



ID del documento: IIJ-Vol.3.N.2.003.2025

Tipo de artículo: Revisión

La educación emocional en la formación integral de los estudiantes

Emotional education in the comprehensive training of students

Autores:

Ceneth Alagon Canahuire¹, Yesenia Mariela Moran-Chacón²

¹Universidad Andina del Cusco, Perú, alagon5e@gmail.com , <https://orcid.org/0009-0004-9389-0133>

²Universidad Bolivariana del Ecuador, [ymmoranc@ube.edu.ec](mailto:yemoranc@ube.edu.ec) <https://orcid.org/0009-0005-9414-1115>

Corresponding Author:

Reception date: 01-may-2025

Acceptance: 15-may-2025

Publication: 30-may-2025

How to cite this article:

Alagon Canahuire, C. ., & Moran-Chacón, Y. M. . (2025). La educación emocional en la formación integral de los estudiantes. *Innovarium International Journal*, 3(2), 1-9.

<https://revinde.org/index.php/innovarium/article/view/44>



Resumen

Las habilidades de inteligencia emocional en el currículo escolar son un aspecto muy relevante para la educación actual dado que refieren a la capacidad de reconocer, comprender y gestionar las emociones propias y las de los demás. En ese sentido, la educación emocional proporciona a los estudiantes herramientas necesarias para comprender y regular emociones de manera satisfactoria en el aula de clase. La adquisición de estas habilidades en los estudiantes les permite experimentar un mayor bienestar psicológico, lo cual se comprende como una manera de mejorar su autoestima, una mayor capacidad para manejar el estrés y relacionarse de una mejor relación con los demás. De ese modo, este estudio se basa en una revisión sistemática de literatura existente sobre la educación emocional y el impacto en la formación integral de los estudiantes. La metodología consiste en la revisión de artículos científicos, libros y otros recursos relevantes para recopilar evidencia empírica sobre los beneficios de la educación en diferentes contextos. A partir de ellos se aplica un enfoque cualitativo y un diseño de tipo descriptivo que permite obtener información contextualizada. En conclusión, la educación emocional desempeña un papel fundamental en la formación integral de los estudiantes. Los resultados revelan que existe una necesidad de incorporar enseñanzas de educación emocional en los programas educativos y en todos los niveles educativos, para que así se fomente el desarrollo de habilidades sociales y se potencie el rendimiento académico.

Palabras clave: Educación emocional, habilidades sociales, formación integral, rendimiento académico.

Abstract

Emotional intelligence skills in the school curriculum are a very relevant aspect for current education since they refer to the ability to recognize, understand and manage one's own emotions and those of others. In that sense, emotional education provides students with the necessary tools to understand and regulate emotions satisfactorily in the classroom. The acquisition of these skills in students allows them to experience greater psychological well-being, which is understood as a way to improve their self-esteem, a greater ability to manage stress and have a better relationship with others. Thus, this study is based on a systematic review of existing literature on emotional education and its impact on the comprehensive training of students. The methodology consists of reviewing scientific articles, books and other relevant resources to collect empirical evidence on the benefits of education in different contexts. Based on them, a qualitative approach and a descriptive design are applied that allow contextualized information to be obtained. In conclusion, emotional education plays a fundamental role in the comprehensive training of students. The results reveal that there is a need to incorporate emotional education teaching in educational programs and at all educational levels, so that the development of social skills is encouraged and academic performance is enhanced.

Keywords: Emotional education, social skills, comprehensive training, academic performance.



1. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, se reconoce en mayor medida la importancia de la educación emocional, puesto que no basta con adquirir conocimientos académicos, sino que se ha vuelto importante el desarrollo de habilidades emocionales que transformen en los individuos su capacidad para enfrentar desafíos en la vida de manera significativa; de ahí que este tipo de educación propenda un proceso de aprendizaje que busque fomentar la comprensión, el manejo y la expresión adecuada de las emociones. De acuerdo con Casussus (2017) La emoción es una energía que afecta, altera e impulsa a la acción del individuo; siendo así, esta disciplina se reconoce por su papel fundamental en el bienestar y el éxito de las personas, por lo tanto, es necesaria para brindarles a los estudiantes herramientas necesarias para entender y regular sus propias emociones, así como para comprender y empatizar las emociones de los demás.

En este sentido, cada vez es más complejo y cambiante en el mundo el manejo del estrés, la ansiedad y los desafíos emocionales que son parte de la vida cotidiana. Por ello, la educación emocional se convierte en un elemento fundamental para la formación integral de los estudiantes; es decir, no se trata solamente de enseñarles a leer, escribir y resolver problemas matemáticos, sino también de ayudarles al desarrollo de las habilidades sociales y emocionales, para que así se puedan relacionar de manera saludable, puedan gestionar el estrés y las emociones negativas, así como resolver conflictos de manera constructiva y tomar decisiones responsables e informadas.

En esa medida, se debe proporcionar a los estudiantes herramientas necesarias para que entiendan, manejen y expresen adecuadamente sus emociones; con ello, se les brinda una base sólida para el enfrentamiento de los retos de la vida de manera equilibrada y exitosa. En esa medida, la educación emocional contribuye a la creación de entornos escolares más saludables y en esa medida promueve un bienestar individual y colectivo. Por lo tanto, es necesario que los docentes se conviertan en responsables, así como los padres y la sociedad en general, de la priorización y la promoción de la educación emocional como parte esencial del proceso educativo.

2. DESARROLLO

Inteligencia emocional en el currículo escolar

Desarrollar las habilidades de inteligencia emocional en el currículo escolar constituye un enfoque académico y productivo que busca promover la comprensión y el manejo de las emociones tanto propias como ajenas. Todo ello con el fin de fomentar el bienestar personal y las relaciones saludables de los estudiantes y de los docentes. Su inclusión en el currículo escolar se reconoce como un elemento fundamental para la constitución de las habilidades emocionales que determinan el éxito académico, social y personal de los estudiantes. Dichas habilidades permiten comprender y expresar las emociones de los estudiantes de una manera adecuada, así como desarrollar la empatía hacia los demás, establecer relaciones positivas, resolver conflictos de manera constructiva y tomar decisiones adecuadamente.

Según Bueno (2023), el currículo emocional evoluciona en la medida en la que se configure la posibilidad de que los estudiantes aprendan el manejo, la gestión y la percepción de sus emociones. De manera que, para lograr un proyecto curricular adecuado que aborde la inteligencia emocional, es necesario que ésta se desarrolle desde la primera infancia. Por



el contrario, la omisión de las emociones en los procesos pedagógicos profundiza problemáticas relacionadas con la adaptación y la sociabilidad. Por tal razón, los docentes deben aplicar enfoques, estrategias y metodologías que desarrollen la inteligencia emocional en el currículo como el aprendizaje socio-emocional, de manera que se enfoque y se integre en la enseñanza de las habilidades emocionales y sociales en el currículo. De esta manera, las escuelas que implementan este enfoque deben dedicar un tiempo específico para la instrucción directa de estas habilidades, buscando integrarlas en otras áreas del currículo como matemáticas, ciencias o lenguaje.

Para ejemplificar, el programa Raíces de Empatía, que se enfoca en la reducción de la agresividad en la infancia y la juventud a partir de la alfabetización emocional fomentando la empatía, o el programa RULER, que se enfoca en el desarrollo de la inteligencia emocional tanto en niños como en adultos, se caracteriza por ser un programa de intervención efectivo que innova las habilidades y las teorías de aprendizaje con bases en la inteligencia emocional (ProFuturo, 2013). En diálogo con ello, Pattit et al., (2017) explica que, estos programas se basan en décadas de investigación mediante la comprobación de que el conocimiento y las destrezas están asociadas con el rendimiento, el entendimiento, la expresión y la regulación de las emociones. Por tal manera, incluyen actividades y recursos diseñados para el desarrollo de habilidades emocionales específicas. Esto configura la importancia de que los docentes identifiquen problemáticas emocionales en sus estudiantes e intervengan mediante actividades que les permitan fortalecer aquellas falencias.

Desde otra perspectiva, Regeluth (2016) Explica que La instrucción directa de los docentes debe activar en los alumnos estructuras cognitivas relevantes, haciéndoles recordar o demostrar conocimientos o experiencias previas que sean relevantes para él. En esa medida, las escuelas pueden integrar prácticas, actividades diarias que fomenten el desarrollo de habilidades emocionales, incluyendo espacios de reflexión, técnicas de respiración, juegos de roles, o otras para la práctica de habilidades sociales, discusiones grupales sobre emociones, entre otras. Por todo lo mencionado, se considera importante destacar que el desarrollo de las habilidades de inteligencia emocional corresponde a los docentes, pero también implica la participación de los padres de familia y de toda la comunidad educativa en general, puesto que solamente así se promueve el desarrollo integral de los estudiantes, tanto al interior de la escuela como en espacios sociales y culturales alternos.

La inteligencia emocional en el currículo escolar conlleva amplios beneficios. Primero, el desarrollo de habilidades emocionales permite que los estudiantes reconozcan y gestionen sus propias emociones, generando entonces una mayor capacidad para controlar su conducta de manera efectiva. Esto quiere decir que el estudiante podrá mejorar el control del estrés y adquirirá una mayor capacidad para la resolución de conflictos y la toma de decisiones. Asimismo, la inteligencia emocional contribuye al desarrollo de habilidades sociales y empáticas, promoviendo la colaboración, el respeto mutuo y la comprensión entre las personas. Esto fortalece los vínculos interpersonales y crea un ambiente escolar armonioso, al tiempo que capacita a los estudiantes para afrontar los retos diarios con mayor eficacia.

Por otro lado, incorporar la inteligencia emocional en el currículo escolar también repercute positivamente en el ámbito académico.

Las competencias emocionales mejoran la capacidad de los alumnos para concentrarse y prestar atención, lo cual impacta favorablemente en su rendimiento escolar. El aprendizaje



de la regulación de las emociones en los estudiantes, les permite una resistencia frente a las dificultades. Como señala Salvo-Garrido (2021), la resiliencia implica las conductas que las personas adoptan ante situaciones adversas, lo que permite una adaptación satisfactoria. Esta capacidad ayuda a los estudiantes a persistir ante los desafíos académicos y a superarlos con mayor facilidad. Además, la inteligencia emocional estimula la motivación interna y fortalece el sentido de propósito, factores clave para fomentar el compromiso y la participación activa en su propio proceso de aprendizaje.

Educación emocional y el bienestar psicológico

Para empezar, la educación emocional requiere el proceso de adquisición de conocimientos, habilidades y competencias que se relacionan con la comprensión y el manejo de las emociones de modo que ésta sea saludable. Por su parte, el bienestar psicológico refiere al estado general de satisfacción, equilibrio y salud mental de una persona. Al respecto, Bisquerra (2012) explica que la educación emocional constituye una respuesta educativa a las necesidades sociales que no están atendidas en las áreas académicas ordinarias de manera suficiente. Al respecto, Bisquerra y Pérez (2012) afirman que la educación emocional es un proceso continuo y permanente que debe estar presente desde el nacimiento, la educación infantil, primaria, secundaria y superior de los estudiantes. Es decir, constituye un enfoque de ciclo vital que se prolonga durante toda la vida en el individuo hasta su etapa adulta.

De acuerdo con dichos postulados, se entiende que la vocación emocional juega un papel fundamental para el bienestar psicológico de los estudiantes porque, en primera instancia, les ayuda a comprender y a reconocer sus propias emociones, identificando causas y desarrollando una mayor conciencia de sí mismos. Esto les permite tener un mayor autocontrol emocional y con ello una comprensión más profunda de sus necesidades. En segunda instancia, mediante la educación emocional, los estudiantes comprenden estrategias y técnicas para manejar y regular sus emociones de manera satisfactoria. Esto quiere decir que aprenden a manejar el estrés, la ansiedad y la frustración de ciertas situaciones, contribuyendo a un equilibrio emocional y a una reducción de problemas de salud mental. En tercera instancia, la educación emocional fomenta la empatía y la comprensión hacia los demás; permite que los estudiantes aprendan a ponerse en el lugar de los demás, a comprender sus emociones y a establecer relaciones saludables y respetuosas. Todo ello promueve una comunicación efectiva y una resolución constructiva de los conflictos, un clima escolar positivo y el bienestar emocional de tanto los docentes como los estudiantes.

Finalmente, la educación emocional tiene un gran impacto y un reconocimiento significativo en el rendimiento académico y escolar de los estudiantes. Este proceso requiere la enseñanza de habilidades y competencias desde la niñez hasta la juventud y la edad adulta, para que así los estudiantes comprendan y manejen las emociones y se relacionen de manera saludable con los demás. De acuerdo con lo mencionado por Jiménez y López (2009) La enseñanza de las habilidades emocionales favorece el bienestar psicológico y emocional de los estudiantes, lo cual impacta positivamente en su bienestar académico y su rendimiento. Es decir, que los estudiantes obtienen un mayor éxito académico en la medida en la que comprenden y regulan las emociones desagradables, la ansiedad, la tristeza o el aburrimiento, las cuales son muy frecuentes en la vida académica y personal de los estudiantes.



Por consiguiente, una de las razones para incluir la educación emocional en la formación de los individuos es el aumento del bienestar psicológico de los estudiantes, la motivación y el compromiso con el aprendizaje. En la medida en la que los estudiantes equilibran sus emociones, pueden ser más capaces de concentrarse en tareas académicas y pueden tener una mejor capacidad para resolver conflictos, no solamente académicos sino también personales en su entorno educativo y social. Por todo ello, es importante que los docentes proporcionen estrategias y prácticas de regulación de las emociones, de reducción de la ansiedad y del manejo del buen estado mental para que los estudiantes puedan tener un enfoque claro en sus estudios y lograr mayores resultados. Estas habilidades emocionales que se adquieren durante la educación emocional serán útiles a lo largo de su existencia en su desarrollo personal y su éxito profesional, de manera que la constitución y el reconocimiento de las emociones es un proceso significativo para establecer relaciones saludables y para adquirir habilidades clave que interfieren en diferentes aspectos de la vida, el trabajo y las relaciones interpersonales.

Desafíos y estrategias para la formación de la educación emocional

El papel del docente es fundamental como guía, facilitador y mentor en el proceso educativo de los estudiantes. De acuerdo con Extremera et al. (2019), se afirma que el docente es un agente relevante en el aula para determinar el éxito de los estudiantes, ya que éste actúa como un líder de la clase. Es por ello que el docente debe transformar metodologías tradicionales y utilizar herramientas para brindar apoyo emocional, motivación y orientación a los estudiantes. En lugar de limitarse a impartir conocimientos, el profesor se enfocará en la fomentación del pensamiento crítico, la creatividad, la resolución de problemas y el desarrollo de habilidades socioemocionales en los alumnos.

Siguiendo a Extremera y Fernández (2004) La inteligencia emocional se define como un conjunto de habilidades que el docente debe aprender porque las aulas son un modelo de aprendizaje socioemocional de mayor impacto en los alumnos y también porque la investigación está enfocada en el afrontamiento de contratiempos cotidianos y estrés laboral desde niveles adecuados de inteligencia emocional. Por todo ello, la formación docente es un elemento fundamental para promover el desarrollo socioemocional de los estudiantes, en esa medida para implementar programas de educación emocional y crear entornos de aprendizajes seguros y enriquecedores. Entonces, uno de los desafíos más importantes en la enseñanza de las habilidades emocionales de los estudiantes es la formación docente frente a estrategias efectivas de inteligencia emocional, ya que sin esto no se podrán crear entornos de aprendizaje seguros y enriquecedores y se minimizarán beneficios para los estudiantes.

Para describir las estrategias se resalta una estrategia efectiva que es proporcionar a los docentes una base teórica sólida sobre la educación emocional, así como una evidencia empírica que impacte positivamente en su formación. Esto incluye talleres, cursos de desarrollo profesional y recursos educativos que permitan la comprensión de fundamentos de educación emocional y cómo estos se relacionan con su práctica docente. La comprensión de un marco teórico y un marco práctico en investigación de la educación emocional motiva a los docentes y los prepara para implementar estrategias efectivas en el aula con los estudiantes.

El segundo desafío que se quiere resaltar es la integración efectiva de la educación emocional en el currículo. Para ello, los docentes deben encontrar maneras de incorporar



habilidades emocionales en las diferentes asignaturas y actividades diarias. Es importante la identificación de oportunidades de enseñanza y aprendizaje que permitan a los estudiantes el desarrollo de sus habilidades emocionales. Una de las estrategias que se resaltan es la inclusión de actividades prácticas, juegos de roles, debates o ejercicios de reflexión que promuevan la conciencia emocional y la empatía. Otra de las estrategias que pueden funcionar es la colaboración entre docentes, de manera que se creen comunidades de práctica como una estrategia efectiva en la formación de la educación emocional. Los docentes pueden compartir experiencias, ideas, recursos, y aprender unos de otros, fomentando el intercambio de buenas prácticas y el enriquecimiento mutuo.

En conclusión, la educación emocional, tanto en la formación docente como en la formación de los estudiantes, debe ser continua y actualizada de acuerdo con las herramientas dispuestas para la enseñanza. Esto es, incluir el acceso a oportunidades de desarrollo profesional con enfoques en educación emocional, tales como conferencias, seminarios, grupos de estudio, cursos en línea que estén relacionados con esta tarea.

3. METODOLOGÍA

El estudio adoptará un enfoque cualitativo, con el propósito de explorar en profundidad las vivencias y percepciones de los estudiantes respecto a la educación emocional. El diseño metodológico es de tipo descriptivo, lo que permitirá recopilar información precisa y detallada sobre las opiniones, actitudes y comportamientos de los alumnos en relación con este tema. Mediante un análisis minucioso de los datos cualitativos, esta investigación aspira a lograr una comprensión contextualizada y enriquecida sobre el impacto de la educación emocional en la formación integral del estudiantado. Los hallazgos contribuirán al perfeccionamiento de las prácticas educativas y al diseño de intervenciones más eficaces en esta área.

Además, esta investigación se fundamenta en una revisión sistemática de la literatura disponible sobre la educación emocional y su influencia en el desarrollo integral de los estudiantes. Para ello, se analizaron artículos académicos, libros especializados y otros recursos pertinentes, con el fin de reunir evidencia empírica sobre los beneficios que la educación emocional aporta en distintos entornos educativos. Asimismo, se incluyeron estudios que describen intervenciones concretas en educación emocional, así como los resultados obtenidos en cada caso.

4. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los resultados de la revisión de literatura realizada presentan novedades científicas y aspectos controvertidos que enriquecen el campo de estudio. Primero, se destaca una creciente atención a la educación emocional como un factor crucial en el desarrollo de los estudiantes, reconociendo así su influencia en aspectos de salud mental, residencia y rendimiento académico. Dicha perspectiva desafía paradigmas tradicionales de enseñanza que centraban el proceso educativo en aspectos cognitivos y académicos. Ahora bien, respecto de perspectivas teóricas, esta investigación da una apertura significativa a la exploración de modelos educativos que integren el componente emocional de los currículos escolares. En esa medida, se plantea la posibilidad de la implementación de programas que se enfoquen en la educación emocional y que aborden no sólo el reconocimiento y la gestión de las emociones, sino también habilidades de orden socioemocional, tales como la empatía, la toma de decisiones, y la inteligencia emocional.



Respecto de las aplicaciones prácticas, los resultados de esta investigación tienen un impacto significativo en la formulación de políticas educativas y en la capacitación de los docentes. Puesto que señala la importancia de que los maestros se formen adecuadamente en la regulación emocional y también en la importancia de la enseñanza de una inteligencia emocional para que así mismo los estudiantes puedan aplicar estos saberes al interior de la institución educativa o por fuera de ella. Lo anterior resalta la necesidad del desarrollo de estrategias pedagógicas que fomenten una educación emocional de manera sistemática y estructurada en las instituciones educativas, es decir, que ésta sea continua y relevante frente a las necesidades y frente al uso de herramientas adecuadas que se disponen desde la tecnología y desde el interior de la comunidad educativa.

En esa medida se considera relevante que los padres y la comunidad educativa en su totalidad se involucren en este proceso, creando alianzas para el fortalecimiento de la formación integral de los estudiantes. A parte de lo mencionado, la educación emocional favorece el establecimiento de relaciones interpersonales saludables, promoviendo así la empatía, la comunicación efectiva y la resolución de conflictos. Finalmente, se encuentra que los estudiantes que reciben una educación emocional adecuada presentan un mayor rendimiento académico y desarrollan habilidades como la autorregulación, la motivación y la concentración. De este modo, si adquieren habilidades para gestionar el estrés, se regulan las emociones negativas y se desarrolla una actitud más positiva hacia sí mismos y hacia los demás.

5. CONCLUSIÓN

En suma, la educación emocional desempeña un papel relevante y fundamental en la construcción de habilidades socioemocionales en los estudiantes y en la formación integral de los mismos. Los resultados de este estudio respaldan la necesidad de incorporar en la educación una educación emocional de manera continua, desde los programas educativos, desde el currículo académico y desde todas las áreas de conocimiento, así como desde todos los niveles educativos. En la medida en la que se proporciona a los estudiantes competencias emocionales, se contribuye a su bienestar general y se refuerza su habilidad para afrontar los retos cotidianos con mayor eficacia. Asimismo, se impulsa el desarrollo de destrezas sociales y se mejora su desempeño académico. Por esta razón, la educación emocional debe ocupar un lugar central en las prioridades educativas, ya que ofrece a los alumnos los recursos necesarios para alcanzar el éxito tanto en su vida personal como en su futuro profesional.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Bisquerra Alzina, R., & Pérez Escoda, N. (2012). Educación emocional: estrategias para su puesta en práctica. *Avances en supervisión educativa*, (16). <https://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/111646>

Bisquerra, R. (2012). De la inteligencia emocional a la educación emocional. *Cómo educar las emociones*, 1, 24-35. https://www.academia.edu/download/56419975/como_educar_las_emociones.pdf#page=28



Bueno, A. (2019). La inteligencia emocional: exposición teórica de los modelos fundantes. *Revista seres y saberes* (6). <https://revistas.ut.edu.co/index.php/SyS/article/view/1816>

Casassus, J. (2017). Una introducción a la educación emocional. *Revista Latinoamericana De Políticas Y Administración De La Educación*, (7): 121-130. <https://www.revistas.untref.edu.ar/index.php/relapae/article/view/84>

Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2004). La importancia de desarrollar la inteligencia emocional en el profesorado. *Revista iberoamericana de educación*, 34(3), 1-9. <https://rieoei.org/rie/article/view/4005>

Extremera-Pacheco, N., Fernández-Berrocal, P. (s, f). La importancia de desarrollar la inteligencia emocional en el profesorado. *Revista Iberoamericana de Educación*, 1-9. <https://rieoei.org/historico/deloslectores/759Extremera.PDF>

Extremera-Pacheco, N., Mérida-López, S., & Sánchez-Gómez, M. (2019). La importancia de la inteligencia emocional del profesorado en la misión educativa: impacto en el aula y recomendaciones de buenas prácticas para su entrenamiento. *Voces De La Educación*, 74-97. <https://www.revista.vocesdelaeducacion.com.mx/index.php/voces/article/view/213>

Jiménez Morales, M. I., & López-Zafra, E. (2009). Inteligencia emocional y rendimiento escolar: estado actual de la cuestión. *Revista Latinoamericana de psicología*, 41(1), 69-79. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=s0120-05342009000100006&script=sci_arttext

ProFuturo. (19 de diciembre de 2013). Los bebés enseñanza empatía. <https://profuturo.education/observatorio/uncategorized/los-bebes-ensenando-empatia/#:~:text=Roots%20of%20Empathy%20es%20un,el%20aumento%20de%20la%20empat%C3%ADa>

Reigeluth, C. M. (2016). Teoría instruccional y tecnología para el nuevo paradigma de la educación. *Revista de Educación a Distancia (RED)*, (50). <https://revistas.um.es/red/article/view/270771>

Salvo-Garrido, S. I., Gálvez-Nieto, J. L., & Martín-Parihuén, S. S. (2021). Resiliencia académica: Comprendiendo las relaciones familiares que la promueven. *Revista Electrónica Educare*, 25(2), 365-382. https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1409-42582021000200365&script=sci_arttext

Declaración de Conflicto de Intereses: Los autores declaran que no presentan conflictos de intereses relacionados con este estudio y confirman que todos los procedimientos éticos establecidos por esta revista han sido rigurosamente respetados. Asimismo, garantizan que este trabajo es inédito y no ha sido publicado, ni parcial ni totalmente, en ninguna otra revista académica.