

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](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i2)

## **IMPLEMENTACIÓN DE LAS EMOCIONES E INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE DE LAS CIENCIAS**

**IMPLEMENTATION OF EMOTIONS AND EMOTIONAL  
INTELLIGENCE IN THE TEACHING AND LEARNING OF  
SCIENCE ABSTRACT**

**Argemiro Manuel Acosta Ramírez**  
Universidad UMECIT – Panamá

**Amir Antonio Arrieta Ramos**  
Universidad UMECIT – Panamá

**Greidys María Cardozo Fuentes**  
Universidad UMECIT – Panamá

**Margareth Gicela Cardozo Fuentes**  
Universidad UMECIT – Panamá

**Fernando Fabio Fernández Canoles**  
Universidad UMECIT – Panamá

**Edgar Alfonso Rosso Mejía**  
Universidad UMECIT - Panamá

DOI: [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v9i2.17598](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i2.17598)

## Implementación de las emociones e inteligencia emocional en la enseñanza y aprendizaje de las ciencias

**Argemiro Manuel Acosta Ramírez<sup>1</sup>**

[acostaargemiro.est@umecit.edu.pa](mailto:acostaargemiro.est@umecit.edu.pa)

<https://orcid.org/0009-0001-3965-1359>

Universidad UMECIT

Panamá

**Amir Antonio Arrieta Ramos**

[arrietaramos.est@umecit.edu.pa](mailto:arrietaramos.est@umecit.edu.pa)

<https://orcid.org/0009-0002-0382-5254>

Universidad UMECIT

Panamá

**Greidys María Cardozo Fuentes**

[cardozogreidys.est@umecit.edu.pa](mailto:cardozogreidys.est@umecit.edu.pa)

<https://orcid.org/0009-0001-7417-1000>

Universidad UMECIT

Panamá

**Margareth Gicela Cardozo Fuentes**

[cardozomargareth.est@umecit.edu.pa](mailto:cardozomargareth.est@umecit.edu.pa)

<https://orcid.org/0009-0007-5224-1614>

Universidad UMECIT

Panamá

**Fernando Fabio Fernández Canoles**

[Fernandezfernando.est@umecit.edu.pa](mailto:Fernandezfernando.est@umecit.edu.pa)

<https://orcid.org/0009-0002-5429-0472>

Universidad UMECIT

Panamá

**Edgar Alfonso Rosso Mejía**

[rossoedgar.est@umecit.edu.pa](mailto:rossoedgar.est@umecit.edu.pa)

<https://orcid.org/0009-0001-5458-1918>

Universidad UMECIT

Panamá

### RESUMEN

Las relaciones interpersonales son inherentes a la humanidad y esto trae consigo emociones básicas, negativas y positivas, como: felicidad, tristeza, ira, miedo, sorpresa, disgusto, y los valores en sí, que pueden influir en los procesos de aprendizajes, salud mental y física del ser humano. De modo que las emociones determinan el estado de ánimo de la persona, generando reacciones desfavorables que conllevan al fracaso en el rendimiento escolar; o reacciones benéficas que abren las puertas al desarrollo del conocimiento y el fortalecimiento intelectual. Así pues, surge la necesidad de activar la educación emocional a través de políticas, proyectos y programas en las instituciones de formación académica, con el objetivo de fortalecer la inteligencia emocional, la cual consiste en el crecimiento, desarrollo intelectual y la regulación de las emociones de las comunidades educativas. Para la presente investigación, se consultaron estudios sobre las emociones, el reconocimiento de las emociones y la inteligencia emocional en el ámbito educativo, mediante la metodología PRISMA; las consultas y obtención de los documentos, fueron hechas en las bases de datos de Google Académico; para luego realizar el proceso de identificación y depuración de artículos en cuatro etapas: Identificación, Selección, Elegibilidad e Inclusión, donde se pudo realizar un proceso de optimización de la información requerida. Por otra parte, se concluye que las emociones influyen de forma positiva y negativa en el desempeño académico y disciplinario de los educandos; de ahí la importancia de fomentar la educación emocional mediante disciplinas que contribuyan a la salud mental y emocional de las comunidades educativas. Asimismo, el desarrollo de la inteligencia emocional, como pilar del manejo de las emociones propias y de los demás, hacia el bienestar y desarrollo integral.

**Palabras clave:** emociones, inteligencia emocional, competencias, suficiente, educación

---

<sup>1</sup> Autor principal

Correspondencia: [acostaargemiro.est@umecit.edu.pa](mailto:acostaargemiro.est@umecit.edu.pa)

## **Implementation of emotions and emotional intelligence in the teaching and learning of science abstract**

### **ABSTRACT**

Interpersonal relationships are inherent to humanity and this brings with it basic, negative and positive emotions, such as: happiness, sadness, anger, fear, surprise, disgust, and the values themselves, which can influence learning processes, mental health and student physics. Thus, emotions determine the state of mind of the person, generating unfavorable reactions that lead to failure in school performance; or beneficial reactions that open the doors to the development of knowledge and intellectual strengthening. Thus, the need arises to activate emotional education through policies, projects and programs in academic training institutions, with the aim of strengthening emotional intelligence, which consists of growth, intellectual development and the regulation of emotions. of educational communities. For the present investigation, studies on emotions, emotion recognition and emotional intelligence in education were consulted, using the PRISMA methodology; the consultations and obtaining of the documents were made in the Google Scholar databases; to then carry out the process of identification and filtering of articles in four stages: Identification, Selection, Eligibility and Inclusion, where a process of optimization of the required information could be carried out. On the other hand, it is concluded that emotions positively and negatively influence the academic and disciplinary performance of students; hence the importance of promoting emotional education through disciplines that contribute to the mental and emotional health of educational communities. Likewise, the development of emotional intelligence, as a pillar of managing one's own emotions and those of others, towards well-being and integral development.

**Keywords:** emotions, emotional intelligence, skills, sufficient, education

*Artículo recibido 10 marzo 2025  
Aceptado para publicación: 15 abril 2025*



## INTRODUCCIÓN

Al realizar una revisión bibliográfica sobre temáticas relacionadas con las emociones e inteligencia emocional en el ámbito educativo, se ha identificado que la falta de implementación y apropiación de estas dimensiones en los contextos escolares, se ha convertido en una problemática que pone en riesgo la salud mental, la convivencia y la aprehensión de los conocimientos científicos que se abordan en las aulas de clases de las Instituciones Educativas. Debido a que, todo sujeto debe tener una estabilidad emocional y autorregulación de las mismas para actuar frente cualquier situación de la vida cotidiana ya sea de carácter familiar, personal, laboral o académica. Por tanto, si estas se desarrollan en el ser humano, se mitiga o se abordaría gran parte de los problemas de salud mental que enfrenta la sociedad en la actualidad.

Cabe resaltar que los factores que afectan negativamente el estado de ánimo de los niños y niñas en proceso de formación por la falta de desarrollo de propuestas investigativas que se relacionen con las emociones e inteligencia emocional, se han convertido en una problemática generalizada, dado que, se hacen evidentes en el contexto global, obviamente en la región latinoamericana y en el territorio nacional y regional. Uno de los factores con impacto desfavorables a nivel mundial y que hacen desequilibrar las emociones de los estudiantes, es el uso excesivo de los videojuegos. Dado que, “la alta exposición de los adolescentes a los videojuegos se ha relacionado con una variedad de trastornos, pero se desconoce la relación entre el uso problemático de videojuegos y el bienestar emocional” (González et al., 2017, p. 180).

Por consiguiente, el uso de las herramientas tecnológicas de la información como tablet, computadores y celulares, son útiles para generar aprendizaje y tener vida social, pero su uso sistemático y excesivo deshumaniza a los adolescentes debido a que los absorben con gran facilidad, pues, los dispositivos móviles resultan ser atractivos y de gran interés para ellos. Por tanto, en la actualidad, estas herramientas los mantienen aislados de la familia, amigos y compañeros, lo que conlleva a los sujetos a la pérdida de algunos valores humanos como la tolerancia, la solidaridad y la empatía hacia los demás. Tal como se describe, el conflicto escolar, el aislamiento de los estudiantes, la baja autoestima y la poca tolerancia al fracaso son algunos de los problemas desarrollados por las comunidades educativas después de la



pandemia en muchas escuelas, debido a que, el distanciamiento del que habían sufrido los estudiantes los condujeron a la disminución del autocontrol de los estados emocionales (Quero et al., 2021).

Esta problemática que se ha venido describiendo en los párrafos anteriores, ha despertado el interés de algunos investigadores para tratar de contrarrestarla, debido a que, “las emociones facilitan la formación de juicios y el análisis de los problemas tanto personales como grupales desde diferentes perspectivas” (Fernández y Rosario, 2019, p. 36). Es por ello, que en algunos escenarios del planeta se realizan “programas de implementaciones con la finalidad de mejorar la inteligencia emocional en estudiantes, debido a que actualmente existe una situación alarmante ocasionada por la gran cantidad de alumnos que poseen problemas de estrés, ansiedad y depresión” (Puertas et al., 2020, p. 89).

Ahora bien, así como se aprecia en el contexto global la problemática generada en los estudiantes por mal manejo de las emociones e inteligencia emocional, igualmente la región latinoamericana no es ajena a este tipo de situaciones en los educandos en proceso de formación, dado que, algunos estudios realizados en países de este contexto, como los de Belfer; De la Barra et al., (como se citó en Leiva et al., 2019) muestran que “aproximadamente un 20% de los niños en edad escolar presentan problemas emocionales y de conducta, son pocos quienes reciben la atención profesional que necesitan” (p. 96). Es por ello, que se considera necesario que en todas las instituciones educativas se deben realizar con un personal idóneo estudios de esta naturaleza, para que contribuyan a la disminución de las dificultades que presentan los jóvenes mientras se forman.

Igualmente, las mujeres en comparación con los hombres son más susceptibles a sufrir complicaciones emocionales y de conducta. Dado que, ellas con facilidad padecen de “depresión, problemas somáticos y lesiones autoinfligidas” (Betancourt y Andrade, 2011, p. 37). Pese a que los hombres también están expuestos a estas dificultades, el grado de afectación es menor en ellos. Razón por la cual, la ayuda profesional que se le brinde a la población estudiantil con la finalidad de mitigar un poco las anomalías identificadas, debe centrarse más en las niñas, aunque dicha ayuda, como ya se había mencionado, es escasa en la región Latina.

Una de las mejores estrategias que se deberían implementar en los establecimientos educativos que tengan el personal competente en el manejo de las emociones e inteligencia emocional es capacitar a los padres, madres o cuidadores de los menores para que adquieran las bases para tratar estos asuntos desde



los hogares. Puesto que, de acuerdo con Gottman (como se citó en Zela Bravo, 2022) “la crianza de los padres contribuye en el entendimiento y reconocimiento de sus emociones, en el desarrollo del sentido de control y optimismo; y en la regulación de su estado de ánimo” (p. 41). Caso adverso ocurre cuando los menores aprecian comportamientos inadecuados en sus padres, dado que, según Jadue (como se citó en Zela Bravo, 2022) “los conflictos familiares promueven el descontrol emocional y problemas de conducta en los hijos” (p. 41).

Es por ello, que se supone que algunos estudiantes llevan a la escuela ese mal ejemplo de interacción social, porque los han aprendido en su contexto familiar. Razón por la cual, es que “muchos niños que tienen problemas para llevarse bien con otros carecen de la capacidad de conversar y tienen dificultades para transmitir sus necesidades a los demás” (Bello et al., 2010, p. 4). Pues los alumnos que presenten este tipo de dificultades van direccionados en vía contraria de los principios que ofrece todo establecimiento educativo, ya que, por naturaleza propia la escuela es un escenario donde se debe confluir de manera amable y respetuosa con un gran número de personas.

Igualmente, se considera un problema que los estudiantes carezcan de control emocional al momento de abordar las temáticas en el aula de clases. Dado que, conforme a lo planteado por Vega y Páez (como se citó en Paredes Miranda, 2020) “los estados emocionales negativos influyen en el desempeño académico en los estudiantes con un bajo rendimiento escolar” (p.1). Además, los aprendices que intrínsecamente poseen estas anomalías en su estado emocional nunca se van a sentir satisfecho con hacer parte de las actividades que se realicen en los escenarios escolares porque no se van a interesar por buscar medios para obtener aprendizajes rigurosos, donde se promueva el debate, la exposición y la reflexión de lo aprendido.

Igualmente, estas dificultades pueden conducir al estudiante a la reprobación o la deserción escolar. Ya que, siguiendo lo afirmado por Extremera y Fernández (como se citó en Martínez y Paredes, 2020) “un nivel bajo de inteligencia emocional genera problemas en su vida cotidiana: consumo de drogas, conductas agresivas, como en el contexto escolar: bajo rendimiento académico, problemas de relación interpersonal” (p. 17). Además de las señaladas repercusiones negativas que afectan a algunos alumnos por la problemática expuesta, cabe la posibilidad que incurran en un suicidio con el que piense erróneamente darle solución una vez por todas, a las dificultades que lo perturban.



Ahora, luego de hacer mención de la problemática generada por el bajo nivel de las emociones e inteligencia emocional de los estudiantes en el contexto global y latinoamericano, se describe las que afectan particularmente en el territorio nacional colombiano. Pues según los resultados de algunas investigaciones como la de Molina Isaza (2022), muestran que en los planteles educativos colombianos al igual que los ubicados en otros contextos, como se había mencionado al inicio de este apartado, es que “las causas que genera dificultades en la convivencia de las instituciones educativas es la falta de implementación de planes, estrategias y modelos que contribuyan a la autorregulación de las emociones por parte de los estudiantes” (p. 2).

Por tanto, la carencia de implementación de investigaciones innovadoras con estrategias propicias que promuevan el buen manejo de las emociones e inteligencia emocional “denotan en los estudiantes una falta de habilidad para resolver los conflictos y manejar las emociones adecuadamente, lo que conlleva a problemas en la convivencia” (Molina Isaza, 2022, p. 2). Por consiguiente, dejar a un lado estos asuntos sería abonar el terreno para que la problemática crezca libremente sin detención alguna y a esto se le adicionarían otras repercusiones totalmente nocivas para las sociedades, tales como “la drogadicción, la integración a grupos delincuenciales, embarazo a temprana edad, o prostitución, en busca de soluciones, debido a que no sabrían manejar sus emociones en la solución de sus propios conflictos en la vida” (Molina Isaza, 2022, p. 3).

## **DESARROLLO**

La educación a través de la historia ha privilegiado los conocimientos relacionados con la inteligencia que tiene que ver con el desarrollo de las competencias matemáticas, las ciencias naturales, las ciencias sociales, el lenguaje, entre otras áreas de desempeño; sin embargo, luego de la pandemia y con las nuevas exigencias de la globalización se ha evidenciado la importancia de trabajar en el conocimiento, regulación y manejo de las emociones, así como la necesidad de desarrollar y fortalecer la inteligencia emocional en docentes, estudiantes y comunidad educativa en general. Durante la pandemia, los seres humanos enfrentaron diversas emociones negativas como miedo, ansiedad, frustración, apego, tristeza, duelos, impotencia, entre otros. Por su parte, los docentes y estudiantes vivieron muchos problemas en los hogares, algunos sufrieron maltrato psicológico, físico y hasta sexual, otros sintieron depresión y ansiedad por el encerramiento; asimismo, algunos tuvieron que ver partir a familiares y amigos cercanos



sin poder despedirlos o expresar lo mucho que los amaban y una cantidad de sucesos emocionales que hoy trascienden en el comportamiento de los adolescentes, escolares de todas las edades, docentes e incluso padres de familias.

Lo anteriormente descrito afectó el comportamiento social de muchos integrantes de las comunidades educativas, al igual que los procesos de aprendizaje que se realizan en el aula de clases y las metodologías que se implementan; por ello muchas instituciones implementaron modificaciones en el sistema de evaluación, dándole mayor porcentaje a los aspectos cualitativos y emocionales que a lo académico, debido a la importancia que tienen estas en el desempeño de los estudiantes y el desarrollo de las mismas en los docentes; por consiguiente, también surgió la necesidad de implementar estrategias más flexibles y ajustadas a las exigencias del estudiante y el contexto, con el objetivo de mejorar la formación integral, el control, desarrollo y manejo de las emociones del educando.

Lo anteriormente descrito es lo que se conoce como “El plan Individual de Ajustes Razonables (PIAR), que hoy por hoy permite hablar de inclusión educativa en las aulas de clases colombianas y que cada día permite mejores procesos sociales, educativos y académicos porque favorece la integralidad del ser humano y apunta a responder a las necesidades educativas de los escolares, así como a cerrar las brechas sociales y comportamentales que históricamente se tenían con la población con diversidad funcional”.

Por otro lado, las autoras Clavijo y Delgado (2023) plantean que la mayor parte de las competencias que conllevan a la realización personal son las emocionales y las de menor parte son las intelectuales, esto se debe a la influencia que ejercen en el equilibrio mental y las relaciones sociales de los educandos, haciendo más fácil la comprensión de su contexto y la asertividad en la toma de decisiones frente a las circunstancias que se les presenten en su cotidianidad; de igual manera, las habilidades emocionales contribuyen en el desarrollo de los procesos mentales, como la concentración, favoreciendo los aprendizajes y su desempeño escolar.

Las emociones son consideradas expresiones espontáneas de la dimensión afectiva. Según Mora (2012), “las emociones son un lenguaje en sí mismas, a través del cual se puede facilitar o entorpecer la transmisión de conocimiento” (p.22). Por lo que se constituye un factor indispensable en el proceso de aprendizaje de los niños durante sus primeros años de formación, debido a que si no se manejan de una manera adecuada puede ser desfavorable afectando los procesos de aprendizaje; es por eso que la



inteligencia emocional juega un papel fundamental en la educación, permitiendo a los niños desarrollar competencias como la toma de decisiones, es decir evalúa las situaciones, las analiza y toma una decisión equilibrada emocionalmente; resolución de conflictos, esta permite desarrollar actitudes como el diálogo, la solidaridad y la negociación; la conciencia emocional, que consiste en reconocer las emociones de sí mismo y la de los demás; la empatía, que se enmarca en comprender la situación de los demás desde la perspectiva del otro.

Por su parte, las emociones son elementos fundamentales en la experiencia humana, desempeñando un papel crucial en la forma de percibir, interpretar y responder a las exigencias sociales. Así, desde la alegría hasta la tristeza, desde el miedo hasta el amor, desde la solidaridad hasta la repulsa y rechazo hacia los demás, entre otros; lo que deja en evidencia que las emociones influyen en el estado de ánimo, las acciones y las interacciones con los demás. Estas se pueden definir como respuestas complejas que involucran aspectos psicológicos y fisiológicos, y se generan como resultado de la evaluación subjetiva de un evento o situación específica. Según Lazarus (1991), las emociones son procesos de evaluación que se producen cuando una persona percibe una relación entre sus metas y los eventos del entorno. Además, las emociones se caracterizan por ser breves pero intensas, y se manifiestan a través de cambios fisiológicos, expresiones faciales, alteraciones en la conducta y experiencias subjetivas (Ekman, 1999). Es decir, que se pueden manifestar de cualquier forma en el ser humano, de allí la importancia de aprender a controlarlas.

Diversas teorías y modelos han surgido con el objetivo de explicar las emociones desde distintas perspectivas. Una de las teorías más destacadas es la teoría de las emociones básicas propuesta por Ekman (1992), la cual sostiene que existen emociones universales que son innatas y reconocibles en diferentes culturas a través de las expresiones faciales. Estas emociones básicas incluyen la felicidad, tristeza, ira, miedo, sorpresa y disgusto. Otra teoría relevante es la teoría de la respuesta emocional de Cannon-Bard (1927), la cual afirma que las emociones surgen simultáneamente con las respuestas fisiológicas. Según esta teoría, cuando se experimenta una emoción, se activa una respuesta fisiológica y se experimenta la emoción de manera consciente.

Las emociones desempeñan diversas funciones en nuestras vidas. En primer lugar, se necesita información valiosa sobre el entorno. Por ejemplo, el miedo nos alerta sobre situaciones potencialmente



peligrosas y nos prepara para la acción de lucha o huida (LeDoux, 1996). Además, las emociones cumplen un papel fundamental en las interacciones sociales, porque nos permiten ser más empáticos, simpáticos, amables o antipáticos con los demás. Las expresiones faciales y las señales emocionales nos permiten comunicar y comprender los estados emocionales de los demás, facilitando así la empatía y la conexión interpersonal (Darwin, 1872), pues, de acuerdo a como sea el estado de ánimo de una persona, así mismo será su forma de relacionarse con sus pares y con la naturaleza.

Existe una relación intrínseca entre las emociones y la cognición, interactuando en varios aspectos. Por un lado, las emociones pueden afectar el procesamiento cognitivo y la toma de decisiones. Por ejemplo, las emociones positivas pueden mejorar la memoria y facilitar la adquisición de nuevos conocimientos (Fredrickson, 2001). Por otro lado, las cogniciones, como las creencias y los pensamientos, también pueden influir en nuestras emociones. Nuestras interpretaciones y evaluaciones de los eventos pueden dar lugar a emociones específicas (Lazarus, 1991).

Asimismo, las emociones desempeñan un papel fundamental en la vida cotidiana, nuestra percepción, conducta y bienestar. Se dan definitivamente como respuestas complejas que involucran aspectos psicológicos y fisiológicos, y se caracterizan por ser breves pero intensas y muy importantes en el proceso de socialización y relacionarse con los demás. Diversas teorías, como la teoría de las emociones básicas de Ekman y la teoría de la respuesta emocional de Cannon-Bard, han intentado explicar la naturaleza de las emociones. Además, las emociones cumplen funciones importantes, como proporcionar información y facilitar nuestras interacciones sociales. Existe una relación bidireccional entre las emociones y la cognición, donde las emociones pueden influir en el procesamiento cognitivo y viceversa. En última instancia, comprender los fundamentos de las emociones nos permite tener una visión más completa de nuestra experiencia emocional y su impacto en nuestras vidas.

Por otro lado, es importante resaltar que las emociones, por ser reacciones psicofisiológicas, generan respuestas a diferentes estímulos internos o externos, que pueda percibir el ser humano, es decir, estas reacciones o impulsos, por obvias razones, inconscientes, trascienden a una alteración generalmente corta, al estado de ánimo, causando sensaciones positivas o negativas que se pueden prolongar en la vida de un individuo de acuerdo a como éste las perciba y autoregule. Por consiguiente, es necesario gozar y promover una buena salud emocional, creando conciencia de los pensamientos, sentimientos y



comportamientos, con lo cual se pueda minimizar los impactos negativos a causa de vivencias inesperadas en el devenir social de cada persona.

En este sentido, los seres humanos están en constante interacción social, ya sea de forma presencial o mediante las diferentes herramientas digitales que brinda la modernización en la actualidad; siendo estas últimas, las generadoras de una diversidad de interacciones a escala global. Por lo tanto, en el marco de la sociabilidad en los entornos educativos a nivel presencial o virtual, se encuentran las emociones, de las cuales “podemos distinguir al menos dos grupos: las positivas y las negativas”, (Piqueras et al., 2009 p. 86) que influyen en la salud física y mental de los estudiantes, docentes y comunidad educativa en general.

Los procesos de enseñanza y aprendizaje se caracterizan por su amplia complejidad, dada la multiplicidad de factores que intervienen para generar el conocimiento. De ahí que, el estudiante se encuentra influenciado por diversas emociones que lo pueden afectar en su salud mental y física, causando rezago en su proceso de formación. De hecho, “el modelo educativo actual, tiende a ignorar o minimizar los aspectos emocionales, sobre todo los negativos, lo cual es nocivo, porque podría conducir a los jóvenes a presentar algún trastorno de conducta causando el fracaso en su rendimiento escolar” (Olivo et al., 2018, p. 183). Sin embargo, el efecto de las emociones puede cumplir una función de inmunidad en el individuo, siempre y cuando, desde una perspectiva psicológica, dicha persona pueda autorregularse en el manejo de las emociones para contrarrestar y superar las dificultades.

Por otro lado, cabe resaltar que las emociones positivas ayudan al logro y desarrollo profesional y la convivencia escolar, así pues, se hace necesario promover el bienestar social de todas las comunidades educativas, con planes integrales que favorezcan el desarrollo de emociones positivas desde los currículos institucionales para contrapesar las afectaciones a causa de las emociones negativas; para lo cual se debe considerar la incorporación de asignaturas, metodologías y estrategias de enseñanza, que ayuden a mejorar la salud mental y emocional de los educandos (Tirado Gálvez, 2021). De esta manera se fortalecen los niveles de calidad y potencialidad del talento humano.

Ahora bien, las emociones negativas básicas, pueden ser causantes, en primer lugar, de diversas alteraciones que se producen en el organismo, como lo es el estrés; el cual puede ser reflejado en cualquier persona de cualquier edad, estrato social y nivel educativo. En este sentido, “el entorno escolar



puede generar estrés psicosocial cuando no existen condiciones adecuadas que favorezcan la socialización, la comunicación entre estudiante-profesor, entre pares y entre padres” (Palacio et al., 2018, párr. 38). Muestra de lo antes mencionado, se evidencia en la educación básica, cuando generalmente no se cuenta con personal perfilado en el manejo de conflictos y temas psicosociales, situación que se evidencia a diario en las aulas de clases, por insuficientes orientadores escolares asignados a las Instituciones Educativas del país, por tanto, es el maestro quien toma el rol de psicólogo y debe abordar estos temas y compromisos para tratar de superar los obstáculos que se presentan al respecto con la salud mental de los niños, jóvenes e incluso padres de familias.

Luego, el estrés en los estudiantes de educación superior, juega un papel relevante en la actualidad; dicho flagelo acontece por diversas razones, que puede variar en cada persona. La sobrecarga, el contexto interactivo social, la angustia ante el proceso de formación, son causas determinantes del estrés en ese ámbito educativo. De modo que, Silva et al. (2020), mencionan que “la incorporación a la universidad constituye una experiencia estresante que implica afrontar situaciones que buscarán cambiar la forma de enfocar el aprendizaje, el estudio y la esfera personal” (p. 76), por lo que es indispensable que el manejo del estrés se pueda afrontar de forma asertiva, evitando entrar en hábitos poco saludables; lo más importante es auto reflexionar en ese proceso; así se puede tomar decisiones con más certeza evitando entrar en la monotonía y dando espacio a la actividad física, practicar un hobby, interactuar con otras personas, establecer lazos familiares con más frecuencia y abriendo el espacio al descanso, el diálogo, la comunicación asertiva, los paseos, el contacto con la naturaleza y las salidas familiares.

En este orden de ideas, cabe mencionar que el rendimiento académico de los estudiantes, sin tener en cuenta el nivel de educación en el cual se encuentren, se ha visto afectado por trastornos como ansiedad, temor, miedo, frustración, preocupación e impotencia; especificando que la ansiedad siempre se encuentra de la mano con la depresión y ésta sino se aborda a tiempo tiene desenlaces catastróficos. Las problemáticas de salud mental, han crecido y transcurrido desde hace muchísimos tiempos de forma exponencial y después de la pandemia se ha convertido en un problema de salud pública, que ha generado hechos dolorosos y en muchos casos lamentables, como es el del suicidio, la violencia física, psicológica y sexual que se reflejan con altas tasas de ocurrencia en la actualidad; por lo que se hace sumamente indispensable crear políticas públicas que apunten a esta problemática y establecer



mecanismos de ayuda, rutas de atención, planes integrales de prevención de salud mental y superación a estos trastornos que tanto afectan a la sociedad en la actualidad.

En este sentido, Briones y Moya (2021) plantean que los estudiantes de bachillerato pueden padecer cualquiera de estos trastornos relacionados con las emociones y trastornos mentales; pero que por lo general, estas situaciones se perciben como meras dificultades comunes de problemas cognitivos; y no se profundiza en acciones que puedan ayudar a detectar alteraciones relacionadas con los problemas de salud mental; de manera que las instituciones educativas deben contar con estrategias encaminadas a la detección de dichos trastornos y así en conjunto, con el personal especializado mediante el desarrollo de programas, proyectos, políticas, rutas de atención y planes educativos que puedan generar en los escolares la autorregulación de sus emociones y desarrollar la inteligencia emocional.

La inteligencia emocional hace referencia al reconocimiento, aceptación y manejo de los estados emocionales de una persona y de los demás. Por tal razón, es de vital importancia para el ser humano, dar una aplicabilidad positiva en todos los roles en que este se desempeña, ya sea en el liderazgo y la gestión empresarial, en las relaciones interpersonales, familiares y de bienestar, en la toma de decisiones y la resolución de conflictos y, en el ámbito educativo, en el cual se enfatiza.

Ahora, al hablar de inteligencia emocional, se nota que existe un sin número de autores que han investigado sobre el tema. Entre ellos, los autores, Mayer, Caruso y Salovey (como se citó en Mestré et al., 2008) estiman que “aquellas personas que son más precisas en percibir y responder a sus propias emociones también pueden serlo con las emociones de otros” (p. 7). Es decir, que la precisión para discernir las emociones propias y la de los demás, se debe a la capacidad cognitiva que tienen las personas de sus propios estados afectivos. En este sentido, los individuos que cuentan mejor inteligencia emocional, se les facilita la interpretación, comprensión y empatía con las emociones de los demás, causando mejores interacciones sociales adaptativas en su medio social.

Teniendo en cuenta las consideraciones anteriores, se puede decir que los docentes tienen la necesidad de desarrollar la identidad y empatía con estas definiciones porque en el día a día en las aulas de clases se puede evidenciar a través del comportamiento, actuación y observación de los movimientos, gestos, tono de la voz y las miradas de los estudiantes que algo está pasando con ellos, sus emociones y estados de ánimo. Así que el rol del docente es importante en la vida del estudiante, pues, por lo general, son los



primeros en observar y descubrir las emociones y diferentes tipos de conductas. Es decir, se desarrolla la habilidad de percibir los gestos, los estados anímicos y las señales no verbales que reflejan en el estado emocional de los escolares, saber apreciarlas y actuar adecuadamente con aquellas en función del estado emocional percibido y poder abordarlas de manera efectiva en pro de la convivencia de los estudiantes y del bienestar de cada uno de ellos.

Existe un proverbio muy conocido y es que nadie puede dar de lo que no tiene y en el quehacer pedagógico es fundamental tener una salud mental positiva, estar educados emocionalmente, sentirse y verse bien porque el docente es ejemplo a seguir y espejo para la mayoría de los estudiantes e incluso para algunos padres de familia. De modo que la aplicación y desarrollo de la inteligencia emocional es tan importante para la sociedad que no se ha tomado consciencia de todo lo que esta abarca y permea en el comportamiento del ser humano y por ende de la sociedad en general. Por ejemplo, en el ámbito educativo son tan importantes las emociones y su manejo adecuado que se puede ver reflejado en los procesos cognitivos como la creatividad, la convivencia, el desarrollo de las competencias académicas y la resolución de los problemas.

Por otra parte, según Mestré et al., (2008) es importante puntualizar en el hecho que las emociones están complejamente relacionadas con diferentes subsistemas psicológicos y físicos de una persona, como el fisiológico, experiencial, cognitivo y motivacional. Las habilidades de la segunda rama serían las responsables de cómo las emociones entran en el sistema cognitivo y modifican el conocimiento que subyace al pensamiento.

Entonces, de los subsistemas se puede decir que el fisiológico es el encargado de estudiar procesos específicos como la motivación, la ingestión, la conducta sexual, el sueño, la comunicación, el aprendizaje y la memoria, todo esto se ve reflejado en el rendimiento académico y disciplinario de los estudiantes; un niño que no se alimenta bien no va a rendir con la misma eficacia que otro que si lo hace, es más, quizás no se sienta motivado por aprender porque no duerme bien, se siente solo, triste y no lo expresa; es allí donde el docente a través de su observación y relación con el estudiante, puede influir de forma positiva o negativa frente a esta situación, porque buscar la forma de acercarse tomando una experiencia vivencial para reflexionar y tratar de tener un cambio en la actitud del niño y activar las rutas de atención existentes en la institución frente a dicho comportamiento.



Por otro lado, muchas veces en el aula de clases se cometen errores porque no se sabe canalizar las emociones; como es el caso en los docentes, cuando sienten que hay recarga laboral con el número y el comportamiento agresivo de algunos estudiantes, el poco o nulo acompañamiento escolar que los padres de familia hacen en el proceso de aprendizaje de sus hijos, la cantidad de actividades que se deben presentar, la presión de pertenecer al régimen del nuevo estatuto docente, en donde tienen que mostrar resultados y ser evaluados anualmente y un sin número de situaciones que se deben sortear diariamente en el quehacer pedagógico.

Ante la situación actual, es claro que los primeros que deben desarrollar la inteligencia emocional son los educadores, porque por diversos factores, como el desconocimiento y manejo inadecuado de sus emociones, no pueden identificar a tiempo las situaciones que presentan los estudiantes frente a sus problemas emocionales, evidenciando con esto, que el papel del docente va más allá de desarrollar un simple currículo, por lo que se hace necesario pensar en una revolución educativa que permita transformar las prácticas pedagógicas y desarrollar la inteligencia emocional en todos los miembros de las comunidades educativas.

Ahora bien, los ambientes pedagógicos de la actualidad, en sus diversos niveles y campos, confirman que la educación emocional debe ser fortalecida como parte del currículo escolar y sus beneficios multifacéticos en la formación de las futuras generaciones y de los docentes involucrados en su proceso educativo. En este sentido, Bisquerra y Pérez (2012) definen la educación emocional “como un proceso educativo, continuo y permanente, para potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social” (p. 1). De igual manera, para Buitrón y Navarrete (2008), la educación emocional “es entendida como el desarrollo planificado y sistemático de habilidades de autoconocimiento, autocontrol, empatía, comunicación e interrelación. Esta ha cobrado un papel fundamental y hoy requiere ubicarse de forma transversal en la programación educativa y la práctica docente” (p. 1).

La anterior afirmación exhorta a los docentes y al sistema educativo colombiano a la urgente necesidad de replantear sus prácticas pedagógicas y las políticas educativas para que estas se centren primero en el desarrollo de la inteligencia emocional y la formación pedagógica a docentes frente a esta temática y



así ellos puedan desarrollarlas en sus estudiantes, padres de familia y comunidad en general, es decir, el primero que debe canalizar y educarse frente a sus emociones de forma correcta es el docente y de ahí podrá ayudar a los escolares en dicho proceso. El pedagogo debe desarrollar cambios estructurales en lo que enseña para que se puedan adaptar a las necesidades del contexto y del alumnado, en la resolución de conflictos, competencias académicas, competencias ciudadanas, desarrollo y control de las emociones.

Ahora, con base en la teoría de Mayer y Salovey, “la Inteligencia Emocional se trataría de la habilidad para unificar las emociones y el razonamiento, utilizar nuestras emociones para facilitar un razonamiento más efectivo y pensar de forma más inteligente sobre nuestra vida emocional” (Gelabert, 2014, p. 280). Lo que implica que el ser humano debe ser quien controle y administre sus emociones, logrando que su comportamiento sea más acorde y asertivo frente a las situaciones de la vida cotidiana.

En la actualidad, la educación tiene un papel cada vez más necesario e integral en el manejo de las emociones, porque ante la crisis de valores, la descomposición social y familiar, la crisis económica, el aumento de problemas de salud mental y de ansiedad, las altas tasas de suicidio y todas las situaciones sociales, económicas, culturales y educativas que se presentan a diario en las aulas de clases, se posibilita reflexionar la función de los profesores y los fines de la educación, por lo que es fundamental replantear los objetivos del sistema educativo colombiano y las prácticas pedagógicas actuales.

Lo mencionado en el párrafo anterior, alude a las necesidades plasmadas en el informe de Jacques Delors de la UNESCO (1996), donde se puede comprender que el auge de la complejidad social se puede equilibrar bajo los parámetros educativos, contribuyendo a la prevención de los conflictos humanos (Buitrón y Navarrete, 2008). Es indispensable que se acojan las diferentes recomendaciones establecidas por personal experto en estas temáticas, con el objetivo de poder generar la formación integral en la humanidad. Así pues, según Buitrón y Navarrete (2008), el informe de Jacques Delors de la UNESCO (1996), esbozó cuatro pilares esenciales en el desarrollo de la persona:

1. Aprender a conocer: el dominio de las formas o métodos que permiten adquirir, comprender y descubrir conocimiento, y derivar un aporte significativo a la sociedad. Comprende “aprender a aprender” para aprovechar las oportunidades que ofrece la educación a lo largo de la vida.



2. Aprender a hacer: la adquisición de competencias generales que incluyan las destrezas personales necesarias para la productividad (creatividad, trabajo en equipo, toma de decisiones, etc).
3. Aprender a convivir: aprender a descubrir progresivamente a los demás, reconocerse como seres interdependientes de otros, desarrollar la capacidad de resolver conflictos, y respetar los valores de pluralismo, comprensión mutua y paz.
4. Aprender a ser: el desarrollo máximo del potencial humano de la persona y el logro de un pensamiento autónomo.

De acuerdo al informe anterior la educación emocional se convierte en un pilar en la prevención y resolución de las problemáticas sociales, es decir, se debe trabajar en las aulas de clases el aprender a conocer, que no es más que el saber conocerse así mismo con fortalezas y debilidades para ser capaces de desarrollarlas, potenciarlas y aprovecharlas a lo largo de la vida (autoconocimiento); se debe aprender a hacer, se centra en el desarrollo y adquisición de las competencias que se requieren para vivir en comunidad y ser productivo, así como también para ser creativos, liderar procesos, trabajar en equipo y tomar decisiones que le permitan avanzar hacia una sociedad más productiva.

El aprender a convivir es otro pilar fundamental, donde se tienen en cuenta las particularidades de los demás y se aprende a respetarlas y ser más empáticos en la comprensión del otro, promoviendo la resolución de conflictos desde el respeto de los valores y puntos de vista de los demás hacia una verdadera paz y convivencia de la comunidad educativa; por último está el aprender a ser, que es en realidad desarrollar la autonomía del individuo para desenvolverse en la sociedad, de acuerdo a las necesidades sociales, el desarrollo de un verdadero liderazgo donde prime el interés general sobre el particular y la búsqueda de una verdadera emancipación del individuo y la sociedad en general.

Ahora, cabe mencionar que el ambiente educacional, demanda espacio y tiempo, lo cual es determinante para la formación integral del educando; es allí donde juega un papel importante la influencia que reciben los estudiantes por parte de sus educadores, padres de familias, compañeros de clases y de la comunidad educativa en general. A su vez, toda esa enseñanza integral que recibe el estudiante, es lo que determina y repercute en su desenvolvimiento interactivo y social; Por lo tanto, la formación integral para el desarrollo de habilidades emocionales y socio-afectivas del ser humano, es fundamental desde las instituciones educativas; en el sentido que:



La Educación Emocional es educar para la vida, lo cual implica que a partir del desarrollo de habilidades emocionales y sociales el individuo pueda aumentar su bienestar personal y social, considerando que este proceso se realiza a lo largo de todo el ciclo vital. (Costa et al., 2021, p. 224)

De igual manera, la Inteligencia Emocional es la que regula correctamente las emociones, permitiendo el crecimiento, desarrollo intelectual y emocional del educando; en este sentido, cabe resaltar que debido a la inherencia que demanda la actividad pedagógica con respecto a las conductas emocionales del maestro, “el nivel de Inteligencia Emocional que el profesor o profesora pueda desarrollar es de vital importancia para generar un buen clima de aula”. (Costa et al., 2021, p. 225)

En esa misma línea, en 1990, Salovey incluyó las inteligencias personales de Gardner en su definición básica de inteligencia emocional. Señaló, asimismo, cinco capacidades fundamentales:

1. Conocer las propias emociones: reconocer un sentimiento mientras ocurre.
2. Manejar las emociones: manejar los sentimientos para que sean los adecuados.
3. Encontrar la motivación: ordenar las emociones al servicio de un objetivo mayor, desarrollando la capacidad de “automotivarse”.
4. Reconocer las emociones de los demás: la empatía.
5. Manejar las relaciones: manejar las emociones de los demás dentro del contexto interpersonal y social. Estas habilidades se relacionan al liderazgo y la eficacia interpersonal. (Buitrón y Navarrete, 2008, p. 3)

En lo anteriormente descrito, el rol del docente es fundamental para el desarrollo de la inteligencia emocional, porque un docente emocionalmente inteligente es, entonces, el encargado de formar y educar al alumno en competencias como el conocimiento de sus propias emociones, el desarrollo del autocontrol, la autorregulación de las mismas y la capacidad de expresar sus sentimientos de forma adecuada y asertiva a los demás, pero para que el profesor se encuentre preparado para asumir este reto, es necesario, en primer lugar, que piense en su propio desarrollo emocional, las implicaciones pedagógicas y los cambios de paradigma que debe realizar, solo entonces estará apto para capacitarse y adquirir herramientas metodológicas que le permitan mejorar su quehacer pedagógico. Se sabe que es imposible educar afectiva y moralmente a estudiantes si no se cuenta con una estructura de valores clara,



además de un cierto dominio de las propias emociones, lo que implica el autoconocimiento y la autogestión de sus emociones y la resolución de conflictos.

El maestro emocionalmente inteligente debe contar con los suficientes recursos emocionales que acompañen el desarrollo afectivo de sus alumnos. Con ello, establece un vínculo saludable y cercano con ellos, comprende sus estados emocionales, y les enseña a conocerse y a resolver los conflictos cotidianos de forma conciliadora y pacífica, destacando la importancia de controlar las emociones, manejar una comunicación asertiva y canalizar cada una de estas de forma efectiva para el desarrollo de ciudadanía, adquisición de competencias y convivencia escolar.

Luego de hacer un análisis exhaustivo, referente al tema de las emociones y la inteligencia emocional en el plano educativo, se puede asegurar que la motivación y la forma como se gestionan las emociones, en el ámbito de la educación emocional, juega un papel fundamental en la vida de cualquier integrante de una comunidad educativa, puesto, que es el inicio de la transformación hacía el desarrollo integral del individuo; por tanto se requiere de políticas públicas que garanticen programas, planes, rutas de atención y proyectos, que de la mano con el compromiso de los maestros y personal especializado generen la salud mental adecuada de los estudiantes.

De manera que el reto del maestro emocionalmente inteligente, implica ser más empático, objetivo, solidario, alegre y diligente, capaz de lograr una comprensión más humana, resiliente y cercana con cada uno de sus estudiantes y sus realidades familiares; es captar la atención de la comunidad educativa, reconocer sus formas de expresarse verbal y no verbal, descubrir sus habilidades y potenciarlas, valorar sus dificultades y aprender a aceptarlas, para poder encaminar a los escolares en el aprendizaje de ellos mismos, la auto reflexión y la autovaloración y aceptación que tengan o perciban de cada uno, marcará una diferencia y les permitirá auto superarse para ser mejores personas. Es allí donde el poder de la mente y la atracción pueden hacer la diferencia, que tengan claro que a través de los pensamientos y declaraciones de la palabra es lo que se va a atraer a sus vidas.

La educación cada día enfrenta mayores retos para el desarrollo integral del ser humano y para el docente en su desarrollo profesional porque requiere mayores competencias debido a la exigencias de la globalización, pero el manejo de las emociones y desarrollo de la inteligencia emocional es sin duda alguna, la bandera más revolucionaria que hoy deben liderar porque ésta permite salvar vidas y promover



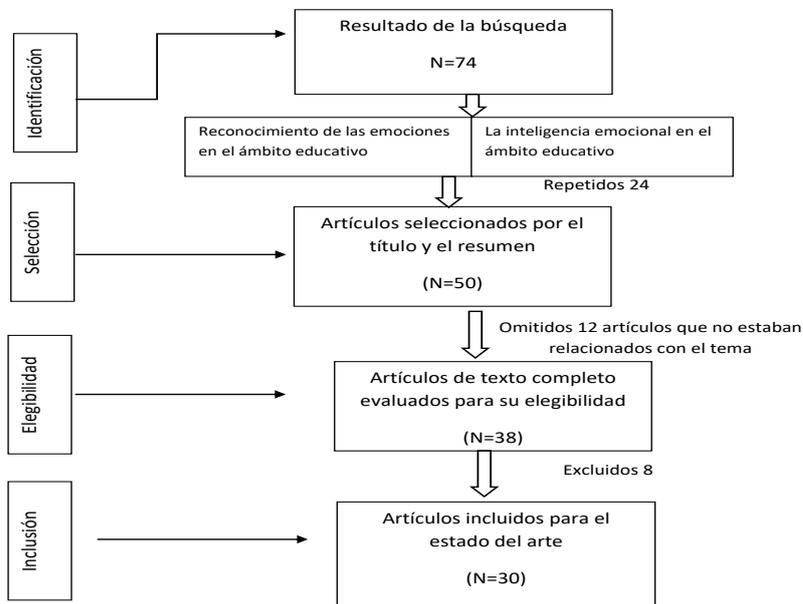
ciudadanía de forma auténtica y efectiva, promoviendo en las comunidades educativas el bienestar social, la empatía, la solidaridad, la autorregulación y el liderazgo efectivo en aras de conseguir una sociedad más justa, igualitaria, inclusiva y emancipadora.

## METODOLOGÍA

### Revisión sistemática de la literatura basada en la metodología PRISMA

Esta sección describe el proceso seguido para la búsqueda de estudios sobre las emociones, el reconocimiento de las emociones y la inteligencia emocional en la educación. El proceso de identificación de los artículos consistió en 4 pasos (ver “Figura 1”).

**Figura 1.** Fases metodológicas



Fuente: elaboración propia basada y adaptada de Valle y Gil (2022).

#### **Etapas 1: Identificación**

En la primera etapa, se realizó una búsqueda lógica de documentos en Google académico para identificar la literatura relacionada con el reconocimiento de las emociones y la inteligencia emocional. Se encontraron 74 documentos realizando la búsqueda lógica “Reconocimiento de las emociones” y “La inteligencia emocional” en los títulos, resúmenes y palabras clave.

#### **Etapas 2: Selección**

En la segunda etapa, se excluyeron 24 artículos repetidos. Quedaron 50 artículos relacionados con el reconocimiento de las emociones y la inteligencia emocional en la educación.

### Etapa 3: Elegibilidad

En la tercera etapa, se examinaron los títulos y los resúmenes. Se omitieron 12 artículos que no estaban relacionados con el tema de investigación, o más bien no tenían aplicabilidad en el campo de la educación, lo que dio como resultado 38 artículos que se descargaron para su análisis a profundidad.

### Etapa 4: Inclusión

Después de analizar los artículos descargados, se descartaron 8 documentos por no relacionarse con el tema central de esta investigación o por no aclarar la incidencia de las emociones y el desarrollo de la inteligencia emocional en el ámbito educativo. Por lo tanto, el estado del arte del reconocimiento de las emociones y la inteligencia emocional en el ámbito educativo para este análisis o artículo consta de 30 artículos (ver “Tabla 1”).

**Tabla 1.** Investigaciones citadas en el estudio

<b>Año</b>	<b>Autor</b>	<b>Título</b>
1872	Darwin, C.	La expresión de las emociones en el hombre y los animales. Juan Murray.
1927	Cannon-Bard, W.	La teoría de las emociones de James-Lange: un examen crítico y una teoría alternativa.
1991	Lazarus, RS	Emoción y adaptación.
1992	Ekman, P.	Un argumento para emociones básicas.
1996	LeDoux, JE	El cerebro emocional: Los misteriosos fundamentos de la vida emocional.
1999	Ekman, P.	Emociones básicas
2001	Fredrickson, BL	El papel de las emociones positivas en la psicología positiva: la teoría de ampliar y construir de las emociones positivas.
2008	Mestré, J., Guil, R., y Brackett, M.	Inteligencia emocional: definición, evaluación y aplicaciones desde el modelo de habilidades de Mayer y Salovey.
2008	Buitrón Buitrón, S., y Navarrete Talavera, P.	El docente en el desarrollo de la inteligencia emocional: reflexiones y estrategias.



<b>2009</b>	Piqueras, J., Ramos, V., Martínez, A. y Oblitas, L.	Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física.
<b>2010</b>	Bello, Z., Rionda, H. y Rodríguez, María.	La inteligencia emocional y su educación.
<b>2011</b>	Betancourt, D. y Andrade, P.	Control Parental y Problemas Emocionales y de Conducta en Adolescentes.
<b>2012</b>	Bisquerra, R. y Pérez, N.	Educación emocional: estrategias para su puesta en práctica.
<b>2012</b>	Mora, F.	¿Qué son las emociones?
<b>2014</b>	Gelabert Amengual, J. M.	Mejora de la inteligencia emocional en educación infantil y desarrollo cognitivo.
<b>2016</b>	González, M., Espada, J. y Tejeiro, R.	El uso problemático de videojuegos está relacionado con problemas emocionales en adolescentes.
<b>2018</b>	Palacio Chavariaga, C., Tobón, J., Toro, D., y Vicuña, J.	El Estrés escolar en la Infancia: Una reflexión Teórica.
<b>2018</b>	Olivo, S., Bustos, M. y Madero, O.	Manejo de las emociones negativas desde el aula: un reto para el equilibrio, salud y conocimiento.
<b>2019</b>	Leiva, L., Rojas, R., Peña, F., Vargas, B. y Scquicciarini,	Detectando las Dificultades Emocionales y Conductuales en la Escuela: Validación de PSC-17.
<b>2020</b>	Martínez, A. y Paredes, K.	Inteligencia emocional y adaptación conductual en adolescentes con riesgo de callejización
<b>2020</b>	Puertas, Pilar., Zurita, F., Chacón, R., Castro, M., Ramírez, I. & González, G.	La inteligencia emocional en el ámbito educativo: un meta-análisis.



<b>2020</b>	Silva-Ramos, M. F., López-Cocotle, J. J., y Meza-Zamora, M. E. C.	Estrés académico en estudiantes universitarios.
<b>2021</b>	Briones-Zambrano, G. A., y Moya-Martínez, M. E.	Trastornos emocionales y su influencia en el proceso de aprendizaje en estudiantes de bachillerato.
<b>2021</b>	Quero, L., Moreno, M., De León, M., Espino, R. y Coronel, C.	Estudio del impacto emocional de la pandemia por COVID-19 en niños de 7 a 15 años de Sevilla.
<b>2021</b>	Tirado Gálvez, R. A.	La salud mental y emocional como base fundamental en la educación.
<b>2021</b>	Fernández, P. y Cabello, R.	La inteligencia emocional como fundamento de la educación emocional.
<b>2021</b>	Costa Rodríguez, C., Palma Leal, X., & Salgado Farías, C.	Docentes emocionalmente inteligentes. Importancia de la Inteligencia Emocional para la aplicación de la Educación Emocional en la práctica pedagógica de aula.
<b>2022</b>	Molina Isaza, L.	Modelo de gestión de la convivencia escolar basado en la inteligencia emocional para la resolución de conflictos en instituciones educativas públicas de Montería
<b>2022</b>	Zela-Bravo, R.	Inteligencia emocional y funcionamiento familiar en adolescentes estudiantes del nivel secundario.
<b>2023</b>	Clavijo Ariza, Z. y Delgado Rivero, T.	Diseño de un programa de inteligencia emocional basado en la lúdica para niños de básica primera en zona rural de Santa Marta.

**Fuente:** elaboración propia.

## CONCLUSIONES

Luego de consultar y analizar minuciosamente un gran número de literatura científica que aborda temáticas relacionadas con las dimensiones de estudio emociones e inteligencia emocional:

Se concluye que el ser humano enfrenta diferentes estados de ánimo, debido a sus interacciones sociales del diario vivir. Estos cambios están estrechamente relacionados con los subsistemas psicológicos y



físicos de la persona, como lo es el fisiológico, experiencial, cognitivo y motivacional; los cuales se reflejan en el desempeño académico y disciplinario de los estudiantes y, en el desenvolvimiento social del individuo. En este sentido, se considera que las emociones son expresiones espontáneas de dimensión afectiva; son los procesos de evaluación que se producen cuando una persona percibe una relación entre sus metas y los eventos del entorno; de manera que, se puede distinguir al menos dos grupos de emociones: las positivas y las negativas, donde las primeras generan desarrollo y las segundas pueden causar el fracaso; por lo tanto, se hace necesario la implementación de disciplinas que contribuyan a la salud mental y emocional de los estudiantes.

Se concluye que la educación emocional favorece el bienestar personal y social de las comunidades educativas; contribuyendo al desarrollo de la inteligencia emocional. La cual se fundamenta con el conocimiento y el manejo de las propias emociones, desciframiento de la motivación, reconocimiento de las emociones del otro y el manejo de las relaciones interpersonales. Por lo tanto, es sumamente importante que desde los establecimientos educativos se cuente con docentes que tengan un buen nivel intelectual basado en la inteligencia emocional, que fomenten el desarrollo de las habilidades emocionales y sociales con el objetivo de incrementar el bienestar y el desarrollo integral de las poblaciones educativas a nivel general.

### **Recomendaciones**

Posterior a la realización de las conclusiones del presente estudio, que se hacen basado en las evidencias científicas plasmadas en desarrollo del presente trabajo, se plantean las siguientes recomendaciones:

- Se recomienda a los profesores de aula, nutrir los conocimientos en temas relacionados con el reconocimiento de las emociones e inteligencia emocional, para que de esta forma adquieran las bases para elaborar y ejecutar estudios de esta naturaleza en los establecimientos de formación donde prestan sus servicios profesionales.
- Se recomienda elaborar proyectos de investigación en las instituciones educativas que se encaminen a la identificación de las problemáticas emocionales que presenten los niños y niñas durante su formación.
- Se recomienda implementar rutas de atención integral escolar para abordar asertivamente las situaciones escolares que se presenten frente al manejo de las emociones.



- Se recomienda la implementación de estrategias preponderantes que impulsen el buen manejo de los estados emocionales de los estudiantes y la autorregulación de sus emociones para que se subsanen las anomalías que presentan en ellos.
- Se recomienda la realización de estudios investigativos en los planteles educativos, direccionados a la caracterización de las dificultades que presenten los educandos para hacer uso de la inteligencia emocional en los procesos personales, de interacción social y académicos.
- Se recomienda promover el desarrollo de la inteligencia emocional en los docentes, estudiantes y comunidad educativa en general, para que esto contribuya a la potenciación del uso y desarrollo del pensamiento crítico, la convivencia y manejo de conflictos, el desarrollo de liderazgo y de la autonomía en todas las acciones que realicen en cualquier contexto.
- Se recomienda desarrollar en las aulas de clases espacios de reflexión acerca de las emociones y el desarrollo de la inteligencia emocional con el objetivo de establecer planes de trabajo en equipo entre los estudiantes para así lograr semilleros escolares que promueven acciones encaminadas al cuidado de la salud mental y emocional de ellos mismos y de sus pares educativos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bello, Z., Rionda, H. y Rodríguez, María. (2010). La inteligencia emocional y su educación. *Varona*, (51), 36-43. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=360635569006>
- Betancourt, D. y Andrade, P. (2011). Control Parental y Problemas Emocionales y de Conducta en Adolescentes. *Revista Colombiana de Psicología*, 20(1) 27-4. <http://www.redalyc.org/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=80419035006>
- Bisquerra, R. y Pérez, N. (2012). Educación emocional: estrategias para su puesta en práctica. *Revista de la Asociación de Inspectores de Educación de España* [en línea], nº16. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/169328>
- Briones-Zambrano, G. A., y Moya-Martínez, M. E. (2021). Trastornos emocionales y su influencia en el proceso de aprendizaje en estudiantes de bachillerato. *Polo del Conocimiento*, 6(1), 3-21. <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/2122>



- Buitrón Buitrón, S., y Navarrete Talavera, P. (2008). El docente en el desarrollo de la inteligencia emocional: reflexiones y estrategias. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 4(1), 1-8. <https://doi.org/10.19083/ridu.4.8>
- Cannon-Bard, W. (1927). La teoría de las emociones de James-Lange: un examen crítico y una teoría alternativa. *El Diario Americano de Psicología*, 39, 106-124.
- Clavijo Ariza, Z. y Delgado Rivero, T. (2023). *Diseño de un programa de inteligencia emocional basado en la lúdica para niños de básica primera en zona rural de Santa Marta* [Tesis de maestría, Universidad Cooperativa de Colombia] PEREGRIN.  
<https://repository.ucc.edu.co/items/903d365e-d39c-4394-b46d-2c8239976e09>
- Costa Rodríguez, C., Palma Leal, X., & Salgado Farías, 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.  
<http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052021000100219>
- Darwin, C. (1872). La expresión de las emociones en el hombre y los animales. Juan Murray.
- Ekman, P. (1992). Un argumento para emociones básicas. *Cognición y Emoción*, 6(3-4), 169-200.
- Ekman, P. (1999). Emociones básicas. En T. Dalgleish & MJ Power (Eds.), *Manual de cognición y emoción* (págs. 45-60). John Wiley & Sons.
- Fernández, P. y Cabello, R. (2021). La inteligencia emocional como fundamento de la educación emocional. *Revista Internacional De Educación Emocional Y Bienestar*, 1(1), 31-46.  
<https://doi.org/10.48102/rieeb.2021.1.1.5>
- Fredrickson, BL (2001). El papel de las emociones positivas en la psicología positiva: la teoría de ampliar y construir de las emociones positivas. *El psicólogo estadounidense*, 56(3), 218-226.
- Gelabert Amengual, J. M. (2014). Mejora de la inteligencia emocional en educación infantil y desarrollo cognitivo. *Revista INFAD de Psicología " International Journal of Developmental and Educational Psychology"*, 2(1), 279-286.  
[https://dehesa.unex.es/bitstream/10662/1858/1/0214-9877\\_2014\\_1\\_2\\_279.pdf](https://dehesa.unex.es/bitstream/10662/1858/1/0214-9877_2014_1_2_279.pdf)
- González, M., Espada, J. y Tejeiro, R. (2016). El uso problemático de videojuegos está relacionado con problemas emocionales en adolescentes. *Adicciones*, 29(3), 180-185.



<http://dx.doi.org/10.20882/adicciones.745>

Lazarus, RS (1991). Emoción y adaptación. Prensa de la Universidad de Oxford.

Le Doux, JE (1996). El cerebro emocional: Los misteriosos fundamentos de la vida emocional. Simón & Schuster.

Leiva, L., Rojas, R., Peña, F., Vargas, B. y Scquicciarini, Ana. (2019). Detectando las Dificultades Emocionales y Conductuales en la Escuela: Validación de PSC-17. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica*, 1(50), 95-105.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=459657548009>

Martínez, A. y Paredes, K. (2020). *Inteligencia emocional y adaptación conductual en adolescentes con riesgo de callejización* [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Ecuador] Repositorio PUCESA. <http://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/2957>

Mestré, J., Guil, R., y Brackett, M. (2008). Inteligencia emocional: definición, evaluación y aplicaciones desde el modelo de habilidades de Mayer y Salovey. *Motivación y emoción*, 407-438. [http://webprueba2.quned.es/archivos\\_publicos/webex\\_actividades/5413/inteligenciaemocionaldefinicionevaluacionyaplicaciones.pdf](http://webprueba2.quned.es/archivos_publicos/webex_actividades/5413/inteligenciaemocionaldefinicionevaluacionyaplicaciones.pdf)

Molina Isaza, L. (2022). *Modelo de gestión de la convivencia escolar basado en la inteligencia emocional para la resolución de conflictos en instituciones educativas públicas de Montería* [Tesis de doctorado, Universidad Metropolitana de Ciencia y Tecnología] Repositorio Digital UMECIT. <https://repositorio.umecit.edu.pa/handle/001/5396>

Mora, F. (2012). ¿Qué son las emociones? El Observatorio FAROS Sant Joan de Déu ([www.faroshsjd.net](http://www.faroshsjd.net)) es la plataforma de promoción de la salud y el bienestar infantil del Hospital Sant Joan de Déu (HSJD) de Barcelona., 14 - 23.

Olivo, S., Bustos, M. y Madero, O. (2018). Manejo de las emociones negativas desde el aula: un reto para el equilibrio, salud y conocimiento. *REDHECS: Revista electrónica de Humanidades, Educación y Comunicación Social*, 13(25), 180-196.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6865950>



- Palacio Chavarriga, C., Tobón, J., Toro, D., y Vicuña, J. (2018). El Estrés escolar en la Infancia: Una reflexión Teórica. *Cuadernos de Neuropsicología*, 12(2).  
<https://biblat.unam.mx/hevila/Cuadernosdeneuropsicologia/2018/vol12/no2/7.pdf>
- Piqueras, J., Ramos, V., Martínez, A. y Oblitas, L. (2009). Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física. *Suma psicológica*, 16(2), 85-112.  
<https://www.redalyc.org/pdf/1342/134213131007.pdf>
- Puertas, Pilar., Zurita, F., Chacón, R., Castro, M., Ramírez, I. & González, G. (2020). La inteligencia emocional en el ámbito educativo: un meta-análisis. *Anales de Psicología*, 36(1), 84-91.  
<https://dx.doi.org/10.6018/analesps.36.1.345901>
- Quero, L., Moreno, M., De León, M., Espino, R. y Coronel, C. (2021). Estudio del impacto emocional de la pandemia por COVID-19 en niños de 7 a 15 años de Sevilla. *Revista De Psiquiatría Infanto-Juvenil*, 38(1), 20-30. <https://doi.org/10.31766/revpsij.v38n1a4>
- Silva-Ramos, M. F., López-Cocotle, J. J., y Meza-Zamora, M. E. C. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75-83.  
<https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/67462875008.pdf>
- Tirado Gálvez, R. A. (2021). La salud mental y emocional como base fundamental en la educación. *Vinculatéfica EFAN*, 7(1), 282-289. <https://doi.org/10.29105/vtga7.2-79>
- Valle, D. y Ramón, José. (2020). Tecnologías emergentes en gobiernos locales: Una revisión sistemática de literatura con la metodología PRISMA. *Revista Mexicana de Análisis Político y Administración Pública*. 11(21), 9-28.  
<http://www.remap.ugto.mx/index.php/remap/article/view/376>
- Valle, D. y Ramón, José. (2020). Tecnologías emergentes en gobiernos locales: Una revisión sistemática de literatura con la metodología PRISMA. *Revista Mexicana de Análisis Político y Administración Pública*. 11(21), 9-28.  
<http://www.remap.ugto.mx/index.php/remap/article/view/376>
- Zela-Bravo, R. (2022). Inteligencia emocional y funcionamiento familiar en adolescentes estudiantes del nivel secundario. *Revista Científica De Ciencias De La Salud*, 15(1), 39-50.  
<https://doi.org/10.17162/rccs.v15i1.1754>

