



DOI: <https://doi.org/10.23857/dc.v10i3.4034>

Ciencias de la Educación  
Artículo de Investigación

*Educación emocional en el aula de la básica elemental y media: claves para un desarrollo integral*

*O Emotional education in the elementary and middle school classroom: keys to comprehensive development*

*Educação emocional na sala de aula do ensino básico e secundário: chaves para o desenvolvimento integral*

Edilma Liliana Zambrano Loor<sup>I</sup>  
[edilmal.zambrano@educacion.gob.ec](mailto:edilmal.zambrano@educacion.gob.ec)  
<https://orcid.org/0009-0007-1777-5725>

Gisenia Apolonia Vargas Solis<sup>II</sup>  
[gisenia.vargas@educacion.gob.ec](mailto:gisenia.vargas@educacion.gob.ec)  
<https://orcid.org/0009-0004-7916-8988>

**Correspondencia:** [edilmal.zambrano@educacion.gob.ec](mailto:edilmal.zambrano@educacion.gob.ec)

\***Recibido:** 27 de julio de 2024 \***Aceptado:** 24 de agosto de 2024 \* **Publicado:** 23 de septiembre de 2024

- I. Escuela de Educación Básica Santa Rosa, Esmeraldas, Ecuador.
- II. Escuela de Educación Básica 2 de Agosto, Esmeraldas, Ecuador.

## Resumen

La educación emocional ha emergido como un componente esencial en la formación integral de los estudiantes en los niveles de básica elemental y media. Este ensayo explora la relevancia de la educación emocional en el contexto escolar, destacando su impacto en el desarrollo cognitivo, emocional y social de los niños y adolescentes. Se analizan las etapas de desarrollo emocional en estas edades, subrayando la importancia de abordar estos aspectos desde el aula para mejorar tanto el rendimiento académico como las relaciones interpersonales. Además, se proponen estrategias prácticas para la integración de la educación emocional en el currículo escolar, tales como programas específicos, la capacitación docente y su uso transversal en las diferentes asignaturas. Se discuten también los desafíos inherentes a su implementación, como la resistencia al cambio por parte de docentes e instituciones, y la complejidad de evaluar los avances en este ámbito. A pesar de estas dificultades, la educación emocional representa una herramienta poderosa para formar ciudadanos más empáticos, responsables y capaces de gestionar sus emociones de manera efectiva. Finalmente, el ensayo ofrece recomendaciones para una implementación más eficaz en las escuelas y sugiere la necesidad de futuras investigaciones para optimizar los enfoques pedagógicos en este campo.

**Palabras Claves:** Educación emocional; desarrollo integral; rendimiento académico; habilidades sociales; formación docente.

## Abstract

Emotional education has emerged as an essential component in the comprehensive education of students at the elementary and secondary levels. This essay explores the relevance of emotional education in the school context, highlighting its impact on the cognitive, emotional and social development of children and adolescents. The stages of emotional development at these ages are analyzed, underlining the importance of addressing these aspects from the classroom to improve both academic performance and interpersonal relationships. In addition, practical strategies are proposed for the integration of emotional education in the school curriculum, such as specific programs, teacher training and its transversal use in different subjects. The challenges inherent to its implementation are also discussed, such as resistance to change on the part of teachers and institutions, and the complexity of evaluating progress in this area. Despite these difficulties, emotional education represents a powerful tool to form more empathetic, responsible citizens capable of managing their emotions

effectively. Finally, the essay offers recommendations for more effective implementation in schools and suggests the need for future research to optimize pedagogical approaches in this field.

**Keywords:** Emotional education; comprehensive development; academic performance; social skills; teacher training.

## Resumo

A educação emocional surgiu como uma componente essencial na formação integral dos alunos dos níveis básico e secundário. Este ensaio explora a relevância da educação emocional no contexto escolar, destacando o seu impacto no desenvolvimento cognitivo, emocional e social das crianças e adolescentes. São analisadas as etapas do desenvolvimento emocional nestas idades, destacando-se a importância de abordar estes aspetos na sala de aula para melhorar o desempenho académico e o relacionamento interpessoal. Além disso, são propostas estratégias práticas para a integração da educação emocional no currículo escolar, como programas específicos, formação de professores e a sua utilização transversal em diferentes disciplinas. São também discutidos os desafios inerentes à sua implementação, como a resistência à mudança por parte dos professores e das instituições, e a complexidade da avaliação dos progressos nesta área. Apesar destas dificuldades, a educação emocional representa uma ferramenta poderosa para formar cidadãos mais empáticos, responsáveis e capazes de gerir eficazmente as suas emoções. Finalmente, o ensaio oferece recomendações para uma implementação mais eficaz nas escolas e sugere a necessidade de investigação futura para otimizar as abordagens pedagógicas neste campo.

**Palavras-chave:** educação emocional; desenvolvimento abrangente; desempenho académico; competências sociais; formação de professores.

## Introducción

En la actualidad, la educación enfrenta desafíos que van más allá de la simple transmisión de conocimientos académicos. En un mundo globalizado y cada vez más complejo, se requiere una formación integral que contemple no solo el desarrollo cognitivo de los estudiantes, sino también su bienestar emocional (Aguilar Cazares, 2023). En este contexto, la educación emocional emerge como un componente esencial para preparar a los estudiantes a enfrentar las demandas de la vida moderna, promoviendo habilidades que les permitan manejar sus emociones, desarrollar empatía y establecer relaciones interpersonales saludables (Baño & Carrasco, 2024). La educación emocional, entendida

como la capacidad de reconocer, gestionar y expresar adecuadamente las emociones, no solo potencia el bienestar personal, sino que también está vinculada al éxito académico y profesional. Diversos estudios, como los de Daniel Goleman, (1995) han demostrado que la inteligencia emocional es un factor clave para el éxito en diferentes áreas de la vida, lo que ha motivado su creciente inclusión en los sistemas educativos de todo el mundo.

Sin embargo, a pesar de su evidente importancia, la educación emocional ha sido históricamente relegada a un segundo plano en los programas escolares, especialmente en niveles como la básica elemental y media. Estos niveles educativos son etapas cruciales en la formación del individuo, ya que no solo se consolidan habilidades cognitivas, sino también se desarrollan los primeros cimientos de la identidad emocional y social (Carrión, 2023). Es precisamente en estas etapas donde los niños y adolescentes comienzan a experimentar emociones más complejas y enfrentan situaciones nuevas que requieren una gestión emocional efectiva (Escudero, 2021). La falta de formación en este ámbito puede derivar en una serie de problemas, como la incapacidad para manejar el estrés, dificultades en la resolución de conflictos o la carencia de habilidades sociales adecuadas. En un entorno escolar donde las demandas académicas y sociales son cada vez mayores, abordar estas deficiencias es esencial para el desarrollo integral de los estudiantes (Fueres, 2022).

El sistema educativo tradicional, centrado principalmente en el desarrollo cognitivo, ha dejado de lado la importancia de las emociones en el proceso de aprendizaje. Sin una adecuada formación emocional, los estudiantes no solo enfrentan dificultades en su vida personal y social, sino que también pueden verse afectados en su rendimiento académico (Jiménez, 2018). Diversas investigaciones han revelado que los estudiantes con mayores habilidades emocionales tienden a tener un mejor desempeño académico y una actitud más positiva hacia el aprendizaje. Ante este panorama, surge la necesidad urgente de integrar la educación emocional en las aulas, especialmente en los niveles de básica elemental y media, para promover un desarrollo equilibrado que contemple tanto los aspectos académicos como emocionales (Mera & Vintimilla, 2021).

El presente ensayo tiene como objetivo demostrar la importancia de la educación emocional en las aulas de básica elemental y media como una herramienta clave para lograr el desarrollo integral de los estudiantes. A través del análisis de conceptos teóricos y la presentación de estrategias prácticas, se explorará cómo la educación emocional no solo mejora el clima escolar y el rendimiento académico, sino que también fomenta la formación de individuos más resilientes, empáticos y socialmente responsables. Se argumentará que la educación emocional, lejos de ser un añadido

complementario, debe ocupar un lugar central en el currículo escolar, ya que es indispensable para el bienestar emocional y social de los estudiantes y su preparación para enfrentar los desafíos del mundo contemporáneo.

Con este enfoque, se pretende destacar la necesidad de que tanto docentes como instituciones educativas tomen un rol activo en la promoción y enseñanza de la educación emocional, garantizando que los estudiantes puedan no solo aprender a gestionar sus emociones, sino también desarrollar las competencias necesarias para una convivencia pacífica y colaborativa en sus comunidades.

## **Desarrollo**

### **educación emocional**

La educación emocional se refiere al proceso mediante el cual las personas desarrollan competencias emocionales, es decir, la capacidad de reconocer, comprender, expresar y gestionar sus propias emociones y las de los demás. Este tipo de educación no solo aborda el aspecto emocional de los individuos, sino que también los ayuda a integrar estos aprendizajes en su comportamiento cotidiano, lo que es crucial para su desarrollo integral (Milán, Armijo, Ibarra, & Bravo, 2023). La educación emocional tiene un doble objetivo: por un lado, busca el bienestar personal, enseñando a los estudiantes a manejar el estrés, la frustración y otros desafíos emocionales; por otro lado, promueve el desarrollo social, ya que fomenta habilidades que mejoran las relaciones interpersonales, como la empatía y la comunicación efectiva (Pilar, 2021).

En el contexto educativo, la educación emocional se presenta como una herramienta clave para lograr un aprendizaje completo y significativo. No se trata solo de adquirir conocimientos, sino de desarrollar habilidades para manejar las emociones que surgen en el proceso de aprendizaje, como la ansiedad ante un examen o la frustración cuando se enfrentan a desafíos académicos. En este sentido, la educación emocional se relaciona directamente con el desarrollo integral de los estudiantes, ya que abarca los aspectos emocionales, sociales y cognitivos que contribuyen a su formación como individuos plenos y capaces de enfrentar la vida con resiliencia y madurez (Rodríguez, 2017).

### **Componentes de la educación emocional**

La educación emocional se estructura en torno a varios componentes clave que, juntos, permiten el desarrollo de una personalidad equilibrada y adaptada a los retos de la vida moderna. Entre estos componentes destacan:

– ***Inteligencia emocional***

Es la capacidad de percibir, utilizar, comprender y regular las emociones tanto propias como ajenas.

Según Daniel Goleman (1995), la inteligencia emocional se compone de cinco áreas principales:

**Autoconciencia:** Conocer y entender las propias emociones.

**Autorregulación:** Capacidad para manejar las emociones de manera constructiva.

**Motivación:** Uso de las emociones para alcanzar metas personales.

**Empatía:** Capacidad de reconocer y comprender las emociones de los demás.

– ***Habilidades sociales***

Capacidad para relacionarse efectivamente con los demás.

**Regulación emocional:** Este componente se refiere a la habilidad de controlar y modificar las emociones de manera adecuada según el contexto. La regulación emocional permite a los estudiantes evitar reacciones impulsivas o desadaptativas, lo que contribuye a la creación de un ambiente de aprendizaje más positivo.

**Empatía:** Es la capacidad de ponerse en el lugar de otro, reconociendo y comprendiendo sus emociones. La empatía es esencial para las relaciones interpersonales, ya que permite una mayor conexión y comprensión entre los individuos. En el contexto escolar, la empatía fomenta un ambiente de respeto y cooperación entre compañeros y docentes.

**Habilidades sociales:** Se refiere a la capacidad de interactuar de manera efectiva con los demás. Esto incluye la comunicación, la resolución de conflictos, el trabajo en equipo y el asertividad. El desarrollo de estas habilidades es fundamental para el bienestar social de los estudiantes y su capacidad para integrarse de manera armónica en su entorno.

Estos componentes no actúan de manera aislada, sino que están interrelacionados. El desarrollo de la inteligencia emocional y la capacidad de regulación emocional, por ejemplo, son esenciales para mejorar la empatía y las habilidades sociales. Al integrar todos estos elementos, los estudiantes no solo se convierten en mejores estudiantes, sino también en mejores personas.

### **Teorías y enfoques**

La importancia de la educación emocional ha sido respaldada por diversas teorías y enfoques que destacan el impacto de las emociones en el aprendizaje y el desarrollo humano.

Teoría de la inteligencia emocional de Daniel Goleman:

*Daniel Goleman popularizó el concepto de inteligencia emocional en su libro Emotional Intelligence (1995). Goleman argumenta que las habilidades emocionales son tan importantes como las habilidades cognitivas, e incluso más relevantes en ciertas áreas de la vida. En el ámbito educativo, Goleman sostiene que la inteligencia emocional ayuda a los estudiantes no solo a aprender mejor, sino también a gestionar mejor las presiones del entorno escolar y a formar relaciones más saludables con sus compañeros y maestros.*

Teoría de las emociones básicas de Paul Ekman:

*Paul Ekman identificó las emociones básicas como el miedo, la alegría, la tristeza, el asco, la ira y la sorpresa. Estas emociones están presentes en todas las culturas y son esenciales para la supervivencia. Entender estas emociones es clave en la educación emocional, ya que permite a los estudiantes reconocer y gestionar estos sentimientos cuando surgen en el contexto escolar.*

Modelo de Competencias Socioemocionales (SEL):

*El enfoque de aprendizaje socioemocional (SEL, por sus siglas en inglés) es un marco que integra el desarrollo emocional y social en el currículo escolar. Este modelo, promovido por organizaciones como la Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL), se basa en cinco competencias fundamentales: autoconciencia, autogestión, conciencia social, habilidades de relación y toma de decisiones responsables. El modelo SEL ha sido implementado en diversos sistemas educativos, demostrando mejoras tanto en el rendimiento académico como en el clima escolar.*

Teoría del apego de John Bowlby:

*Esta teoría, aunque más relacionada con el desarrollo infantil temprano, tiene implicaciones importantes para la educación emocional. Bowlby argumenta que las relaciones emocionales tempranas, particularmente con los cuidadores primarios, influyen en el desarrollo emocional y social de los niños. En el aula, los docentes pueden actuar como figuras de apego secundarias, proporcionando el apoyo emocional necesario para que los estudiantes se sientan seguros y comprendidos.*

Estas teorías y enfoques ofrecen una base sólida para entender la importancia de la educación emocional y su impacto en el desarrollo integral de los estudiantes. Al incorporar estos principios en el aula, los educadores pueden ayudar a sus estudiantes no solo a tener éxito académico, sino también a convertirse en individuos emocionalmente inteligentes, socialmente competentes y preparados para los desafíos de la vida.

## **Importancia de la educación emocional en la básica elemental y media**

### **Desarrollo emocional en los niños y adolescentes**

El desarrollo emocional durante la infancia y la adolescencia es un proceso complejo y crucial para la formación de una personalidad equilibrada y resiliente. En las etapas de básica elemental y media, los niños y adolescentes comienzan a experimentar una gama más amplia de emociones y a enfrentar desafíos que exigen una mayor comprensión y regulación de sus sentimientos. En la básica elemental, los niños están en una fase de desarrollo emocional que se caracteriza por la creciente conciencia de sus emociones, la necesidad de pertenencia social, y el inicio de la construcción de la autoestima (Urgiles, 2024). Durante esta etapa, es fundamental enseñarles a identificar sus emociones, comprender cómo afectan su comportamiento y cómo pueden expresarlas de manera adecuada. La educación emocional en esta fase se centra en desarrollar habilidades como la autorregulación, el reconocimiento emocional y la resolución de conflictos, lo cual les permite manejar el estrés y la frustración (Vera, 2021).

En la adolescencia, correspondiente a la básica media, los estudiantes experimentan un incremento en la intensidad y complejidad de sus emociones debido a los cambios hormonales y sociales que caracterizan esta etapa. La adolescencia es un periodo en el que los jóvenes buscan definir su identidad, lo que puede generar conflictos internos y externos (Villacís, 2019). Es común que se enfrenten a emociones como la ansiedad, la confusión y la ira, las cuales pueden afectar negativamente sus relaciones y su desempeño escolar si no cuentan con las herramientas emocionales adecuadas. En este sentido, la educación emocional juega un papel crucial, ya que permite que los adolescentes desarrollen habilidades para manejar sus emociones de forma saludable, promoviendo su bienestar psicológico y su capacidad para tomar decisiones responsables (Aguilar, 2023).

### **Beneficios para el rendimiento académico**

Numerosos estudios han demostrado que la educación emocional no solo contribuye al bienestar general de los estudiantes, sino que también tiene un impacto directo en su rendimiento académico. Según investigaciones realizadas por la Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL), los programas de educación emocional que se implementan en las escuelas mejoran significativamente las habilidades académicas de los estudiantes, además de reducir el comportamiento problemático y mejorar las actitudes hacia el aprendizaje. Un metaanálisis realizado por Durlak et al., (2011) mostró que los estudiantes que participaron en programas de aprendizaje



socioemocional (SEL) tuvieron un aumento promedio del 11% en su rendimiento académico en comparación con aquellos que no recibieron este tipo de educación.

Este impacto positivo se debe a que los estudiantes con habilidades emocionales desarrolladas son capaces de manejar mejor el estrés académico, la presión de los exámenes y los desafíos que enfrentan en el proceso de aprendizaje. Además, al estar emocionalmente equilibrados, tienen mayor capacidad de concentración, lo que les permite enfocarse mejor en las tareas escolares. La educación emocional también fomenta una mayor motivación intrínseca, ya que los estudiantes desarrollan un sentido de autoeficacia y confianza en sus habilidades para superar dificultades. Así, la educación emocional no solo se traduce en un mejor ambiente de aprendizaje, sino también en un aumento en la calidad del aprendizaje (Baño & Carrasco, 2024).

### **Relaciones interpersonales y ambiente escolar**

El ambiente escolar juega un papel fundamental en el éxito tanto académico como personal de los estudiantes. En este sentido, la educación emocional tiene un impacto significativo en la calidad de las relaciones interpersonales dentro del aula y en la construcción de un clima escolar positivo. Cuando los estudiantes desarrollan habilidades como la empatía, la comunicación asertiva y la resolución pacífica de conflictos, las dinámicas sociales mejoran de manera considerable. Los estudiantes que son emocionalmente competentes pueden gestionar sus emociones de manera efectiva, lo que reduce la aparición de comportamientos disruptivos o violentos en el aula (Carrión, 2023).

Un ambiente escolar donde se promueve la educación emocional es un espacio en el que los estudiantes se sienten valorados, comprendidos y respetados. Esto genera un clima de confianza y colaboración, en el que es más probable que los estudiantes trabajen en equipo y se apoyen mutuamente. Además, los docentes que incorporan la educación emocional en sus prácticas pedagógicas pueden establecer relaciones más cercanas y positivas con sus alumnos, lo que fortalece el vínculo afectivo entre maestros y estudiantes, y contribuye a un entorno de aprendizaje más seguro y efectivo (Escudero, 2021).

La mejora en las relaciones interpersonales dentro del aula también tiene un efecto multiplicador. Un buen clima escolar no solo beneficia a los estudiantes, sino también a los docentes, quienes pueden trabajar en un ambiente más armonioso y con menos conflictos. De este modo, la educación emocional se convierte en un factor clave para la creación de un entorno educativo saludable, donde

todos los actores (estudiantes, docentes y personal administrativo) se ven beneficiados por la paz y la cooperación (Fueres, 2022).

## **Estrategias para integrar la educación emocional en el aula**

### **Programas y actividades**

Una de las formas más efectivas para fomentar la educación emocional en el aula es a través de la implementación de programas estructurados y actividades concretas que promuevan el desarrollo de competencias emocionales. Estos programas pueden incluir actividades como juegos cooperativos, dinámicas de grupo y ejercicios de reflexión emocional, los cuales permiten a los estudiantes practicar habilidades como la empatía, la resolución de conflictos y la regulación emocional.

**Juegos cooperativos:** Estos juegos permiten que los estudiantes aprendan a trabajar en equipo, mejorar su capacidad para resolver problemas y fortalecer la empatía. Ejemplos de juegos cooperativos incluyen aquellos en los que los estudiantes deben completar una tarea juntos, como construir algo en equipo o resolver un rompecabezas que requiera la participación activa de todos.

**Dinámicas de grupo:** Actividades como círculos de diálogo, en los que los estudiantes comparten sus emociones y pensamientos de manera abierta, son efectivas para desarrollar la inteligencia emocional. En estas dinámicas, los estudiantes pueden expresar sus sentimientos en un entorno seguro, lo que les permite aprender a identificar sus emociones y empatizar con los demás.

**Reflexión emocional:** Ejercicios de reflexión guiada, como llevar un diario emocional, son herramientas útiles para que los estudiantes desarrollen conciencia de sí mismos. A través de estos diarios, los estudiantes pueden registrar cómo se sienten en diferentes situaciones, lo que les ayuda a identificar patrones emocionales y a desarrollar estrategias para manejar sus emociones de manera más efectiva.

Incorporar estas actividades en la rutina escolar crea oportunidades para que los estudiantes practiquen y refuercen sus habilidades emocionales, lo que facilita su aplicación en la vida diaria, tanto dentro como fuera del aula.

### **Capacitación docente**

Para que la educación emocional sea implementada de manera efectiva en el aula, es fundamental que los docentes estén capacitados en el manejo de estas habilidades y en la enseñanza de las mismas. Los maestros juegan un papel clave en la creación de un ambiente emocionalmente saludable, y por

ello es esencial que reciban formación especializada en áreas como la inteligencia emocional, el manejo de conflictos y las técnicas de enseñanza emocional.

**Formación en inteligencia emocional:** Los docentes deben ser capaces de identificar y gestionar sus propias emociones antes de poder enseñar a sus estudiantes a hacer lo mismo. Programas de capacitación que desarrollen la inteligencia emocional de los docentes son una herramienta crucial para lograr este objetivo. Los maestros también deben aprender cómo modelar estas habilidades emocionales en su comportamiento diario, ya que los estudiantes tienden a imitar las actitudes emocionales de sus maestros.

**Manejo de conflictos en el aula:** Capacitar a los docentes en la mediación y resolución pacífica de conflictos es esencial para garantizar que los problemas emocionales que surgen en el aula se manejen de manera constructiva. Esto incluye enseñar a los maestros cómo intervenir cuando los estudiantes experimentan emociones intensas, como la frustración o la ira, y cómo guiar a los alumnos a encontrar soluciones pacíficas a sus desacuerdos.

**Técnicas de enseñanza emocional:** La capacitación también debe incluir estrategias pedagógicas específicas para integrar la educación emocional en el currículo. Los maestros deben aprender cómo diseñar actividades y lecciones que promuevan el desarrollo emocional, así como a evaluar el progreso de sus estudiantes en este ámbito.

### **Uso transversal en las asignaturas**

La educación emocional no debe limitarse a momentos específicos, sino que debe estar presente de manera transversal en todas las áreas del currículo. Integrar el desarrollo emocional en las distintas asignaturas permite que los estudiantes apliquen las habilidades emocionales en contextos variados, lo que favorece su internalización y uso en situaciones cotidianas.

**Lengua y literatura:** Las clases de lengua y literatura ofrecen un espacio ideal para la reflexión emocional, ya que los estudiantes pueden analizar las emociones de los personajes en los textos literarios, lo que les permite identificarse con diferentes perspectivas emocionales y desarrollar su empatía. Los docentes pueden fomentar discusiones sobre cómo los personajes manejan sus emociones y qué estrategias podrían haber usado para resolver conflictos de manera más efectiva.

**Ciencias sociales:** En materias como historia o educación cívica, los maestros pueden enseñar a los estudiantes a analizar el impacto de las emociones en eventos históricos y en la toma de decisiones.

También es posible incluir actividades que promuevan la empatía y la comprensión de las emociones de diferentes grupos sociales, tanto en el pasado como en el presente.

**Matemáticas y ciencias:** Aunque estas asignaturas pueden parecer menos propicias para la educación emocional, también ofrecen oportunidades para el desarrollo emocional. En matemáticas, por ejemplo, los estudiantes pueden aprender a manejar la frustración que surge cuando se enfrentan a problemas complejos, mientras que en ciencias pueden trabajar en equipo para resolver desafíos, aprendiendo a colaborar de manera efectiva y a gestionar los desacuerdos.

La clave para un uso transversal de la educación emocional es que los docentes sean conscientes de las oportunidades que cada materia ofrece para el desarrollo de estas habilidades, y que diseñen actividades y lecciones que promuevan tanto el aprendizaje académico como el emocional. De esta manera, la educación emocional se convierte en una parte integral del proceso educativo, en lugar de un añadido puntual o aislado.

## **Desafíos y limitaciones en la implementación**

### **Resistencia al cambio en los docentes o instituciones**

Uno de los mayores desafíos para implementar la educación emocional en el aula es la resistencia al cambio, tanto por parte de los docentes como de las instituciones educativas. Esta resistencia puede deberse a diversos factores, como la falta de capacitación adecuada, la sobrecarga de trabajo de los maestros, o la rigidez de los currículos escolares, que a menudo están centrados únicamente en el desarrollo de habilidades académicas tradicionales, dejando poco espacio para la inclusión de programas socioemocionales.

**Falta de capacitación:** Muchos docentes no han recibido formación en educación emocional y, por lo tanto, pueden sentirse inseguros o poco preparados para enseñar estas competencias en el aula. Algunos pueden creer que la educación emocional no es una prioridad o que no forma parte de sus responsabilidades como maestros, lo que puede dificultar la integración de estas habilidades en el proceso de enseñanza. Sin una capacitación adecuada, los maestros pueden tener dificultades para identificar cómo abordar temas emocionales de manera eficaz, o cómo manejar las emociones complejas de los estudiantes.

**Rigidez curricular:** En muchas instituciones educativas, los planes de estudio son estrictamente académicos y no incluyen espacio para el desarrollo emocional de los estudiantes. La presión por cumplir con los contenidos académicos y los estándares de evaluación puede llevar a que tanto los

docentes como las instituciones vean la educación emocional como algo secundario o como una carga adicional. Esta visión limita la posibilidad de incorporar programas de desarrollo emocional, especialmente si no se perciben beneficios inmediatos o medibles en el rendimiento académico.

**Cultura institucional:** En algunos casos, las instituciones pueden no estar abiertas a la implementación de programas de educación emocional debido a una cultura educativa conservadora o a la falta de políticas que promuevan el bienestar socioemocional. Los líderes educativos pueden resistirse a estos cambios si no perciben que el desarrollo emocional tiene un impacto directo en los resultados escolares. Además, si la institución no fomenta una cultura de apoyo emocional, tanto docentes como estudiantes pueden no sentirse motivados a participar activamente en estos programas.

### **Evaluación de la educación emocional**

Otro desafío importante en la implementación de la educación emocional es la evaluación de los avances en este ámbito. A diferencia de las materias tradicionales, donde los logros se miden mediante exámenes y trabajos escritos, la educación emocional implica el desarrollo de competencias más subjetivas, lo que puede hacer que su evaluación sea más compleja. Existen dificultades tanto para la medición cuantitativa como cualitativa del progreso emocional de los estudiantes.

**Dificultades para medir avances:** Evaluar la inteligencia emocional, la empatía o la regulación emocional no es tan sencillo como medir conocimientos en matemáticas o ciencias. Estos aspectos del desarrollo personal no siempre son visibles de manera inmediata, y los estudiantes pueden demostrar mejoras de manera diferente según su personalidad, entorno y experiencias. Además, los cambios emocionales pueden ser sutiles y difíciles de cuantificar en un corto periodo de tiempo. Esta falta de herramientas claras para medir el desarrollo emocional puede hacer que algunos docentes y administradores duden de la efectividad de los programas de educación emocional.

**Evaluación cualitativa:** Una manera de abordar esta dificultad es mediante la evaluación cualitativa, la cual se enfoca en observar y registrar el comportamiento y las actitudes de los estudiantes en situaciones específicas. Por ejemplo, se puede utilizar la observación en el aula para ver cómo los estudiantes manejan sus emociones durante actividades grupales o cómo resuelven conflictos. También es útil la realización de entrevistas o encuestas que permitan a los estudiantes reflexionar sobre sus experiencias emocionales y su crecimiento personal. Los diarios emocionales, mencionados anteriormente, también pueden servir como una herramienta de autoevaluación, donde los estudiantes registren sus emociones y reflexionen sobre su capacidad para gestionarlas.

**Evaluación cuantitativa:** Aunque es más difícil, también existen métodos cuantitativos que pueden ayudar a medir el progreso emocional de los estudiantes. Por ejemplo, se pueden utilizar cuestionarios estandarizados de inteligencia emocional o encuestas de bienestar emocional, que permiten identificar cambios en áreas clave como la empatía, la autorregulación o la conciencia emocional. Además, se pueden recoger datos sobre comportamientos específicos, como la disminución de conflictos o la mejora en la capacidad para colaborar con otros. Estos indicadores, aunque indirectos, pueden proporcionar una idea más clara de los avances en educación emocional.

Uno de los mayores retos es encontrar un equilibrio entre la evaluación cualitativa y cuantitativa, y garantizar que los avances emocionales se reconozcan y se valoren tanto como los logros académicos. Para que la educación emocional tenga un impacto sostenible y efectivo, es necesario que las instituciones educativas desarrollen enfoques de evaluación que sean inclusivos y que consideren las múltiples dimensiones del desarrollo emocional.

### **Impacto en el desarrollo integral**

#### **Cognitivo, emocional y social**

La educación emocional juega un papel fundamental en el desarrollo integral de los estudiantes, ya que influye no solo en el ámbito emocional, sino también en el cognitivo y social. A nivel cognitivo, cuando los estudiantes adquieren habilidades para gestionar sus emociones, pueden mejorar su capacidad para concentrarse, tomar decisiones y resolver problemas. La regulación emocional permite que los estudiantes manejen el estrés y la frustración, lo que facilita un mejor desempeño académico y el desarrollo de habilidades de pensamiento crítico.

**Impacto cognitivo:** Diversos estudios han demostrado que el bienestar emocional está estrechamente relacionado con el rendimiento académico. Los estudiantes que son emocionalmente competentes pueden procesar la información de manera más eficaz, porque no están distraídos por emociones no gestionadas como la ansiedad o la ira. La educación emocional ayuda a los estudiantes a desarrollar habilidades de autocontrol y autorregulación, lo que les permite concentrarse mejor en sus tareas escolares, mejorar la memoria y tomar decisiones más acertadas.

**Impacto emocional:** En cuanto al desarrollo emocional, los estudiantes aprenden a reconocer, expresar y manejar sus emociones de manera adecuada. Esto les permite tener un mayor conocimiento de sí mismos y de los demás, lo que contribuye a la creación de relaciones más saludables y equilibradas. La educación emocional fomenta la empatía y la capacidad para ponerse en el lugar del

otro, lo que mejora las interacciones entre los compañeros y reduce los conflictos en el aula. Además, permite que los estudiantes desarrollen una mayor resiliencia, lo que les ayudará a enfrentar los desafíos personales y académicos a lo largo de su vida.

**Impacto social:** En el ámbito social, la educación emocional promueve habilidades esenciales como la comunicación efectiva, la colaboración y el trabajo en equipo. Los estudiantes que son emocionalmente competentes pueden interactuar de manera más positiva con sus compañeros, lo que mejora el clima social dentro del aula y en la escuela en general. Estos estudiantes son más capaces de establecer relaciones de confianza, resolver conflictos de manera pacífica y respetuosa, y contribuir a un ambiente escolar más armonioso y productivo.

### **Ciudadanía y vida adulta**

La educación emocional no solo tiene un impacto inmediato en el desarrollo de los estudiantes durante su vida escolar, sino que también sienta las bases para su formación como ciudadanos responsables, empáticos y conscientes de sus emociones en la vida adulta. En un mundo cada vez más interconectado y lleno de desafíos, los individuos que pueden gestionar sus emociones de manera eficaz y comprender las emociones de los demás tienen una ventaja significativa, tanto en su vida personal como profesional.

### **Formación de ciudadanos empáticos y responsables**

La empatía es una de las habilidades emocionales más valiosas para la convivencia en sociedad. Los estudiantes que desarrollan la capacidad de comprender las perspectivas y emociones de los demás están mejor preparados para contribuir a una sociedad más justa y solidaria. En la vida adulta, esta habilidad les permitirá ser ciudadanos más conscientes de los problemas sociales y más dispuestos a participar en acciones que promuevan el bienestar común. Además, la educación emocional fomenta la responsabilidad personal, ya que los estudiantes aprenden a asumir las consecuencias de sus acciones y a tomar decisiones que beneficien tanto a ellos mismos como a su entorno.

### **Gestión de emociones en la vida diaria y profesional**

Las habilidades emocionales adquiridas en la escuela también son fundamentales para el éxito en la vida profesional. En el entorno laboral, las personas emocionalmente competentes son más capaces de trabajar en equipo, manejar conflictos y adaptarse a situaciones de estrés. La capacidad para

gestionar emociones como la frustración, la ansiedad y el enojo es esencial para mantener relaciones laborales saludables y productivas. Además, en un mundo donde el trabajo en equipo y la colaboración son cada vez más valorados, aquellos que pueden comunicarse de manera efectiva y mostrar empatía hacia sus colegas estarán mejor posicionados para liderar y tomar decisiones clave en el ámbito profesional.

La educación emocional no solo contribuye al bienestar inmediato de los estudiantes en términos académicos y sociales, sino que también prepara a los jóvenes para enfrentar los retos de la vida adulta con herramientas sólidas para la gestión emocional y la interacción social. Al formar individuos emocionalmente equilibrados, se construye una sociedad más cohesiva, justa y capaz de enfrentar los desafíos del futuro.

### **Puntos clave**

A lo largo de este ensayo, hemos destacado la importancia de la educación emocional en el desarrollo integral de los estudiantes de básica elemental y media. En primer lugar, se definió qué es la educación emocional, explicando cómo influye en el desarrollo cognitivo, emocional y social. Luego, se discutió la importancia de implementar esta formación en las aulas, señalando los beneficios para el rendimiento académico, el ambiente escolar y las relaciones interpersonales. También se presentaron estrategias concretas para integrar la educación emocional en el currículo, tales como programas y actividades específicas, la capacitación docente y el enfoque transversal en distintas asignaturas. Finalmente, se analizaron los desafíos de su implementación, incluyendo la resistencia al cambio y las dificultades en la evaluación de los avances emocionales.

La educación emocional es esencial para el desarrollo integral de los estudiantes, no solo porque les ayuda a gestionar sus emociones de manera más efectiva, sino también porque impacta positivamente en su rendimiento académico y su capacidad para interactuar socialmente. En los niveles de básica elemental y media, cuando los estudiantes están en una etapa crucial de formación, la enseñanza de estas habilidades emocionales es clave para formar ciudadanos más empáticos, responsables y resilientes, preparados para enfrentar los desafíos de la vida adulta.



## Propuestas

Para avanzar en la implementación efectiva de la educación emocional, es necesario que los sistemas educativos reconozcan su importancia y promuevan políticas que la incluyan de manera estructural en los currículos. Algunas recomendaciones son:

- Es crucial capacitar a los docentes para que puedan integrar la educación emocional en su práctica diaria y manejar adecuadamente los aspectos emocionales dentro del aula.
- Las habilidades emocionales deben ser incluidas de manera transversal en todas las asignaturas, de modo que los estudiantes puedan desarrollar estas competencias en diversos contextos educativos.
- Se deben desarrollar herramientas cualitativas y cuantitativas para evaluar los avances en la educación emocional, lo que permitirá medir su impacto y ajustar las estrategias pedagógicas.

Para futuras investigaciones, se sugiere explorar el impacto a largo plazo de la educación emocional en la vida profesional y personal de los estudiantes, así como el desarrollo de políticas educativas que promuevan un enfoque integral del aprendizaje.

## Conclusiones

En los niveles de básica elemental y media, la educación emocional no solo permite a los estudiantes gestionar sus emociones, sino que también mejora su rendimiento académico, sus relaciones interpersonales y su capacidad para enfrentar desafíos. Este enfoque educativo fomenta el desarrollo cognitivo, emocional y social, preparándolos para la vida adulta.

Para que los beneficios de la educación emocional se materialicen, es necesario que se implemente de manera transversal en todas las asignaturas. Además, los docentes deben estar capacitados para facilitar este proceso, creando un ambiente de aprendizaje que favorezca el bienestar emocional y social de los estudiantes.

A pesar de las dificultades como la resistencia al cambio o la falta de métodos de evaluación, la educación emocional es una inversión esencial para formar ciudadanos más empáticos, responsables y resilientes. Su implementación contribuye a una sociedad más cohesionada y preparada para enfrentar los retos futuros.

## Referencias

- Aguilar Cazares, M. A. (2023). Inteligencia emocional y rendimiento escolar en los estudiantes de cuarto grado de educación básica elemental. Machala, Universidad Técnica de Machala,
- Baño Baño, M. A., & Carrasco Monar, M. A. (2024). Impacto de la formación docente en la enseñanza aprendizaje de los estudiantes de básica elemental y básica media de la unidad educativa particular marista del cantón quito, periodo lectivo 2023-2024.
- Brackett, M. (2019). *Permission to Feel: Unlocking the Power of Emotions to Help Our Kids, Ourselves, and Our Society Thrive*. Celadon Books.
- Bradshaw, C. P. (2013). "The Role of Social and Emotional Learning in Preventing Youth Violence." *American Journal of Public Health*, 103(6), 975-978. doi:10.2105/AJPH.2013.301457.
- Carrión Carrasco, J. J. (2023). Educación ambiental con enfoque de sostenibilidad en la Unidad Educativa Particular La Asunción de los subniveles de básica elemental y media. Universidad del Azuay,
- Escudero Moyano, G. E. (2021). Estrategias lúdicas para mejorar el rendimiento académico en niños con TDAH del nivel básica, elemental y media. Ambato: Universidad Tecnológica Indoamérica,
- Fueres Anrango, S. T. (2022). Arte terapia como herramienta pedagógica para el desarrollo de la educación emocional en niños de Básica Elemental de la Unidad Educativa "República del Ecuador".
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
- Jiménez Barriga, C. L. (2018). La recreación y los juegos en el desarrollo psicomotor de los niños y niñas de educación básica elemental y media. Machala. Universidad Tecnica de Machala,
- Mera Peña, S. I., & Vintimilla Maldonado, J. J. (2021). Validación de la guía "Convivencia Positiva" en educación básica elemental y media de la Unidad Educativa Particular Rosa de Jesús Cordero. Universidad del Azuay,
- Milán, D. B. C., Armijo, C. L. S., Ibarra, Y. S. P., & Bravo, E. J. S. J. M. y. S. (2023). Educación emocional y su incidencia en el rendimiento académico en la Escuela Estenio Burgos Galarza. 264-271.
- Pilar, M. E. E. (2021). La Educación Emocional en los alumnos de básica elemental. Ecuador-PUCESE-Maestría Innovación en Educación,

- Rodríguez Sotomayor, C. M. (2017). El maltrato psicológico infantil y su influencia en la conducta de los niños/as de Básica Elemental y Media de la Escuela de Educación Básica “Planeta Azul”, ubicada en cantón Ambato, provincia de Tungurahua. Universidad Técnica de Ambato. Facultad de Ciencias Humanas y de la ...,
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). "Emotional Intelligence." *Imagination, Cognition, and Personality*, 9(3), 185-211. doi:10.2190/DUGG-P24E-52WK-6E8F.
- Urgiles Muñoz, S. D. (2024). Guía de estrategias cognitivo-conductuales para niños de educación básica elemental y media que presentan conductas disruptivas.
- Vera Malta, L. D. (2021). Recursos didácticos para la inclusión educativa de niños con autismo en la educación básica elemental media. Guayaquil: ULVR, 2021.,
- Villacís Palacios, M. I. (2019). Estrategias didácticas para la atención a estudiantes de básica elemental y media con dislexia, en la Unidad Educativa “Riobamba”. Ambato: Universidad Tecnológica Indoamérica,
- Wells, D. L. (2010). "Emotional Intelligence: A Key to Success in the Classroom." *Education Journal*, 20(1), 25-28.
- .