiento académico y el desarrollo personal de los estudiantes.	El diseño de programas de educación emocional basados en el aprendizaje activo mejora la convivencia escolar.	La adaptación curricular basada en el desarrollo de competencias emocionales fortalece el aprendizaje inclusivo.
(R. San Martín & Tapia, 2023)	El fortalecimiento de la autoestima y la resiliencia a través de la educación emocional mejora la interacción social y el desempeño escolar.	Las estrategias para el desarrollo de la inteligencia emocional en el aula promueven la inclusión y el respeto a la diversidad.	El fomento de la autoevaluación emocional en los estudiantes permite un mejor autoconocimiento y desarrollo personal.
(Bustamante et al., 2023)	La educación inclusiva debe incorporar la educación emocional para garantizar el desarrollo integral de los niños con necesidades educativas especiales.	Es esencial adaptar los materiales didácticos a las necesidades de los estudiantes para fomentar la inclusión en la educación básica.	El uso de dinámicas grupales enfocadas en la inteligencia emocional promueve la inclusión escolar.
(Zúñiga & Luque, 2021)	La inteligencia emocional junto con la inclusión escolar permite una convivencia armoniosa y reduce la incidencia de conflictos dentro del aula.	La implementación de metodologías cooperativas en el aula mejora la convivencia y fortalece los valores inclusivos.	Los talleres de sensibilización sobre diversidad y educación emocional mejoran la convivencia en el aula.
(Echeita & Fernández, 2021)	Las prácticas de educación inclusiva deben considerar la educación emocional como una herramienta esencial para la equidad y la participación estudiantil.	La participación activa de la comunidad educativa en la toma de decisiones fortalece la inclusión en el entorno escolar.	El desarrollo de planes de acción basados en la educación emocional contribuye a la inclusión y el bienestar estudiantil.

Elaborado por los autores

Un aspecto relevante identificado en la revisión es la relación entre la educación emocional y el desarrollo de ambientes escolares favorables, más allá de mejorar el bienestar individual de los



estudiantes, los hallazgos evidencian que la educación emocional tiene un impacto sistémico en la convivencia escolar y en la dinámica institucional, esto sugiere que no basta con enseñar habilidades emocionales a los alumnos; es fundamental transformar la cultura escolar y generar modelos de enseñanza que prioricen la autorregulación emocional y la empatía como competencias esenciales.

Los resultados también destacan que la inclusión educativa no puede depender exclusivamente de estrategias pedagógicas, sino que requiere del compromiso de toda la comunidad escolar, la evidencia muestra que la articulación entre docentes, familias y directivos resulta determinante para la consolidación de espacios educativos más equitativos. En este sentido, la participación activa de los actores educativos en la toma de decisiones favorece la implementación de programas emocionales con mayor efectividad.

Otro hallazgo clave es la importancia de las herramientas tecnológicas en la educación emocional, aunque su uso se menciona en varias investigaciones, su implementación efectiva aún no está sistematizada en muchas instituciones, esto plantea la necesidad de diseñar estrategias específicas para aprovechar los recursos digitales en el fortalecimiento del bienestar estudiantil y la inclusión.

Finalmente, se observa que la educación emocional sigue siendo vista en muchos contextos como un complemento del currículo y no como un componente esencial del proceso educativo, esta percepción debe cambiar para garantizar que el desarrollo socioemocional de los estudiantes tenga el mismo peso que el desarrollo cognitivo, lo que permitiría consolidar una educación verdaderamente inclusiva y equitativa.

Tabla 2. Propuesta de estrategias de educación emocional y bienestar estudiantil

Nombre de la Estrategia	Objetivo	Alcance	Recursos	Resultados Esperados
Círculos de Expresión Emocional	Fomentar la comunicación asertiva y la gestión emocional de los estudiantes a través de espacios seguros para la expresión de sentimientos y experiencias personales.	Se aplicará en todas las áreas del currículo, permitiendo que los estudiantes de distintos niveles educativos participen en dinámicas de diálogo abierto y reflexión emocional.	Aula con disposición en círculo, materiales visuales de apoyo (emocionómetro, tarjetas con emociones), guía de preguntas para facilitar la reflexión, cuadernos de emociones.	Mayor confianza y cohesión grupal, reducción de conflictos escolares, fortalecimiento de habilidades de empatía y escucha activa, y mejora del bienestar emocional de los estudiantes.

Aprendizaje Basado en la Empatía	Desarrollar la empatía y la conciencia social a través de proyectos colaborativos en los que los estudiantes aborden problemáticas reales y propongan soluciones inclusivas.	Actividades interdisciplinarias que involucren asignaturas como ciencias sociales, literatura y educación para la ciudadanía, adaptadas a todos los niveles educativos.	Casos reales para análisis, testimonios de personas en situación de vulnerabilidad, plataformas digitales para investigación y presentación de propuestas.	Mayor sensibilidad social, reducción de la discriminación y los prejuicios en el aula, y desarrollo de competencias emocionales y de resolución de problemas en equipo.
Mindfulness y Regulación Emocional	Integrar prácticas de atención plena (mindfulness) en la rutina escolar para reducir el estrés, mejorar la concentración y fortalecer la inteligencia emocional de los estudiantes.	Se implementará diariamente durante 5-10 minutos en el aula antes de iniciar las clases y en momentos de alta carga emocional o estrés académico.	Audios y videos de meditación guiada, ejercicios de respiración, dinámicas de relajación, formación docente en técnicas de mindfulness.	Reducción del estrés y la ansiedad en los estudiantes, mayor regulación emocional, mejora en la concentración y desempeño académico, y aumento del bienestar general en el aula.
Tutorías de Acompañamiento Socioemocional	Crear un sistema de tutorías en el que los estudiantes puedan contar con el apoyo de docentes o compañeros entrenados en educación emocional para gestionar sus emociones y mejorar la convivencia.	Se aplicará a nivel institucional, permitiendo que cada estudiante tenga acceso a un tutor o mentor capacitado en inteligencia emocional y resolución de conflictos.	Espacios de orientación, guías de tutoría emocional, formación de docentes y estudiantes mentores, reuniones semanales de seguimiento.	Mayor integración social, reducción de casos de acoso escolar, fortalecimiento de la red de apoyo entre estudiantes, mejora en la resiliencia y autoeficacia académica.
Cultura de la Inclusión: Escuela para Todos	Sensibilizar a toda la comunidad educativa sobre la importancia de la inclusión y la diversidad, promoviendo acciones concretas para la eliminación de barreras y prejuicios en el aula.	Involucra a docentes, estudiantes, familias y directivos en un plan de sensibilización sobre inclusión educativa y diversidad en el aula.	Charlas, documentales, debates, material audiovisual, jornadas de sensibilización, cartillas con estrategias inclusivas para docentes.	Reducción de la discriminación, mayor inclusión de estudiantes con necesidades educativas especiales, fortalecimiento de una cultura escolar basada en el respeto y la equidad.

Elaborado por los autores

La implementación de estas estrategias en el entorno educativo permite abordar de manera integral la educación emocional, el bienestar y la inclusión en el aula, cada una de las estrategias planteadas responde a necesidades específicas de los estudiantes y de la comunidad educativa, ofreciendo soluciones concretas para mejorar el ambiente escolar y promover el desarrollo socioemocional.

Uno de los aspectos clave de esta propuesta es su enfoque multidimensional, ya que combina prácticas de gestión emocional (como el mindfulness y los círculos de expresión), metodologías activas centradas en la empatía y el aprendizaje social, así como estrategias de acompañamiento y tutoría que fortalecen el sentido de pertenencia dentro de la escuela, esta combinación de estrategias permite garantizar un aprendizaje más equitativo y significativo.



Además, la propuesta destaca la importancia de la formación docente y el involucramiento de la comunidad, estrategias como la cultura de inclusión y las tutorías de acompañamiento fomentan un trabajo colaborativo entre docentes, estudiantes y familias, lo que refuerza la efectividad de la educación emocional, la sensibilización y el fortalecimiento de las habilidades socioemocionales de los docentes son fundamentales para la sostenibilidad de estos programas a largo plazo.

Otro punto relevante es la versatilidad y adaptabilidad de las estrategias, estas pueden implementarse en distintos niveles educativos y ajustarse según las características de cada institución, además, el uso de herramientas tecnológicas, dinámicas grupales y recursos multimedia facilita su aplicación en diversos contextos de enseñanza.

Los resultados esperados, tales como la reducción del estrés y la ansiedad en los estudiantes, el fortalecimiento de la convivencia escolar, la mejora del rendimiento académico y la inclusión efectiva, reflejan la importancia de priorizar la educación emocional dentro del currículo escolar. La creación de un entorno escolar seguro, empático e inclusivo no solo impacta en el bienestar de los estudiantes, sino que también contribuye al desarrollo de una sociedad más equitativa y colaborativa.

La integración de estas estrategias en las instituciones educativas no solo responde a una necesidad inmediata de mejorar el clima escolar, sino que también sienta las bases para un modelo educativo más humano, inclusivo y orientado al desarrollo integral de los estudiantes. La educación emocional debe consolidarse como un eje transversal del aprendizaje, garantizando que cada estudiante pueda desarrollar sus habilidades emocionales y sociales en un entorno de respeto y equidad.

CONCLUSIONES

Se evidencia que la educación emocional no solo impacta en el desarrollo individual de los estudiantes, sino que también influye en la cultura institucional y en la creación de ambientes de aprendizaje más equitativos, su implementación efectiva requiere estrategias pedagógicas que trasciendan la enseñanza de contenidos académicos y promuevan el desarrollo de habilidades emocionales desde un enfoque integral.

Uno de los hallazgos más relevantes es la necesidad de articular la educación emocional con estrategias inclusivas que favorezcan la participación de todos los actores de la comunidad escolar. La formación docente, la colaboración con las familias y la creación de espacios de aprendizaje basados en la empatía



y el respeto son elementos determinantes para consolidar entornos educativos donde se promueva el bienestar y la equidad, sin embargo, persisten desafíos en la integración de la educación emocional en los programas educativos de manera sistemática, lo que sugiere la importancia de diseñar políticas que respalden su implementación a largo plazo.

Además, la investigación revela que el uso de herramientas tecnológicas y metodologías activas puede potenciar el desarrollo de competencias emocionales, siempre que su aplicación sea contextualizada y responda a las necesidades específicas de los estudiantes. La inclusión educativa, vista desde esta perspectiva, no debe limitarse a la adaptación de materiales o metodologías, sino que debe considerar la dimensión emocional como un pilar fundamental del proceso de aprendizaje. En definitiva, garantizar una educación emocional efectiva y equitativa implica repensar la forma en que las escuelas abordan el desarrollo integral de sus estudiantes. Una escuela inclusiva solo es posible cuando el bienestar emocional se reconoce como un derecho y una prioridad dentro del sistema educativo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alban, G., Verdesoto, A., & Castro, N. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *Recimundo*, 4(3), 163–173.

[https://doi.org/10.26820/recimundo/4.\(3\).julio.2020.163-173](https://doi.org/10.26820/recimundo/4.(3).julio.2020.163-173)

Armstrong, S., & Sandoval, E. (2023). Inteligencia emocional y competencias para la atención a la diversidad en docentes chilenos durante la pandemia. *ReHuSo: Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales*, 8(2), 17–40. <https://doi.org/10.33936/rehuso.v8i2.5751>

Bustamante, M., Albán, R., Alvarez, J., & Albán, J. (2023). Educación Inclusiva y su Influencia en el Desarrollo Socioemocional de Niños con NEE. *593 Digital Publisher CEIT*, 8(6), 214–224.

<https://doi.org/10.33386/593dp.2023.6.2105>

Cedeño, W., Ibarra, L., Galarza, F., Verdesoto, J., & Gómez, D. (2022). Habilidades socioemocionales y su incidencia en las relaciones interpersonales entre estudiantes. *Revista Universidad y Sociedad*, 14(4), 466–474.

Chunchi, M., & Ordóñez, M. E. (2024). Educación Socioemocional como Herramienta del Proceso de Enseñanza-Aprendizaje en los Estudiantes de 1ro de Bachillerato. *Revista Tecnológica - ESPOL*, 36(1), 82–97. <https://doi.org/10.37815/rte.v36n1.1085>



- Córdova, C. C., Jara, J., Muñoz, N., Romero, C., Cadena, D., & Muñoz, S. (2024). La educación como herramienta para la inclusión social: un análisis en el contexto ecuatoriano. *South Florida Journal of Development*, 5(2), 811–825. <https://doi.org/10.46932/sfjdv5n2-032>
- Danel, O., & Santa María, C. (2024). Metodología de la investigación. April. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.33341.47849>
- Echeita, G., & Fernández, M. L. (2021). Escuelas Inclusivas Colaboración Y Participación En El Proceso Hacia Una Educación Más Inclusiva Guía Para La Formación a Través De Recursos Audiovisuales. <https://oei.int/wp-content/uploads/2021/05/guia-inclusion-final-2021-comprimido.pdf>
- Enrique, Á., Patricia, L., & Veronica, M. (2025). Educación emocional como herramienta para prevenir el acoso escolar. *Multidisciplinary Collaborative Journal*, 03(1), 1–15. <https://doi.org/10.70881/mcj/v3/n 1/42>
- Hadi, M., Martel, C., Huayta, F., Rojas, R., & Arias, J. (2023). Metodología de la investigación: Guía para el proyecto de tesis. In Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú S.A.C. <https://doi.org/10.35622/inudi.b.073>
- Maldonado, F., Álvarez, R., Maldonado, P., Cordero, G. de, & Capote, M. (2023). Metodología de la investigación: De la teoría a la práctica. Puerto Madero Editorial Académica. <https://doi.org/10.55204/pmea.24>
- Moreno, N., Roldán, B., Mena, I., Castillo, M., & Rodriguez, B. (2023). Inteligencia Emocional en el aula: Una Revisión de Prácticas y Estrategias para promover el Bienestar Estudiantil. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(2), 4731–4748. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i2.5683
- Retto, S., Abrigo, B., Luna, E., & Martinez, R. (2024). El desarrollo de habilidades socioemocionales en estudiantes de sexto grado y su impacto en la convivencia escolar. *Sinergia Académica*, 7(Especial), 312–342.
- Ruiz, S., Quinteros, A., Palomeque, L., & Palomeque, C. (2024). Estrategias Inclusivas para estudiantes con discapacidad en escuelas públicas: Un enfoque basado en la realidad contextual. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(6), 8728–8746.



https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i6.15566

San Martín, C., Rogers, P., Troncoso, C., & Rojas, R. (2020). Camino a la Educación Inclusiva: Barreras y Facilitadores para las Culturas, Políticas y Prácticas desde la Voz Docente. *Revista Latinoamericana de Educación Inclusiva*, 14(2), 191–211. <https://doi.org/10.4067/s0718-73782020000200191>

San Martín, R., & Tapia, 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://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i3.6285

Silvana, C. (2024). Social-emotional skills and their influence on the academic performance of second year GBS students Las habilidades socioemocionales y su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes de segundo año de la EGB Resumen. 8(4), 1389–1412.

Tarrillo, O., Mejía, J., Dávila, J., Pinado, C., Tapia, C., Chilón, W., & Vélez, S. (2024). Metodología de la investigación una mirada global Ejemplos prácticos. In *Sustainability (Switzerland)*. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TE_RPUSAT_STRATEGI_MELESTARI

Vázquez, L., & Velásquez, H. (2024). La Empatía Como Herramienta Para La Educación Inclusiva De Alumnos Con Aptitudes Sobresalientes De Educación Básica. *Revista de Educación Inclusiva*, 17(1), 338–356. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9617866.pdf>

Vilchez, R. (2018). Habilidades sociales para mejorar el aprendizaje en el área de personal social. *Hacedor*, 2(2), 50–65. <https://revistas.uss.edu.pe/index.php/HACEDOR/article/view/983>

Villanueva Chávez, M. L., Ayala Corzo, C. R., Álvarez Nuñez, E. A., Vega Vilca, C. S., & Carpio Mendoza, J. (2024). Habilidades sociales para la convivencia de los estudiantes de secundaria. *Impulso, Revista de Administración*, 4(7), 121–137. <https://doi.org/10.59659/impulso.v.4i7.39>

Zúñiga, C., & Luque, M. J. (2021). La inteligencia emocional junto a la inclusion para una adecuada convivencia, rendimiento y motivacion. *Revista Nacional e Internacional de Educación Inclusiva*, 14(2), 182–195. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8214944.pdf>

