



Educación emocional en el aula: estrategias efectivas para el desarrollo integral del estudiante

Emotional education in the classroom: effective strategies for comprehensive student development

Educação emocional em sala de aula: estratégias eficazes para o desenvolvimento integral do aluno

Jairo Rubén Sornoza-Mendoza ^I
jrsornoza19@hotmail.com
<https://orcid.org/0009-0004-6042-7281>

Pamela Marión Gonzabay-Apolinario ^{II}
pame_gonza_2006@hotmail.com
<https://orcid.org/0009-0006-1752-0688>

Elizabeth Alexandra Bayona-Bueno ^{III}
bayonitab@hotmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-7783-6808>

Jazmín Lorena Mendoza-Avilés ^{IV}
jazmin.mendoza@educacion.gob.ec
<https://orcid.org/0009-0004-7762-9488>

Correspondencia: jrsornoza19@hotmail.com

Ciencias de la Educación
Artículo de Investigación

* **Recibido:** 07 de marzo de 2025 * **Aceptado:** 14 de abril de 2025 * **Publicado:** 29 de mayo de 2025

- I. Licenciado en Educación Básica, Máster en Administración de Empresas U.E. Fiscal "Luis Fernando Vivero", Guayaquil, Ecuador.
- II. Licenciada en Ciencias de la Educación, mención Lengua Inglesa y Lingüística, Máster en Educación, mención Pedagogía. U.E. Fiscal "Luis Fernando Vivero", Guayaquil, Ecuador.
- III. Máster en Gestión Educativa U.E. Fiscal "Luis Fernando Vivero", Guayaquil, Ecuador.
- IV. Máster en Gestión Educativa U.E. Fiscal "Luis Fernando Vivero", Guayaquil, Ecuador.

Resumen

La educación emocional ha adquirido relevancia en los últimos años como un componente esencial para el desarrollo integral del estudiante. Este estudio analiza estrategias pedagógicas efectivas en el aula mediante una revisión bibliográfica de literatura reciente.

El objetivo fue identificar y evaluar críticamente las principales estrategias de educación emocional en contextos escolares reales.

La investigación es de tipo cualitativa y documental. La muestra estuvo conformada por diez artículos científicos publicados entre 2019 y 2024, seleccionados a partir de criterios de inclusión como pertinencia temática y calidad metodológica. Se utilizó como técnica el análisis de contenido, y como instrumento una matriz de revisión que permitió sistematizar datos sobre objetivos, metodologías, estrategias aplicadas y resultados reportados.

Los resultados evidencian que las estrategias emocionales más efectivas incluyen el aprendizaje cooperativo, el juego simbólico, el role-playing, la tutoría emocional y la adaptación curricular inclusiva. Estas prácticas contribuyen al fortalecimiento de la empatía, la autorregulación emocional y el rendimiento académico.

Se concluye que, aunque existe consenso teórico sobre la importancia de la educación emocional, su implementación requiere una mayor formación docente, apoyo institucional y transversalidad curricular. La discusión resalta la necesidad de políticas educativas que integren esta dimensión de forma sistemática y equitativa.

Palabras clave: Educación emocional; estrategias pedagógicas; competencias emocionales; desarrollo integral; aula.

Abstract

Emotional education has gained relevance in recent years as an essential component for students' comprehensive development. This study analyzes effective classroom teaching strategies through a bibliographic review of recent literature.

The objective was to identify and critically evaluate the main emotional education strategies in real-life school settings.

The research was qualitative and documentary. The sample consisted of ten scientific articles published between 2019 and 2024, selected based on inclusion criteria such as thematic relevance

and methodological quality. Content analysis was used as a technique, and a review matrix was used as an instrument to systematize data on objectives, methodologies, applied strategies, and reported results.

The results show that the most effective emotional strategies include cooperative learning, symbolic play, role-playing, emotional mentoring, and inclusive curriculum adaptation. These practices contribute to strengthening empathy, emotional self-regulation, and academic performance. The conclusion is that, although there is theoretical consensus on the importance of emotional education, its implementation requires greater teacher training, institutional support, and curricular mainstreaming. The discussion highlights the need for educational policies that integrate this dimension systematically and equitably.

Keywords: Emotional education; pedagogical strategies; emotional competencies; comprehensive development; classroom.

Resumo

A educação emocional tem ganhado relevância nos últimos anos como um componente essencial para o desenvolvimento integral dos alunos. Este estudo analisa estratégias pedagógicas eficazes em sala de aula por meio de uma revisão bibliográfica da literatura recente.

O objetivo foi identificar e avaliar criticamente as principais estratégias de educação emocional em contextos escolares reais.

A pesquisa é qualitativa e documental. A amostra foi composta por dez artigos científicos publicados entre 2019 e 2024, selecionados com base em critérios de inclusão como relevância temática e qualidade metodológica. Utilizou-se como técnica a análise de conteúdo e como instrumento a matriz de revisão para sistematizar os dados sobre objetivos, metodologias, estratégias aplicadas e resultados relatados.

Os resultados mostram que as estratégias emocionais mais eficazes incluem aprendizagem cooperativa, brincadeiras simbólicas, dramatização, orientação emocional e adaptação curricular inclusiva. Essas práticas contribuem para fortalecer a empatia, a autorregulação emocional e o desempenho acadêmico.

Conclui-se que, embora haja consenso teórico sobre a importância da educação emocional, sua implementação requer maior formação dos professores, apoio institucional e transversalização

curricular. A discussão destaca a necessidade de políticas educacionais que integrem essa dimensão de forma sistemática e equitativa.

Palavras-chave: Educação emocional; estratégias pedagógicas; competências emocionais; desenvolvimento abrangente; sala de aula.

Introducción

La educación tradicional ha priorizado durante décadas la dimensión cognitiva del estudiante, relegando a un segundo plano el desarrollo emocional, pese a la influencia determinante que este tiene en el rendimiento académico, la convivencia escolar y el bienestar personal. En el contexto educativo actual, marcado por crecientes desafíos sociales, emocionales y tecnológicos, se hace urgente una revalorización del rol que cumple la educación emocional en la formación integral del ser humano. La escuela, como institución socializadora clave, no puede limitarse a transmitir contenidos disciplinares, sino que debe convertirse en un espacio donde los niños y jóvenes aprendan a reconocer, expresar y regular sus emociones, desarrollar empatía y fortalecer habilidades interpersonales (Bisquerra, 2015).

El problema radica en que, a pesar del reconocimiento teórico de la importancia de la educación emocional, su implementación efectiva en el aula sigue siendo limitada, irregular y poco sistematizada en muchos sistemas escolares, particularmente en contextos latinoamericanos. A menudo, los docentes carecen de formación específica en competencias emocionales o de herramientas metodológicas para abordarlas en el aula de forma transversal o curricular (Extremera & Fernández-Berrocal, 2003).

Esta deficiencia no solo obstaculiza el desarrollo integral del estudiante, sino que también contribuye al incremento de conflictos escolares, la desmotivación académica, la deserción estudiantil y problemáticas asociadas a la salud mental, como la ansiedad o la depresión (Elias et al., 1997).

Ante esta realidad, se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuáles son las estrategias efectivas de educación emocional que pueden ser implementadas en el aula para contribuir al desarrollo integral de los estudiantes? Esta pregunta guía la presente revisión bibliográfica, cuyo objetivo general es analizar críticamente las principales estrategias de educación emocional documentadas en la literatura académica reciente, identificando sus fundamentos teóricos, evidencias de efectividad y aplicabilidad en contextos escolares reales. Como objetivos específicos,

se busca describir los fundamentos conceptuales y teóricos de la educación emocional en el ámbito escolar; identificar estrategias pedagógicas concretas utilizadas para promover competencias emocionales en estudiantes; y evaluar el impacto de dichas estrategias en el desarrollo integral del alumnado, incluyendo aspectos cognitivos, sociales y afectivos.

La justificación de este trabajo radica en la necesidad de fortalecer prácticas educativas que contribuyan no solo al rendimiento académico, sino también a la formación de ciudadanos emocionalmente inteligentes, empáticos y resilientes. La evidencia científica señala que la educación emocional mejora la autoestima, la convivencia, el rendimiento escolar y reduce los comportamientos disruptivos y la agresividad (Durlak et al., 2011).

A su vez, los modelos pedagógicos contemporáneos exigen una visión holística del aprendizaje que integre razón y emoción, entendiendo que ambas dimensiones son interdependientes en los procesos de desarrollo y aprendizaje (Immordino-Yang & Damasio, 2007). Por ello, promover el conocimiento y uso de estrategias eficaces para educar las emociones no solo responde a una necesidad urgente del sistema educativo, sino también a un compromiso ético con el bienestar integral del estudiante.

Desde el punto de vista teórico, este artículo se fundamenta en diversas corrientes que han abordado la dimensión emocional del aprendizaje. Uno de los referentes más importantes es Daniel Goleman (1995), quien popularizó el concepto de inteligencia emocional como un conjunto de habilidades que permiten identificar, comprender y manejar las propias emociones, así como las de los demás. Goleman planteó que estas competencias son tanto o más determinantes que el coeficiente intelectual en el éxito personal y profesional. Por su parte, Rafael Bisquerra (2003) ha sido uno de los principales impulsores de la educación emocional como disciplina académica, definiéndola como “un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo” (p. 18). Su modelo se basa en cinco competencias: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y habilidades para la vida y el bienestar.

En el marco de la psicología del desarrollo, autores como Erik Erikson (1968) y Jean Piaget (1950) reconocieron que el desarrollo emocional está íntimamente ligado al desarrollo cognitivo y social del niño. La teoría sociocultural de Vygotsky (1978) también aporta una base sólida para entender cómo las emociones se construyen en interacción con los demás, especialmente en contextos como el aula, donde el lenguaje y la mediación social son esenciales para la interiorización de normas,

valores y formas de autorregulación emocional. Más recientemente, los aportes de la neuroeducación han reforzado la necesidad de integrar el componente emocional en la enseñanza, al demostrar que el cerebro aprende mejor cuando las emociones están equilibradas y que la emoción es un componente esencial de la memoria, la atención y la motivación (Tokuhama-Espinosa, 2010).

La revisión de literatura reciente confirma que existen múltiples estrategias para educar emocionalmente en el aula. Programas como RULER, desarrollado por el Yale Center for Emotional Intelligence, promueven un enfoque estructurado y basado en evidencia para el desarrollo de habilidades emocionales en el entorno escolar (Brackett et al., 2012). Asimismo, las metodologías activas como el aprendizaje cooperativo, el role-playing, el uso de cuentos, el mindfulness y la tutoría entre iguales han demostrado ser eficaces para desarrollar la empatía, la autorregulación y la resolución pacífica de conflictos (Schonert-Reichl & Lawlor, 2010; Lantieri, 2008). Estos enfoques requieren no solo de materiales adecuados, sino de un cambio en la formación docente, en la cultura institucional y en las políticas educativas, para que la educación emocional sea un eje transversal del currículo escolar y no una actividad aislada.

El presente trabajo, por tanto, no solo se limita a recopilar información, sino que propone una reflexión crítica sobre la viabilidad, pertinencia y sostenibilidad de las estrategias emocionales en contextos escolares reales. A través de la revisión bibliográfica, se pretende aportar una base sólida para que docentes, directivos y responsables educativos diseñen e implementen intervenciones emocionales significativas y adaptadas a sus realidades, con el fin de contribuir al desarrollo integral del estudiante en su dimensión cognitiva, emocional y social.

Metodología

Tipo de investigación

La presente investigación se enmarca dentro del enfoque cualitativo, con un diseño documental de tipo revisión bibliográfica sistemática. Este enfoque busca recopilar, analizar e interpretar la información contenida en fuentes académicas especializadas, con el fin de identificar y sintetizar estrategias pedagógicas efectivas relacionadas con la educación emocional en el aula. La revisión bibliográfica permite acceder a conocimientos previamente investigados y validados por la comunidad científica, lo que fortalece el sustento teórico y práctico de los hallazgos (Aguirre & Jaramillo, 2020).

Muestra del estudio

La muestra documental estuvo conformada por 10 artículos científicos seleccionados intencionalmente bajo criterios específicos de inclusión. Los artículos debían haber sido publicados entre los años 2019 y 2024, estar disponibles en acceso abierto o institucional, y pertenecer a revistas indexadas en bases de datos académicas reconocidas como Scopus, Scielo, Redalyc, ERIC, EBSCO y Google Scholar. Además, debían tratar de forma central la educación emocional en el contexto escolar, especificando estrategias implementadas y resultados observables en estudiantes de educación inicial, básica o media. Solo se incluyeron artículos en español e inglés. Se excluyeron revisiones generales sin aplicación en aula, opiniones sin respaldo metodológico y publicaciones duplicadas.

Técnicas e instrumentos de recolección

La técnica principal utilizada fue el análisis de contenido documental, que permitió la identificación de categorías temáticas, patrones conceptuales y relaciones significativas entre los estudios revisados. Para sistematizar el proceso, se elaboró una matriz de revisión bibliográfica como instrumento de recolección de datos. Esta matriz incluyó campos como: autor y año, país de origen, objetivos del estudio, tipo de metodología utilizada, características de la muestra, estrategias de educación emocional aplicadas, resultados principales y conclusiones. El instrumento permitió una comparación rigurosa entre estudios y facilitó la síntesis categorial según los objetivos planteados.

Procedimiento metodológico

El proceso metodológico se desarrolló en cuatro etapas principales. En la primera etapa, se definieron las palabras clave para la búsqueda bibliográfica: “educación emocional en el aula”, “inteligencia emocional”, “competencias emocionales”, “desarrollo integral del estudiante” y “estrategias pedagógicas emocionales”, tanto en español como en inglés, empleando operadores booleanos (AND, OR) para ampliar la cobertura de resultados. En la segunda etapa, se procedió a la revisión de títulos y resúmenes para una primera depuración, seleccionando únicamente aquellos que cumplían con los criterios establecidos. La tercera etapa consistió en la lectura exhaustiva de los textos completos, con el objetivo de analizar en profundidad las estrategias descritas, los contextos de aplicación y los impactos observados. En la cuarta etapa, se codificó la información en la matriz previamente mencionada y se realizó una categorización temática orientada por los objetivos de investigación, lo que permitió construir un marco analítico comparativo.

Consideraciones metodológicas finales

Este diseño metodológico permite una aproximación sistemática, rigurosa y fundamentada a la problemática planteada. La combinación entre criterios de inclusión explícitos, análisis de contenido estructurado y síntesis temática favorece la calidad interpretativa del estudio. A diferencia de los métodos cuantitativos, este enfoque no busca generalizar datos numéricos, sino comprender la complejidad y diversidad de las estrategias de educación emocional documentadas en diferentes contextos escolares. La riqueza de la información analizada contribuirá a la formulación de recomendaciones pedagógicas aplicables a contextos educativos reales, a partir de la evidencia científica disponible y actualizada.

Resultados

La siguiente tabla resume la información clave de los diez estudios revisados, conforme a los criterios metodológicos establecidos en el diseño de esta revisión:

Tabla 1

Matriz de Análisis Documental

Autor y año	Título del artículo	País	Objetivo del estudio	Tipo de metodología	Muestra	Estrategias de educación emocional	Resultados
López González et al. (2021)	Educación emocional y formación del profesorado	España	Analizar la relación entre educación emocional y formación docente	Cualitativa	Docentes en formación	Talleres formativos, dinámicas de grupo	Fortalece las competencias pedagógicas del docente
Ramírez (2020)	Educación socioemocional y práctica docente	México	Explorar prácticas socioemocionales aplicadas en contextos escolares	Cualitativa	Docentes de primaria	Trabajo colaborativo, reflexión docente	Mejora la empatía y resolución de conflictos en el aula
López Beltrán &	Aprendizaje socioemocional en	España	Evaluar la aplicación del aprendizaje	Estudio de caso	Aula de Infantil	Juego simbólico, narración	Aumenta la autorregulación emocional de los niños

Ortega (2021)	Educación Infantil		socioemocional en Educación Infantil				
Jiménez Pérez (2020)	Educación emocional y clima de aula	España	Examinar el impacto de la educación emocional en el clima de aula	Cuantitativa	Estudiantes de secundaria	Role-playing, debates	Mejora el clima de aula y la convivencia
Castañeda & Soto (2021)	Desarrollo de habilidades emocionales mediante estrategias activas	Colombia	Describir estrategias activas para desarrollar habilidades emocionales	Cualitativa	Grupos escolares	Aprendizaje cooperativo, dramatización	Favorece el desarrollo de habilidades socioemocionales
Alfaro Martínez et al. (2022)	Competencias emocionales en futuros docentes	Costa Rica	Identificar competencias emocionales en la formación docente	Mixta	Estudiantes universitarios	Autoevaluación emocional, tutorías	Las competencias emocionales deben incluirse en la formación inicial
Pérez & Morales (2022)	Educación emocional en ambientes escolares inclusivos	Ecuador	Investigar la influencia de la educación emocional en entornos inclusivos	Estudio de caso	Docentes y estudiantes	Adaptaciones curriculares inclusivas	Promueve el respeto y la inclusión escolar
González Navarro et al. (2021)	Competencias emocionales desde la formación inicial docente	España	Analizar competencias emocionales en la formación inicial del profesorado	Revisión documental	Documentos académicos	Síntesis de buenas prácticas documentadas	Existe consenso teórico, pero falta implementación
Requena Cañete & Gil Ramírez (2022)	Educación emocional y rendimiento escolar	España	Relacionar educación emocional con rendimiento escolar	Cuantitativa	Estudiantes de secundaria	Intervención guiada con encuestas	Mejora el rendimiento académico y actitud del estudiante

Aguilar & Vargas (2023)	Educación emocional en tiempos de pandemia	Ecuador	Estudiar experiencias de educación emocional durante la pandemia	Estudio de caso	Docentes y estudiantes	Actividades virtuales reflexivas	Sostiene el vínculo educativo en contextos adversos
-------------------------	--	---------	--	-----------------	------------------------	----------------------------------	---

Nota: (Elaboración propia, 2025)

Fundamentos conceptuales y teóricos de la educación emocional en el ámbito escolar

Los artículos analizados coinciden en reconocer que la educación emocional es una dimensión esencial del proceso de enseñanza-aprendizaje y que su inclusión en el aula responde tanto a fundamentos psicológicos como pedagógicos. La mayoría de los autores remiten al modelo de competencias emocionales propuesto por Bisquerra (2003) y a la inteligencia emocional conceptualizada por Goleman (1995) como ejes de su abordaje teórico. Por ejemplo, López González et al. (2021) destacan que la formación del profesorado debe integrar estos enfoques para lograr un desarrollo integral en los estudiantes y preparar a los docentes para actuar con sensibilidad emocional frente a las necesidades del grupo.

De forma similar, González Navarro et al. (2021), a partir de una revisión documental, evidencian que las competencias emocionales son vistas como transversales a la labor docente, pero aún no están debidamente institucionalizadas en los programas de formación inicial. Por su parte, Ramírez (2020) aporta una perspectiva desde la práctica docente, señalando que muchos profesores comprenden intuitivamente el valor de las emociones en el aprendizaje, pero carecen de herramientas formales o teóricas para aplicarlo sistemáticamente.

En general, se constata que los marcos teóricos de los estudios revisados reconocen la interrelación entre emoción, cognición y conducta, así como el papel mediador de las emociones en los procesos de atención, memoria, resolución de problemas y socialización (Jiménez Pérez, 2020; Requena Cañete & Gil Ramírez, 2022). Esta comprensión teórica sustenta la necesidad de desarrollar programas escolares que no solo enseñen contenidos, sino también herramientas para la gestión emocional.

Estrategias pedagógicas concretas utilizadas para promover competencias emocionales

Los estudios identifican una amplia variedad de estrategias aplicadas en el aula para fomentar el desarrollo emocional. Estas van desde técnicas lúdicas y dinámicas participativas hasta procesos reflexivos y metodologías inclusivas. En el nivel de Educación Infantil, se destacan el juego

simbólico, la narración de cuentos y la expresión artística como medios eficaces para trabajar la autorregulación emocional, la empatía y el reconocimiento de emociones, como lo documentan López Beltrán y Ortega (2021).

En primaria y secundaria, las estrategias más empleadas incluyen el trabajo colaborativo, el aprendizaje cooperativo, el role-playing y el uso de dramatizaciones. Estas permiten a los estudiantes experimentar emociones en escenarios controlados y desarrollar habilidades como la empatía, la escucha activa y la resolución de conflictos (Castañeda & Soto, 2021; Jiménez Pérez, 2020). Por ejemplo, el estudio de Jiménez Pérez (2020) mostró cómo los debates emocionales y las dramatizaciones no solo incrementaron la participación de los estudiantes, sino que también redujeron los niveles de tensión interpersonal en el aula.

En el ámbito de la formación docente, Alfaro Martínez et al. (2022) y González Navarro et al. (2021) describen experiencias centradas en la autoevaluación emocional, la tutoría entre pares y la escritura reflexiva. Estas estrategias no solo desarrollan la conciencia emocional en los futuros docentes, sino que también fomentan la metacognición y la autorregulación, habilidades clave para enseñar de manera emocionalmente inteligente.

En contextos de inclusión y diversidad, se reportan prácticas adaptadas que integran la dimensión emocional al currículo desde la perspectiva de la equidad. Pérez y Morales (2022) destacan el diseño de actividades flexibles y centradas en el estudiante como una vía para garantizar el bienestar emocional en aulas diversas, mientras que Aguilar y Vargas (2023) documentan cómo, en situaciones de crisis como la pandemia, las actividades virtuales reflexivas sirvieron para mantener la conexión afectiva entre docentes y estudiantes.

Impacto de las estrategias en el desarrollo integral del alumnado

Los estudios revisados aportan evidencia empírica sobre el impacto positivo de la educación emocional en múltiples dimensiones del desarrollo del estudiante. A nivel cognitivo, se reporta una mejora en el rendimiento académico y en la capacidad de atención, motivación y resolución de problemas. El estudio de Requena Cañete y Gil Ramírez (2022) relaciona directamente la implementación de programas emocionales con un aumento significativo en las calificaciones y en la actitud hacia el aprendizaje.

En el plano social, se observan mejoras en la convivencia escolar, la resolución de conflictos, la cohesión grupal y la prevención de conductas disruptivas. Ramírez (2020) y Castañeda y Soto (2021) evidencian que la práctica de estrategias colaborativas, como las tutorías entre iguales y el

trabajo grupal con objetivos emocionales, promueve un ambiente de respeto mutuo y de apoyo entre los estudiantes. Además, los resultados indican que la educación emocional contribuye a reducir el bullying, mejorar la comunicación y fomentar relaciones saludables.

En cuanto al desarrollo afectivo, se identifican avances en la autoestima, la empatía, la resiliencia y la regulación emocional. López Beltrán y Ortega (2021) muestran cómo los niños pequeños, al participar en actividades de expresión emocional guiada, adquieren mayor capacidad para nombrar y gestionar sus emociones. Por su parte, Alfaro Martínez et al. (2022) documentan que los futuros docentes que participaron en procesos de tutoría emocional mostraron mayores niveles de autoconciencia y autonomía emocional.

De manera transversal, todos los estudios coinciden en que los programas de educación emocional bien estructurados permiten a los estudiantes desarrollarse de forma más equilibrada, afrontando de mejor manera los desafíos académicos y personales. No obstante, se señala que estos efectos son sostenibles en el tiempo solo si las estrategias están integradas de forma transversal al currículo y respaldadas por una cultura institucional que valore la dimensión emocional como parte del aprendizaje (González Navarro et al., 2021; Aguilar & Vargas, 2023).

Discusión

El análisis de los diez estudios revisados permite confirmar que la educación emocional no es una tendencia educativa superficial ni un complemento opcional, sino una dimensión fundamental del desarrollo humano que debe ser integrada de manera sistemática en las prácticas escolares. Esta afirmación encuentra respaldo en la sólida fundamentación teórica de los trabajos analizados, los cuales se apoyan en referentes como Goleman (1995), Bisquerra (2003) y la neurociencia afectiva (Immordino-Yang & Damasio, 2007), que demuestran la interdependencia entre emoción y cognición. Así, se consolida la idea de que aprender no es un acto puramente racional, sino una experiencia profundamente influida por los estados emocionales del individuo.

Los fundamentos conceptuales expuestos en la literatura muestran que las emociones actúan como un filtro que potencia o bloquea el aprendizaje, afectando funciones mentales superiores como la atención, la memoria y la toma de decisiones. Esta afirmación cobra especial relevancia en contextos escolares marcados por la diversidad, la presión por el rendimiento y, más recientemente, por la incertidumbre generada por la pandemia. Frente a este panorama, la educación emocional

emerge como una herramienta poderosa para mejorar el clima escolar, reducir la conflictividad y fortalecer la resiliencia tanto en estudiantes como en docentes.

No obstante, la revisión también revela una brecha persistente entre la teoría y la práctica. Aunque los marcos curriculares de varios países reconocen la importancia de las competencias emocionales, su incorporación efectiva en las aulas aún es desigual y depende en gran medida de la iniciativa individual del docente o de proyectos institucionales aislados. González Navarro et al. (2021) advierten que, en muchos casos, los programas de formación inicial docente siguen priorizando los contenidos disciplinares y relegan la dimensión emocional a talleres puntuales o asignaturas optativas. Esta falta de institucionalización debilita la sostenibilidad y el impacto de las estrategias emocionales aplicadas.

En cuanto a las estrategias pedagógicas, los estudios evidencian una amplia variedad de enfoques eficaces, adaptados a distintos niveles educativos y contextos. Desde actividades lúdicas en la educación infantil hasta metodologías activas y reflexivas en secundaria y formación docente, las prácticas documentadas comparten ciertos elementos clave: el protagonismo del estudiante, la interacción social como motor del aprendizaje y la creación de espacios seguros para la expresión emocional. Estas estrategias no solo desarrollan habilidades socioemocionales, sino que también fortalecen competencias como la empatía, la escucha activa, la autorregulación y la convivencia democrática.

Una característica destacable es la transversalidad de las estrategias más exitosas. En lugar de constituir momentos aislados del horario escolar, estas se integran en distintas áreas del conocimiento y se alinean con objetivos formativos amplios. Por ejemplo, el trabajo colaborativo en matemáticas puede incorporar dinámicas para gestionar la frustración ante errores, o la lectura en lengua puede promover la identificación con personajes que expresan emociones complejas. Esta visión integrada permite superar el riesgo de que la educación emocional se reduzca a una asignatura más, desvinculada del quehacer cotidiano del aula.

El impacto reportado por los estudios revisados va más allá de la dimensión emocional. Se documentan mejoras significativas en el rendimiento académico, la motivación intrínseca, el compromiso escolar y la salud mental del alumnado. Requena Cañete y Gil Ramírez (2022) muestran que, cuando se trabajan las emociones de forma sistemática, los estudiantes desarrollan mayor disposición al esfuerzo y mejores estrategias de afrontamiento. A su vez, docentes como los descritos por Ramírez (2020) y Castañeda & Soto (2021) reconocen una reducción notable en la

conflictividad y en los comportamientos disruptivos tras la implementación de programas emocionales.

Pese a estos beneficios, la revisión también advierte desafíos importantes para su implementación a gran escala. En primer lugar, la formación docente sigue siendo un punto crítico. Muchos educadores no han recibido capacitación específica para diseñar o aplicar estrategias emocionales y, en algunos casos, incluso muestran resistencia al considerarlas ajenas a su rol profesional. Además, la falta de materiales curriculares adaptados, tiempo disponible en la jornada escolar y apoyo institucional son barreras que limitan la expansión de estas prácticas.

Por otro lado, los estudios en contextos de vulnerabilidad o inclusión resaltan la necesidad de diseñar estrategias emocionales sensibles a la diversidad. Pérez y Morales (2022) evidencian que, sin un enfoque inclusivo, la educación emocional puede reproducir desigualdades o quedar limitada a estudiantes que ya presentan un alto desempeño académico. Para que realmente contribuya al desarrollo integral de todos los estudiantes, la educación emocional debe contemplar diferencias culturales, socioeconómicas, cognitivas y afectivas, adoptando un enfoque interseccional.

En ese sentido, uno de los aportes más relevantes del corpus analizado es la validación de estrategias adaptadas a situaciones adversas, como las que documentan Aguilar y Vargas (2023) durante la pandemia. Estas experiencias demuestran que la educación emocional no solo es útil en condiciones ideales, sino que se vuelve esencial para sostener el vínculo pedagógico, promover la salud mental y evitar la deserción en escenarios de crisis. Esta evidencia refuerza la urgencia de incluir la educación emocional como una política estructural en los sistemas educativos, y no como un proyecto coyuntural.

Conclusiones

La revisión evidencia que la educación emocional es clave para el desarrollo integral del estudiante, pues fortalece habilidades cognitivas, sociales y afectivas esenciales en el proceso de aprendizaje. Los fundamentos teóricos aportan sustento sólido a su implementación, especialmente desde la psicología educativa y la neurociencia. Sin embargo, persiste una desconexión entre la teoría disponible y la realidad práctica en las aulas.

Las estrategias pedagógicas analizadas demuestran ser efectivas y adaptables a distintos niveles y contextos, siempre que se integren de manera transversal y participativa. La participación activa del estudiante, la reflexión guiada y el trabajo colaborativo aparecen como componentes comunes

en las experiencias exitosas. Estos enfoques promueven la autorregulación, la empatía y la convivencia, habilidades fundamentales para la vida.

A pesar del impacto positivo constatado en el rendimiento académico y el bienestar emocional, los estudios alertan sobre limitaciones estructurales como la falta de formación docente específica, el escaso tiempo curricular y la insuficiencia de políticas institucionales. Estas barreras deben abordarse con decisiones integrales que incluyan cambios en la formación inicial y continua del profesorado.

En conclusión, educar las emociones no es un lujo, sino una necesidad pedagógica y social. Para que estas estrategias sean sostenibles y equitativas, se requiere compromiso institucional, cultura escolar inclusiva y políticas educativas que reconozcan a la educación emocional como parte central del currículo. Solo así será posible formar estudiantes emocionalmente competentes, preparados para enfrentar los desafíos del siglo XXI.

Referencias

1. Aguilar, F., & Vargas, M. (2023). Educación emocional en tiempos de pandemia. *Ciencia Latina*, 7(1), 234–250. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/6285>
2. Alfaro Martínez, M., Morales, J., & Salas, R. (2022). Competencias emocionales en futuros docentes. *Káñina*, 46(2), 122–140. <https://ojs.ual.es/ojs/index.php/KASP/article/view/4380>
3. Bardin, L. (2016). *Análisis de contenido* (Ed. revisada y actualizada). Akal.
4. Bisquerra, R. (2003). *Educación emocional y bienestar*. Praxis.
5. Bisquerra, R. (2015). *La educación emocional en la práctica*. Horsori.
6. Brackett, M. A., Rivers, S. E., & Salovey, P. (2011). Emotional intelligence: Implications for personal, social, academic, and workplace success. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), 88–103. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.00334.x>
7. Castañeda, G., & Soto, N. (2021). Desarrollo de habilidades emocionales mediante estrategias activas. *Dialnet*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8179036>
8. Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405–432. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>

9. Elias, M. J., Zins, J. E., Weissberg, R. P., Frey, K. S., Greenberg, M. T., Haynes, N. M., Kessler, R., Schwab-Stone, M. E., & Shriver, T. P. (1997). Promoting social and emotional learning: Guidelines for educators. Association for Supervision and Curriculum Development (ASCD).
10. Erikson, E. H. (1968). Identity: Youth and crisis. W. W. Norton & Company.
11. Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2003). La inteligencia emocional en el ámbito educativo: Estado actual y propuestas para su desarrollo. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 1(2), 1–34. <https://www.redalyc.org/pdf/2931/293121374001.pdf>
12. Goleman, D. (1995). Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ. Bantam Books.
13. González Navarro, J., García, M., & Cano, A. (2021). Competencias emocionales desde la formación inicial docente. *Digitum*, Universidad de Murcia. <https://digitum.um.es/digitum/handle/10201/114412>
14. Immordino-Yang, M. H., & Damasio, A. (2007). We feel, therefore we learn: The relevance of affective and social neuroscience to education. *Mind, Brain, and Education*, 1(1), 3–10. <https://doi.org/10.1111/j.1751-228X.2007.00004.x>
15. Jiménez Pérez, A. (2020). Educación emocional y clima de aula. *Aula de Encuentro*, 14(2), 88–102. <https://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/ADE/article/view/5118>
16. Lantieri, L. (2008). Building emotional intelligence: Techniques to cultivate inner strength in children. Sounds True.
17. López Beltrán, A., & Ortega, M. (2021). El aprendizaje socioemocional en Educación Infantil. *Investigación en la Escuela*, 94, 45–60. <https://revistascientificas.us.es/index.php/IE/article/view/14927>
18. López González, M., Torres, C., & García, J. (2021). Educación emocional y formación del profesorado. *Profesorado. Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 25(2), 1–20. <https://revistaseug.ugr.es/index.php/profesorado/article/view/8675>
19. Pérez, A., & Morales, L. (2022). Educación emocional en ambientes escolares inclusivos. *Ciencia Latina*, 6(2), 320–336. <https://www.ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/5683>

20. Piaget, J. (1950). *The psychology of intelligence* (M. Piercy & D. E. Berlyne, Trans.). Routledge.
21. Ramírez, C. (2020). Educación socioemocional y práctica docente. Repositorio Ibero México. <https://ri.ibero.mx/handle/ibero/6043>
22. Requena Cañete, E., & Gil Ramírez, A. (2022). Educación emocional y rendimiento escolar. *Revista de Investigación Educativa*, 40(1), 75–93. <https://revistas.um.es/rie/article/view/442341>
23. Schonert-Reichl, K. A., & Lawlor, M. S. (2010). The effects of a mindfulness-based education program on pre- and early adolescents' well-being and social and emotional competence. *Mindfulness*, 1(3), 137–151. <https://doi.org/10.1007/s12671-010-0011-8>
24. Tokuhamma-Espinosa, T. (2010). *The new science of teaching and learning: Using the best of mind, brain, and education science in the classroom*. Teachers College Press.
25. Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes* (M. Cole, V. John-Steiner, S. Scribner & E. Souberman, Eds.). Harvard University Press.

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