

La Educación Emocional en el aula y su Influencia en el Proceso de Enseñanza-Aprendizaje de los Estudiantes

Dr. Edgar Ricardo Calderón Sánchez¹
edgcalsan@live.com
<https://orcid.org/0000-0002-3847-0994>

Msc. Nancy Verónica Calvopiña Pincha
nancyverito4@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0004-0736-2781>

Msc. Blanca Estela Sánchez Velásquez
blancasanchezv@outlook.com
<https://orcid.org/0000-0003-0822-3885>

Msc. Catty Elizabeth Cuenca Barrera
elizabeth-1289@hotmail.com
<https://orcid.org/0009-0007-4095-6030>

Msc. Juan Carlos Granda Orellana
jgrandaore@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0003-1400-5729>
Centro de Investigación “Domisoft”
Babahoyo – Ecuador

RESUMEN

La educación emocional se refiere al desarrollo de habilidades emocionales y sociales en los estudiantes, para que puedan analizar, comprender, expresar y regular sus propias emociones de manera adecuada, así como también reconocer y responder adecuadamente a las emociones de los demás. Por lo tanto, implica el aprendizaje de habilidades como la conciencia emocional, la regulación emocional, la empatía, la comunicación efectiva, la resolución de conflictos y la toma de decisiones responsables. El objetivo del estudio es analizar la influencia de la educación emocional en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes. En base al marco metodológico es un estudio con enfoque cuantitativo con diseño pre-experimental; para la obtención de la información se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento el cuestionario; para procesar los datos obtenidos se utilizó el software Microsoft Excel e IBM SPSS Statistics. Los hallazgos encontrados en la presente investigación dieron como resultado que los estudiantes que reciben educación emocional suelen tener un mayor bienestar emocional y ser más capaces de lidiar con el estrés y las emociones negativas que se dan dentro y fuera de las aulas, siendo más capaces de comunicarse de manera efectiva y resolver conflictos de manera constructiva.

Palabras clave: *educación emocional; habilidades emocionales; habilidades sociales.*

¹ Autor Personal

Emotional education in the classroom and its influence on the teaching-learning process of students.

ABSTRACT

Emotional education refers to the development of emotional and social skills in students, so that they can analyze, understand, express and regulate their own emotions appropriately, as well as recognize and respond appropriately to the emotions of others. Therefore, it involves learning skills such as emotional awareness, emotional regulation, empathy, effective communication, conflict resolution, and responsible decision-making. The objective of the study is to analyze the influence of emotional education in the teaching-learning process of students. Based on the methodological framework, it is a study with a quantitative approach with a pre-experimental design; to obtain the information, the survey was used as a technique and the questionnaire as an instrument; Microsoft Excel and IBM SPSS Statistics software were used to process the data obtained. The findings found in the present investigation resulted in that students who receive emotional education tend to have greater emotional well-being and are better able to deal with stress and negative emotions that occur inside and outside the classroom, being better able to communicate effectively and resolve conflict constructively.

Keywords: *Emotional education; emotional skills; social skills.*

Artículo recibido 15 abril 2023

Aceptado para publicación: 07 mayo 2023

INTRODUCCIÓN

La educación emocional se refiere al proceso de adquisición y desarrollo de habilidades emocionales que permiten a los estudiantes comprender y regular sus propias emociones, así como las de los demás. La educación emocional se basa en el modelo teórico de la inteligencia emocional, que destaca la importancia de la autoconciencia, la autorregulación, la motivación, la empatía y las habilidades sociales (Castro, 2021).

La educación emocional se enmarca dentro de un enfoque socioemocional que destaca la importancia de las relaciones interpersonales y el desarrollo emocional en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Se considera que las habilidades emocionales son fundamentales para el desarrollo cognitivo y social de los estudiantes.

Existen diversas estrategias y técnicas que se pueden utilizar para desarrollar la educación emocional en el aula, como por ejemplo: el diálogo emocional, la resolución de conflictos, la meditación y la atención plena, el juego de roles y la reflexión sobre situaciones emocionales. El papel del docente en la educación emocional es fundamental, ya que debe ser un modelo a seguir y fomentar un ambiente emocionalmente seguro y acogedor en el aula (Díaz, 2019).

Por lo tanto, la educación emocional se ha convertido en un tema de gran relevancia en los últimos años en el ámbito educativo. Actualmente, se entiende que no solo se trata de enseñar contenidos curriculares, sino también de desarrollar habilidades emocionales en los estudiantes que les permitan una mejor adaptación al entorno y una vida más plena dentro del ámbito social.

La educación emocional se caracteriza por ser:

Intencional: La educación emocional es una disciplina que se enseña de manera planificada y consciente, con el objetivo de desarrollar habilidades emocionales específicas en los estudiantes.

Holística: La educación emocional aborda el desarrollo emocional de manera integral, considerando las emociones, los pensamientos y las acciones de los estudiantes.

Adaptativa: La educación emocional se adapta a las necesidades y características individuales de los estudiantes, ya que cada uno tiene un perfil emocional y de aprendizaje único.

Participativa: La educación emocional involucra activamente a los estudiantes en el proceso de aprendizaje, promoviendo su autoconciencia y reflexión sobre sus emociones y conductas.

Inclusiva: La educación emocional es inclusiva y respetuosa de la diversidad cultural, de género y de capacidades de los estudiantes.

Emocionalmente segura: La educación emocional se realiza en un ambiente emocionalmente seguro y acogedor, en el que los estudiantes se sienten cómodos para expresar sus emociones y opiniones.

Orientada a la acción: La educación emocional tiene como objetivo desarrollar habilidades emocionales que los estudiantes puedan aplicar en su vida diaria, para mejorar su bienestar emocional y su relación con los demás.

La educación emocional no sólo se enfoca en el desarrollo de las habilidades emocionales de los estudiantes, sino que también se preocupa por crear un ambiente de aprendizaje seguro y acogedor, en el que los estudiantes se sientan cómodos para expresar sus emociones y opiniones. La educación emocional se enfoca en promover la empatía, la comprensión y la tolerancia hacia los demás, fomentando la creación de relaciones interpersonales saludables y positivas. En resumen, la educación emocional busca formar estudiantes emocionalmente inteligentes, capaces de enfrentar los desafíos de la vida cotidiana de manera efectiva y saludable.

Dado estos argumentos, se plantea las siguientes interrogantes.

- ✓ ¿Qué estrategias utilizadas en la educación emocional son más efectivas para fomentar el proceso de enseñanza-aprendizaje en los estudiantes?
- ✓ ¿Cómo influye la educación emocional en el rendimiento académico de los estudiantes en las diferentes instituciones educativas?
- ✓ ¿Cómo se puede medir y evaluar el impacto de la educación emocional en el rendimiento académico de los estudiantes?
- ✓ ¿De qué manera influye la educación emocional en el rendimiento académico de los estudiantes?
- ✓ ¿Cuál es la incidencia de la educación emocional en el desarrollo de las destrezas sociales de los educandos?
- ✓ ¿Cuáles son las características que deben tener la educación emocional para mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes?

En la justificación podemos decir que la educación emocional es un tema que ha cobrado cada vez más importancia en la educación, ya que se ha demostrado que el desarrollo de habilidades emocionales en los estudiantes tiene un impacto positivo en su bienestar emocional, su rendimiento académico y su capacidad para relacionarse con los demás.

Por esta razón, es importante investigar la influencia de la educación emocional en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes, con el objetivo de identificar las mejores prácticas educativas para la enseñanza de habilidades emocionales en el aula y su impacto en el rendimiento académico y emocional de los estudiantes.

El trabajo de investigación presenta como objetivo general: analizar la influencia de la educación emocional en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes.

Así mismo, se consideran los siguientes objetivos específicos: identificar las habilidades emocionales que se desarrollan en el aula a través de la educación emocional; identificar los factores que pueden facilitar o dificultar la implementación de la educación emocional en el aula; proporcionar recomendaciones para mejorar la implementación de la educación emocional en el aula y maximizar su impacto en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes y; evaluar el impacto de la educación emocional en el rendimiento académico de los estudiantes.

Sobre la base de las consideraciones anteriores se presenta la siguiente hipótesis: La influencia de la educación emocional mejora de forma significativa el proceso de enseñanza-aprendizaje de los educandos en las instituciones educativas.

La presente investigación se basa en la teoría de la inteligencia emocional de Daniel Goleman la cual sostiene que la inteligencia emocional es un conjunto de habilidades que incluyen la autoconciencia, la autorregulación emocional, la motivación, la empatía y las habilidades sociales, que son importantes para el éxito en la vida. (Coello, 2022).

MATERIALES Y MÉTODO

Enfoque de la Investigación

La investigación con el título “la educación emocional en el aula y su influencia en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes” se basa en el enfoque cuantitativo el cual es una metodología de investigación que se enfoca en la medición y análisis de datos numéricos y

estadísticos para evaluar y responder preguntas de investigación. El objetivo del estudio cuantitativo es la utilización de métodos de investigación rigurosos y estandarizados, que permiten medir variables y establecer relaciones entre ellas. En el contexto de la investigación en educación emocional, el enfoque cuantitativo podría utilizarse para medir y evaluar el impacto de la educación emocional en el rendimiento académico y el bienestar emocional de los estudiantes, a través de la recolección de datos numéricos mediante encuestas, pruebas estandarizadas, cuestionarios y análisis estadísticos.

Diseño de la Investigación

El diseño utilizado es pre-experimental, es un tipo de diseño de investigación que se utiliza para evaluar los efectos de una intervención o tratamiento en una muestra de participantes, pero sin contar con un grupo de control. En un diseño pre-experimental, el investigador selecciona un grupo de participantes y los expone a una intervención o tratamiento específico. Luego, se mide el resultado de interés en los participantes después de la intervención. (Campoverde, 2022).

Población y muestra

La población estará conformada por 400 estudiantes de las diferentes instituciones educativas. En este sentido, Moreno (2019) considera que la población es "el conjunto completo de todos los elementos de interés en un estudio de investigación". De igual forma, la muestra es un subconjunto representativo de la población que se selecciona para su estudio en una investigación.

Tabla 1: Distribución de la población.

GENERO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Masculino	220	55%
Femenino	180	45%
TOTAL	400	100%

Nota: Elaborado por: Autores.

La muestra estará conformada por 197 estudiantes de las diferentes instituciones educativas.

Según Moreno (2019) la muestra es "un subconjunto de la población que se selecciona de manera estratégica para su estudio y que es representativo de la población en términos de características relevantes".

Tabla 2: Distribución de la muestra.

GENERO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Masculino	120	61%
Femenino	77	39%
TOTAL	197	100%

Nota: Elaborado por: Autores.

Instrumento y técnica de recolección de datos

Para el presente trabajo investigativo se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento de recolección de datos se utilizó el cuestionario con preguntas de selección múltiple y la observación directa; el cual fue validado por los expertos, de acuerdo a los objetivos específicos propuestos como guía del estudio.

Las técnicas de recopilación de datos son herramientas y métodos utilizados para recolectar información en una investigación. La técnica que se utilizó fue la encuesta la cual se utilizó para obtener información de los estudiantes. En el análisis de registros se utilizó el software Microsoft Excel e IBM SPSS Statistics (Martínez, 2018)

Plan de tabulación y análisis

El plan de tabulación y análisis es una parte crucial de la investigación, ya que implica la organización y análisis de los datos recopilados para responder a las preguntas de investigación. Por lo tanto, una vez aplicado a la muestra el cuestionario, se procedió a la tabulación de los datos, es decir, el traslado de la información en el programa Microsoft Excel e IBM SPSS Statistics.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

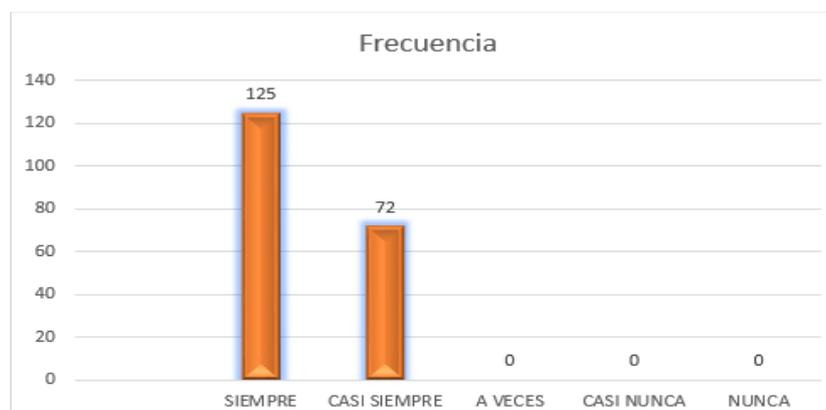
A continuación se muestran los resultados obtenidos de los instrumentos aplicados a los estudiantes en la investigación con el título “la educación emocional en el aula y su influencia en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes”, en la que se evaluó las variables con sus respectivas dimensiones, con el propósito de tener información.

Tabla 3: Resultados del cuestionario educación emocional.

Intervalo	Frecuencia	Porcentaje (%)
SIEMPRE	125	63 %
CASI SIEMPRE	72	37 %
A VECES	0	0 %
CASI NUNCA	0	0 %
NUNCA	0	0 %
TOTAL	197	100 %

Nota: Elaborado por: Autores.

Gráfico 1: Resultados del cuestionario educación emocional.



Nota: Elaborado por: Autores.

Interpretación

Una vez analizados los resultados podemos observar que la mayoría de los educandos encuestados indicaron que los docentes si aplican dentro del salón de clases la educación emocional, permitiéndoles desarrollar habilidades sociales como la empatía, la colaboración y la cooperación, lo que puede ser beneficioso para su futuro éxito en el trabajo y en la vida.

En este sentido, Contreras (2019) considera que los estudiantes que han sido educados emocionalmente suelen ser más capaces de comunicarse de manera efectiva, resolver conflictos de manera constructiva y tener relaciones interpersonales más saludables y positivas.

Por lo tanto, la educación emocional puede tener un impacto significativo y positivo en la vida de los estudiantes, lo que puede ayudarles a ser más felices, saludables y exitosos en su vida personal y profesional.

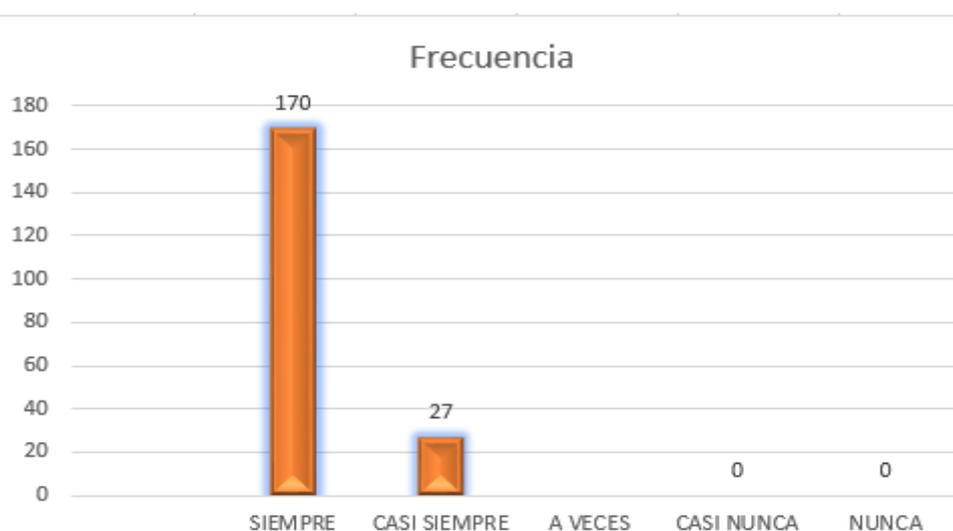
La educación emocional implica el aprendizaje de habilidades como la conciencia emocional, la regulación emocional, la empatía, la comunicación efectiva, la resolución de conflictos y la toma de decisiones responsables.

Tabla 4: Resultados de la dimensión conciencia emocional.

INTERVALO	Frecuencia	Porcentaje (%)
SIEMPRE	170	86 %
CASI SIEMPRE	27	14 %
A VECES	0	0 %
CASI NUNCA	0	0 %
NUNCA	0	0 %
TOTAL	197	100 %

Nota: Elaborado por: Autores.

Gráfico 2: Resultados de la dimensión conciencia emocional.



Nota: Elaborado por: Autores.

Interpretación

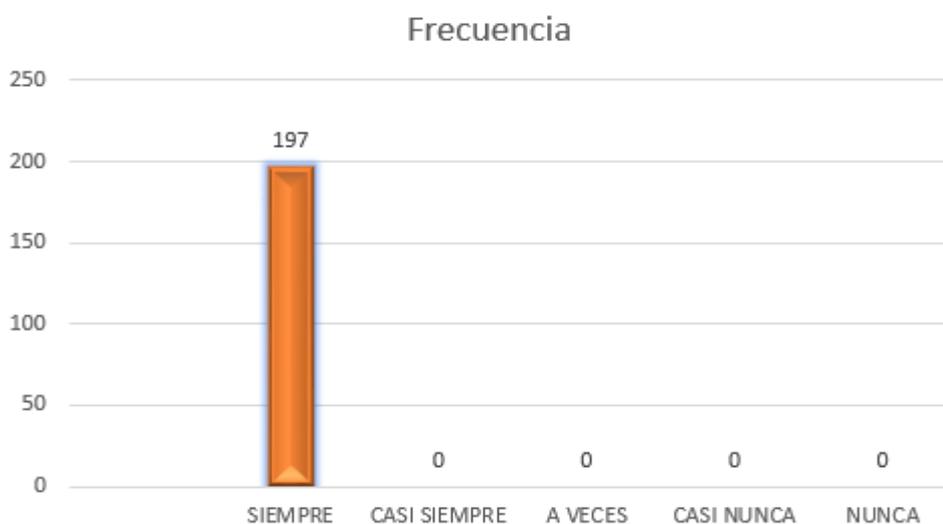
Como se puede observar en la dimensión conciencia emocional del 100% de los estudiantes encuestados, el 86% de ellos indicaron que el implementar la conciencia emocional en los procesos áulicos mejorará la capacidad de reconocer y comprender las propias emociones y sentimientos, mientras que el 14% indica que al implementar la conciencia emocional ellos serán capaz de identificar las emociones que se experimentan en un momento determinado, y darles un nombre preciso.

Tabla 5: Resultados de la dimensión regulación emocional.

INTERVALO	Frecuencia	Porcentaje (%)
SIEMPRE	197	100 %
CASI SIEMPRE	0	0 %
A VECES	0	0 %
CASI NUNCA	0	0 %
NUNCA	0	0 %
TOTAL	197	100 %

Nota: Elaborado por: Autores.

Gráfico 3: Resultados de la dimensión regulación emocional.



Nota: Elaborado por: Autores.

Interpretación

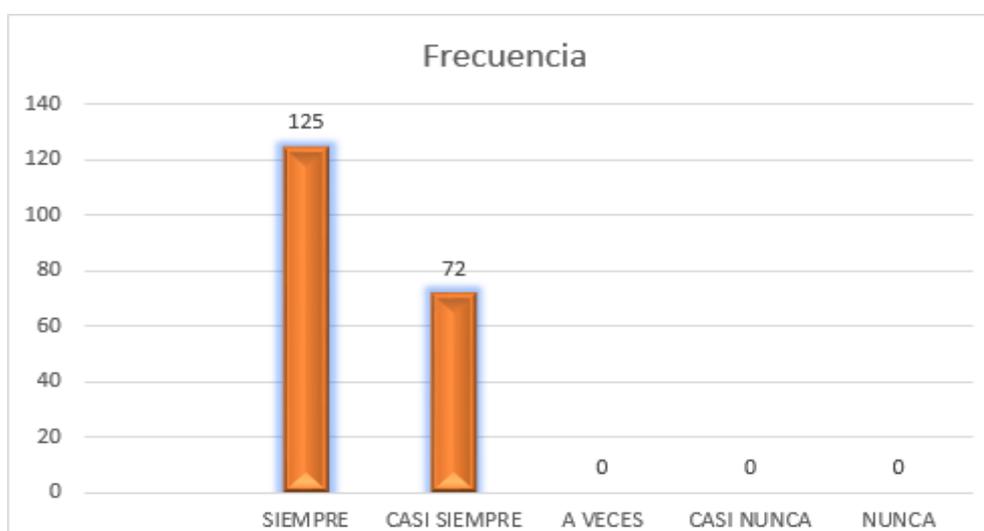
En relación a la categoría regulación emocional, se puede observar que todos los educandos consideran de suma importancia aplicar la regulación emocional dentro del salón de clase ya que les permite identificar los factores desencadenantes que provocan una emoción particular.

Tabla 6: Resultados de la dimensión comunicación efectiva.

INTERVALO	Frecuencia	Porcentaje (%)
SIEMPRE	125	63 %
CASI SIEMPRE	72	37%
A VECES	0	0 %
CASI NUNCA	0	0 %
NUNCA	0	0 %
TOTAL	197	100 %

Nota: Elaborado por: Autores.

Gráfico 4: Resultados de la dimensión comunicación efectiva.



Nota: Elaborado por: Autores.

Interpretación

Como podemos observar la mayoría de los educandos encuestados manifestaron que la comunicación efectiva implica ser capaz de expresarse de manera clara y concisa, utilizando un lenguaje sencillo y comprensible, permitiéndoles ser capaz de escuchar activamente a los demás, prestando atención a lo que están diciendo y a cómo lo están diciendo.

Tabla 7: Prueba de normalidad.

Prueba de normalidad			
	Estadístico	gl	Sig.
Educación emocional.	0,675	197	0,002
Proceso de enseñanza-aprendizaje.	0,584	197	0,003

Nota: Elaborado por: Autores

Tabla 8: Descriptivos.

Descriptivos^a

		Estadístico	Error estándar	
D1	Media	3,6000	,08165	
	95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	2,7765	
		Límite superior	2,7864	
	Media recortada al 5%	2,8763		
	Mediana	3,05600		
	Varianza	,177		
	Desviación estándar	,30825		
	Mínimo	1,00		
	Máximo	3,00		
	Rango	1,00		
	Rango intercuartil	,00		
Asimetría	-1,698	,464		
Curtosis	,793	,902		
D2	Media	2,7800	,08718	
	95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	2,4567	
		Límite superior	2,8786	

	Media recortada al 5%	2,3455	
	Mediana	2,0000	
	Varianza	,170	
	Desviación estándar	,63589	
	Mínimo	1,00	
	Máximo	3,00	
	Rango	1,00	
	Rango intercuartil	,60	
	Asimetría	0,297	,464
	Curtosis	-,374	,902
D3	Media	1,2400	,08718
	95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior 7,0601	Límite superior 1,4199
	Media recortada al 5%	1,2657	
	Mediana	1,0000	
	Varianza	,160	
	Desviación estándar	,3357	
	Mínimo	1,00	
	Máximo	3,00	
	Rango	1,00	
	Rango intercuartil	,60	
	Asimetría	1,789	,464
	Curtosis	-,654	,902

Tabla 9: Resumen de procesamiento de casos.

Resumen de procesamiento de casos

	Casos					
	Válido		Perdidos		Total	
	N	Porcentaje	N	Porcentaje	N	Porcentaje
V1	197	100,0%	0	0,0%	197	100,0%
D1	197	100,0%	0	0,0%	197	100,0%
D2	197	100,0%	0	0,0%	197	100,0%
D3	197	100,0%	0	0,0%	197	100,0%

Interpretación

La prueba de normalidad es una técnica estadística que se utiliza para determinar si una muestra de datos sigue una distribución normal o gaussiana. La distribución normal es una distribución de probabilidad teórica que se caracteriza por una curva simétrica en forma de campana, donde la mayoría de los datos se concentran en torno a la media y la desviación estándar.

Para la realización de la prueba de normalidad se tomó en consideración la formulación de las siguientes hipótesis.

Hi: Los resultados obtenidos del cuestionario educación emocional presentan normalidad con la medición del cuestionario proceso enseñanza-aprendizaje dirigido a los estudiantes de las diferentes instituciones educativas.

Ho: Los resultados obtenidos del cuestionario educación emocional no presentan normalidad con la medición del cuestionario proceso enseñanza-aprendizaje dirigido a los estudiantes de las diferentes instituciones educativas.

Los datos obtenidos corresponden a los estudiantes de diferentes instituciones educativas, los cuales participaron en el estudio; en su totalidad son 197 estudiantes, debido a que la cantidad es mayor a 50 unidades, la prueba que se aplicó fue la de Kolmogorov-Smirnov está se utiliza para determinar si una muestra de datos sigue una distribución de probabilidad específica. Esta prueba compara la distribución empírica de los datos con la distribución teórica esperada, generalmente la distribución normal.

En la educación emocional, la prueba de Kolmogorov-Smirnov se puede utilizar para analizar y comprender mejor el comportamiento y las necesidades de los estudiantes en un grupo o en una muestra específica. Sin embargo, es importante tener en cuenta que la educación emocional no se centra exclusivamente en el análisis estadístico de los datos, sino que se enfoca en ayudar a los educandos a desarrollar habilidades emocionales y sociales que les permitan comprender, expresar y regular sus propias emociones de manera adecuada, así como también reconocer y responder adecuadamente a las emociones de los demás.

Discusión

La educación emocional es el proceso de adquirir conocimientos y habilidades para reconocer, comprender y regular las emociones propias y ajenas. La conciencia emocional es la capacidad de reconocer y comprender las emociones, y la regulación emocional es la capacidad de manejar las emociones de manera efectiva y saludable. La comunicación efectiva, por su parte, es la habilidad de transmitir información de manera clara y coherente, considerando el contexto y las emociones involucradas en todos los contextos.

La educación emocional es fundamental para el desarrollo de la conciencia emocional, ya que permite a las personas reconocer y comprender sus emociones y las de los demás. A su vez, la regulación emocional es una habilidad importante que se desarrolla a través de la educación emocional y la conciencia emocional, ya que permite a las personas manejar sus emociones de manera efectiva y saludable en su entorno (Miranda, 2021).

La comunicación efectiva también está relacionada con la educación emocional y la regulación emocional, ya que implica la habilidad de expresar las emociones de manera adecuada y entender las emociones de los demás. La comunicación efectiva puede ser especialmente útil en situaciones de conflicto dentro del salón de clases, donde la comprensión y la regulación de las emociones pueden ayudar a resolver el conflicto de manera pacífica.

Sánchez (2021); considera que la educación emocional ayuda a los estudiantes a manejar mejor sus emociones y a concentrarse en el aprendizaje, lo que a su vez puede mejorar su rendimiento académico, de igual forma, fomenta el bienestar emocional en el aula de clases donde los estudiantes pasan la mayor parte de su tiempo y pueden estar expuestos a una variedad de situaciones que pueden afectar su bienestar emocional. La educación emocional puede ayudarles a identificar y manejar las emociones negativas y a cultivar una actitud positiva hacia la vida.

Por último, la educación emocional dentro del aula puede mejorar el rendimiento académico, el bienestar emocional, las habilidades sociales, el clima del aula y preparar a los estudiantes para enfrentar el mundo real. Es una habilidad valiosa que puede ayudar a los estudiantes a desarrollar habilidades emocionales y sociales saludables y a mejorar su calidad de vida en general.

CONCLUSIONES

1. La educación emocional tiene un impacto significativo en el proceso enseñanza-aprendizaje de los estudiantes al fomentar el desarrollo de la conciencia emocional, ya que permite a los educandos reconocer y comprender sus emociones y las de los demás. A su vez, la regulación emocional es una habilidad importante que se desarrolla a través de la educación emocional y la conciencia emocional, ya que permite a las personas manejar sus emociones de manera efectiva y saludable.
2. De igual forma, el 86% de los estudiantes indicaron que al fomentar la educación emocional en el aula, se puede mejorar el rendimiento académico, el bienestar emocional, las habilidades sociales y el clima del aula, lo que a su vez puede ayudar a los estudiantes a prepararse para enfrentar el mundo real.
3. La educación emocional no es una solución rápida requiere tiempo y práctica constante para que los estudiantes desarrollen habilidades emocionales saludables y efectivas dentro del salón de clases. Los educadores deben recibir capacitación en educación emocional para poder impartir este tipo de enseñanza de manera efectiva a sus estudiantes.
4. La educación emocional debe ser integrada en todos los aspectos de la vida estudiantil, incluyendo el plan de estudios, la gestión del aula y las actividades extracurriculares; para que de esta forma los estudiantes sean capaces de comunicarse de manera efectiva, resolver conflictos de manera constructiva y tener relaciones interpersonales más saludables y positivas en su entorno.

LISTA DE REFERENCIAS

- Campoverde, A. (2022). Diseño de investigación: elementos y características.
- Castro, F. (2021). Educación emocional y competencias básicas para la vida.
- Coello, E. (2022). Inteligencia emocional percibida y bienestar en adolescentes: papel mediador de la resiliencia. *Revista de Psicodidáctica*, 19(1), 35-50.
- Contreras, P. (2019). La educación emocional en los procesos áulicos. *Children and Youth Services Review*, 53, 121-127.
- Díaz, R. (2019). La educación emocional: fundamentos teóricos y evidencias empíricas, 14, 2-15.
- Martínez, S. M. (2018). Instrumento y técnica de recolección de datos.
- Moreno, T. (2019). Población, muestra y muestreo en una investigación.
- Miranda, J. (2021). Impacto de un programa de educación emocional sobre el rendimiento académico y la competencia social en Educación Primaria. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 19(1), 1-15.
- Sánchez, P. (2021). Burnout en docentes: papel mediador de las habilidades emocionales. *Revista de Psicodidáctica*, 18(2), 359-385.