

EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE NIVEL SUPERIOR

SOCIAL-EMOTIONAL EDUCATION IN HIGHER LEVEL STUDENTS



Sara Esther Castillo Ortega ^{1*}

E-mail: scastillo@pampano.unacar.mx

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4041-6644>

Gerardo Alonso Rivas Hernández¹

E-mail: garivas@delfin.unacar.mx

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0672-8935>

Jiosbel Jesús Lóriga Socorro²

E-mail: jloriga@ucf.edu.cu

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4859-6379>

Yorisel Oriana Carmenate Figueredo ²

E-mail: ycarmenate@ucf.edu.cu

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0726-9478>

¹ Universidad Autónoma del Carmen. Campeche, México.

² Universidad de Cienfuegos, Carlos Rafael Rodríguez. Cienfuegos, Cuba.

*Autor para correspondencia

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Castillo Ortega, S. E., Rivas Hernández, G. A., Lóriga Socorro, J. J., & Carmenate Figueredo, Y. O. (2026). Educación Socioemocional en estudiantes de nivel superior. *Revista Conrado*, 22(112), e4948.

RESUMEN

Como parte del ejercicio realizado en un taller socio-emocional impartido por Microsoft de México en la Universidad Autónoma del Carmen, se diseñó el siguiente programa cuyo objetivo fue desarrollar la formación socioemocional de estudiantes universitarios, se trabajó de manera colaborativa entre las facultades de Ciencias de la Salud y Ciencias Naturales, en el horario institucional de tutorías (HIT) las licenciaturas que participaron fueron Psicología y Biología Marina, ambas ubicada en el Campus III de la misma institución. Se trabajó con estudiantes de diversos ciclos escolares que quisieran participar de manera voluntaria en el taller, ya que eran tutorados de los profesores que lo crearon y desarrollaron, por tanto, fue una muestra no probabilística con quienes mediante una metodología cualitativa se aplicaron diversas actividades lúdicas para el desarrollo de la formación socioemocional de los estudiantes, los resultados muestran que los participantes se sintieron incluidos con las actividades realizadas y más receptivos a sus emociones. Por lo cual se concluye que la implementación de este tipo de talleres de manera permanente puede traer beneficios para los estudiantes universitarios tal y como lo demuestran los diversos estudios que se han realizado al respecto.

Palabras clave: Educación socioemocional, Taller, Tutoría, Educación superior, Consciencia

ABSTRACT

As part of the exercise carried out in a Socio-emotional Workshop by Microsoft de México at the Universidad Autónoma del Carmen, the following program was designed with the objective of developing the socio-emotional training of university students. It was worked on collaboratively between the faculties of Health Sciences and Natural Sciences, in the Institutional Tutoring Schedule (HIT) the bachelor's degrees that participated were Psychology and Marine Biology, both located on Campus III of the same institution. We worked with students from various school cycles who accepted to participate voluntarily in the workshop, since they were tutored by the teachers who created and developed it, therefore, it was a non-probabilistic sample, through a qualitative methodology, where various playful activities were applied for the development of the socio-emotional training of the students, the results show that the participants felt included with the activities carried out and more receptive to their emotions. Therefore, it is concluded that the implementation of this type of workshops on a permanent basis can bring benefits to university students, as demonstrated by the various studies that have been carried out on this subject.

Keywords:

Social-emotional education, Workshop, Tutoring, Higher education, Mindfulness.



Esta obra está bajo una licencia internacional Creative Commons Atribución-NoComercial-SinDerivadas 4.0.

INTRODUCCIÓN

El término inteligencia emocional, fue establecido por los psicólogos Peter Salovey y John D. Meyer en 1990 citado por García (2020). Este término sustituye lo que anteriormente se denominaba carácter y la diferencia radica en que el estudio del carácter y su aplicación se concentraba en los especialistas de la conducta. Goleman (1995), en su libro *Inteligencia Emocional*, considera que la inteligencia no debe enfocarse solo en el desarrollo de los razonamientos lógicos verbales o numéricos sino también en la competencia para conocer y manejar nuestras propias emociones.

Aunque actualmente el término de *mindfulness* parece un tema de moda, no es adecuado pensar en ello en tanto que las modas como tendencias pueden ser pasajeras y las emociones no lo son, éstas forman parte de los seres humanos (Rodríguez, 2000, citado por Porcayo, 2013).

De acuerdo con Muñoz (2009) en su libro *Emociones sentimientos y necesidades*, la vida emocional es la que nos mueve a comportarnos, percibir y actuar de determinada manera en lo cotidiano. Tales emociones vienen a cubrir unos objetivos de supervivencia, ella expone sobre el Manejo de Sentimientos Básicos (MATEA); donde identifica que el miedo; tiene como objetivo la protección y el cuidado; el afecto, la vinculación con los otros; la tristeza, el retiro de aquello que produce displacer o insatisfacción; el enojo, tiene como objetivo la defensa y finalmente la alegría cuyo objetivo es la vivificación.

Los aportes de Salovey y Mayer dentro del campo de la Inteligencia Emocional (IE), ha radicado en desarrollar una visión científica del concepto. Pero, estos parten de una mirada cognitivo- conductual, en tanto, que su modelo se centra en el procesamiento emocional de la información y en el estudio de las capacidades relacionadas con dicho procesamiento. De acuerdo con Ramos & Hernández (2008)

Desde esta teoría, la IE se define como la habilidad de las personas para atender y percibir los sentimientos de forma apropiada y precisa, la capacidad para asimilarlos y comprenderlos de manera adecuada y la destreza para regular y modificar nuestro estado de ánimo o el de los demás. (p. 135)

Ser inteligente emocionalmente resulta útil para la vida y también para evitar problemas psicológicos. El *mindfulness*, tiene su origen en el budismo, sin embargo, ha trascendido al resto del mundo sin esa connotación religiosa derivada de la figura de Buda. El *mindfulness*, o como se ha traducido al castellano; atención o conciencia plenas, consiste, en “prestar atención de una manera especial:

intencionadamente, en el momento presente y sin juzgar”, (Kabat-Zinn, 1990, citado por Parra et al., 2012, p. 32). Kabat-Zinn es un psiquiatra neoyorkino que empezó a utilizar la filosofía y las prácticas budistas como método terapéutico (Rodríguez, 2019). Es por ello, que citando a Ramos & Hernández (2008) se puede decir que

La IE a través del *mindfulness* está muy relacionada con la tercera generación de terapias cognitivo-conductuales que subrayan la importancia de mejorar la relación con nuestra experiencia interna, más que tratar de eliminar o modificar dicha experiencia; sus principios podrían dirigirse a la población general y no limitarse a la población clínica. (p. 140)

Son muchos los autores que destacan la eficacia del *mindfulness* en las aulas, por ejemplo, Bisquerra & Hernández (2017), retoman

La práctica de la atención plena puede producir numerosos efectos beneficiosos en las personas, entre los que destacan: Aumentar la concentración, reducir automatismos, lograr un mejor control de pensamientos, emociones y conductas, disfrutar más del momento presente, efectos físicos saludables y cambios positivos a nivel neurológico. (p. 33)

Algunos autores como Maturana & Guzmán (2019) proponen pensar la formación de las competencias blandas o las competencias socioemocionales como relevantes también en los currículos educativos y no solo promover la formación de competencias duras orientadas al desarrollo de conocimientos. De acuerdo con ellos, así se les brindarían mejores oportunidades laborales y podrían insertarse de manera efectiva en la resolución de problemas. Por tanto, se parte de la idea de que hoy en día, el *mindfulness* ya no solo tiene un carácter clínico, sino también necesita introducirse en la educación. Ya que como se ha mencionado, el objetivo de esta técnica es despertar la atención consciente en el momento presente y alcanzar así mejores resultados de bienestar físico y mental. Sin embargo, hay que ser prudentes para introducir este tipo de meditación en las aulas dada su novedad en el ámbito educativo.

De forma general se aprecian diversos aportes que se relacionan con la temática que se aborda. Flores et al. (2021), expone la importancia de la Educación socioemocional en la sociedad del conocimiento y el reto que constituye para la educación secundaria rural. Por su parte Carrasco et al. (2024), alega que la educación socioemocional en el aprendizaje escolar es novedosa ya que es un enfoque relativamente nuevo en la educación que se centra en el desarrollo integral de los estudiantes. Para

López et al. (2025), La educación socioemocional se ha consolidado como un pilar fundamental para el desarrollo integral del alumnado en el contexto de la escuela del futuro.

En este sentido otros investigadores como (García, 2020; Naranjo, 2020; Bisquerra & López, 2021; Cabello y González, 2022; Valente & Lourenço, 2022; Calderón et al. (2023), Olmos et al. (2024), Lourenco, et al., 2024; Chunchi & Ordóñez, 2024; Calderón et al., 2024) abordan la temática desde diferentes perspectivas educativas con interesantes aportes que permiten profundizar en otros estudios.

MATERIALES Y MÉTODOS

Se diseñó el taller socioemocional para realizar de manera presencial al interior de las instalaciones del Campus III de la Universidad Autónoma del Carmen en la Facultad de Ciencias de la Salud; en el aula 238 asignada a la Licenciatura de Psicología. Estas actividades tuvieron una duración de 2 horas en el horario institucional de tutorías, de 11:00 a 13:00 horas. En el taller participaron 10 tutorados de manera voluntaria, alumnos de 4to semestre de la Licenciatura en Psicología y alumnos de 8vo semestre de la Licenciatura en Biología Marina de la Universidad Autónoma del Carmen como se evidencia en la Figura 1. En total se realizaron cinco actividades y una actividad de cierre. Cada actividad fue diseñada de manera independiente teniendo solo como base genérica el abordaje de la educación socio emocional. Los materiales utilizados fueron lápices, colores, bolígrafos, fichas de trabajo, hojas, blancas, espejos de mano, internet, un celular.



Figura: 1. Alumnos que participaron de manera voluntaria en el taller

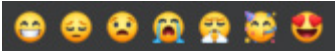
Fuente: Archivo fotográfico propio

RESULTADOS

Como tutores de un número considerable de estudiantes- tutorados (n=45), se solicitó la colaboración de los alumnos que quisieran participar de manera voluntaria en el taller socioemocional. Una vez que se conformó un grupo pequeño de trabajo donde se les explicó el objetivo del taller y se desarrollaron cada una de las siguientes actividades como se detalla en la Tabla 1, que se muestra a continuación.

Tabla 1: Actividades socioemocionales

No.	Actividad	Procedimiento
1	Música y sentimientos	Previamente se seleccionó una canción, y posteriormente se les solicitó a los estudiantes que se relajaran, la escucharan con calma y después expresaran como se sintieron con esa canción, ¿se sintieron felices? ¿Contentos, tristes, desesperados, aburridos, relajados? ¿La canción les trajo a la mente algún tipo de recuerdo? ¿Pensaron en alguien especial o en algo particular?, se les invitó a compartir su experiencia en el grupo solo a los que de manera voluntaria desearan hacerlo.
2	Expresando mi sentir	En esta segunda actividad, se les solicitó escribir una carta para externar algo importante a alguien que fuera de su interés. No tenían que decir el nombre de la persona en quien se habían inspirado o pensado ni describir a detalle la situación vivida. Solo se les pidió compartir nuevamente a quien así gustara hacerlo con relación a las siguientes preguntas: ¿cómo te sentiste al escribirla? ¿Te gustó hacerlo? ¿Fue fácil o difícil hacerlo? ¿Has intentado externarle esto personalmente a esa persona?

3	Mi nombre, mis cualidades	En esta tercera actividad, se les pidió que escribieran su nombre y ejemplificaran una virtud propia con cada una de las letras que lo conforman. Se les brindó el siguiente ejemplo: Ej. Diana Dulzura Inteligente Amable Nerviosa Amorosa Al finalizar se les solicitó que de manera voluntaria comentaran con el grupo cómo se habían sentido al describirse de esa manera y si les gustaba proyectar eso o si les gustaría cambiar algo, que sería y porqué lo harían.
4	El espejo	En esta cuarta actividad, se les indicó tomar un espejo y observarse por un minuto. Después de hacer esto tenían que reflexionar sobre las siguientes preguntas: ¿qué viste? ¿Te gustó lo que ves? ¿Cómo te sentiste al observarte por un minuto? ¿Qué sientes que reflejas? ¿Te gusta pensar que los demás te ven así?
5	Interacción con los demás	En la quinta actividad, se les proporcionó la siguiente escala  y se trabajaron las siguientes preguntas ¿cómo te sentiste por el regreso a clases presenciales? ¿Crees que lo que sentiste es un sentimiento individual o es generalizado? ¿Piensas que eso puede interferir con tu rendimiento académico? ¿Se lo has comentado a alguien? ¿A un familiar, amigo o profesor? De manera voluntaria se compartía sus experiencias.
Actividad de cierre	Comparte tu sentir	¿Cómo te sentiste trabajando estas actividades? ¿Habías hecho algo parecido antes? ¿Te gustó la experiencia? ¿Te gustaría volver a realizarlo?

Las actividades propuestas fueron diseñadas en su totalidad por los docentes responsables del curso, con base en el taller que recibimos como capacitación docente y cada una de ellas establecieron objetivos particulares.

La primera actividad **Música y sentimientos**, estableció la apertura de las emociones a través del canal auditivo y la construcción de recuerdos para sensibilizar al estudiante con los demás ejercicios que se desarrollarían. La actividad **Expresando mi sentir**, propició externar las emociones contenidas que pueden ocasionar bloqueos en las interacciones con los demás. La actividad **Mi nombre, mis cualidades**, tuvo como objetivo hacerlos pensar en sí mismos y valorar sus cualidades o virtudes que muchas veces pasan desapercibidas como fortalezas y su finalidad fue recuperar ese talento en ellos y hacerlo consciente.

Las primeras tres actividades realizadas, se ubicaron desde el aspecto intrapersonal, que se refiere a procesos, habilidades o relaciones que ocurren específicamente a nivel interno de un individuo, en su propia conciencia o psique. Mientras que las otras actividades, como la del espejo, pretendió situar al sujeto en plena conciencia de su físico y lo que transmite externamente hacia los demás. Esta actividad es muy relevante ya que persigue obtener la congruencia entre lo que pensamos que transmitimos y lo que los demás perciben de nosotros. Es decir, estas actividades se centran en el desarrollo de habilidades interpersonales.

La actividad sobre **Interacción con los demás**, estableció el objetivo de ser conscientes sobre lo que los demás nos hacen sentir con respecto a relacionarnos con ellos y valorar tanto lo positivo como lo negativo del contacto con un otro. La actividad de cierre, tuvo como objetivo integrar los aspectos intra e interpersonales, externando como se sintieron durante todas las actividades y manifestando gustos o incomodidades al respecto.

DISCUSIÓN

En la actividad 1, los alumnos se relajaron con la canción, la intención fue lograr que los estudiantes hicieran contacto con ellos mismos. 80% de ellos comentaron que la canción les hizo recordar a una persona en particular, que los puso melancólicos, que les gusta y que les hizo sentir bien. De hecho, querían seguir escuchándola.

Con respecto a la actividad 2, la idea fue conectar al estudiante con sus emociones. Comentar algo a alguien puede ser positivo o negativo. Pueden querer aclarar cosas, situaciones, eventos, o simplemente fortalecer lazos afectivos, a veces se piensa en hacer eso, pero solo se cae en “rumiar” el evento y no se acciona en mejorar la situación. La idea del desarrollo emocional es lograr que el estudiante consiga conminar sus pensamientos con sus emociones para enfrentar las situaciones, sobre pensar no soluciona nada por sí mismo. Afrontar las situaciones incómodas o agradables es importante para fortalecer la toma de decisiones de los sujetos. El 10% de los alumnos aprovechó la actividad para replantear como mejorar la relación con su actual pareja. El 90% del grupo manifestó sentimientos de satisfacción hacia los demás.

En la actividad 3, el 100% de los alumnos refirió que no habían sido concientes de las cualidades que tienen o que pueden transmitir hacia los demás, que generalmente están más ensimismados en pensar en sus defectos y buscar la aceptación de los demás que en potenciar sus cualidades y que después de eso se habían sentido mejor con ellos mismos.

Con relación a la actividad 4, el 100% de los estudiantes comentaron que nunca habían realizado una actividad así y algunos manifestaron sentirse incómodos viéndose fijamente. No habían pensado antes en la cara que ven los demás de ellos. Se comentó como una sonrisa puede cambiar mucho un semblante.

Finalmente, en la actividad 5, el 100% de los estudiantes manifestaron estar contentos de regresar a clases presenciales. Sienten que hay cursos que es necesario llevar de manera presencial para poder avanzar mejor en los temas, comentaron que les hace falta relacionarse más entre ellos y sobre todo con los docentes ya que a muchos docentes solo los conocían a través de una cámara debido a pandemia y a la medida sanitaria de las clases en línea.

En la actividad de cierre, el 100% de los estudiantes manifestaron sentirse un poco nerviosos al principio al comenzar el taller, pero conforme fueron avanzando las actividades se fueron sintiendo más cómodos y a gusto con lo que iban escuchando de sus compañeros y se empezaron a animar a compartir su sentir y experiencias.

Ante estos resultados, se reflexionó que desde siempre la sociedad ha enfrentado desafíos significativos en la educación en general, empero, posterior a la pandemia de COVID 19, se han identificado muchos brotes de ataques de ansiedad en los estudiantes adscritos a diversas Facultades de la universidad donde se realizó este taller, por tanto, se intentó reconocer el *mindfulness* como una técnica prometedora para abordar estas problemáticas. De acuerdo con Naranjo (2020), gracias a esta técnica de relajación y meditación los estudiantes pueden mejorar la confianza en sí mismos y elevar la calidad en su salud integral, toda vez que sean capaces de expresar sus emociones sin culpa. Esta técnica también es de gran utilidad para el personal docente ya que facilita el control de los estudiantes, creándose un clima adecuado para el aprendizaje y reduciendo la impulsividad.

Por su parte, Bisquerra (2008) concuerda en señalar que la educación emocional es un proceso que se da de manera continua y de forma permanente, lo que significa que en cualquier nivel de estudios se puede brindar educación emocional y dicha educación tendrá variaciones dependiendo del tipo de estudiante, ya que las

necesidades de un niño son totalmente diferentes de las de un adolescente.

Evidentemente, el proceso de intervención mediante *mindfulness* no demuestra resultados de un día para otro, ya que se debe valorar y tomar a consideración que la reestructuración emocional y en ciertos casos, la conductual, lleva un tiempo indefinido ya que son factores modificables atemporales. De acuerdo con Bisquerra (2005), la educación emocional tiene como objetivos generales, conocer mejor las emociones, tanto las propias como las ajenas; regularlas y evitar el impulso de desarrollar emociones negativas. Para lograr estos objetivos, la educación emocional debe ser un proceso continuo y permanente, presente en el currículum académico y en la formación a lo largo de la vida, por ello, sus participaciones educativas deben ubicarse tanto en el plano de la educación formal como informal.

Otra de las ventajas de esta técnica, es que las actividades pueden ser presentadas de manera lúdica y motivadora para cualquier rango de edad. Un factor clave es la evaluación de los métodos aplicados ya que sirve como parámetro de registro en los avances, pueden incluirse desde observaciones directas, cuestionarios guiados, y herramientas específicas para medir la conducta y las habilidades sociales, asimismo, antes, durante y posterior a las intervenciones de manera periódica es fundamental continuar con instrumentos evaluativos.

Estudios como los antes expuestos han demostrado que el *mindfulness* mejora la capacidad de atención y el rendimiento escolar. Del mismo modo, se demuestra mayor armonía ante la práctica del *mindfulness* evidenciando una relación positiva con el bienestar emocional, reduciendo la ansiedad y mejorando la gestión de frustraciones.

CONCLUSIONES

En cada una de las actividades realizadas los estudiantes se vieron muy involucrados e interesados en participar. Externaron que nunca habían trabajado actividades de este tipo y que les gustó mucho hacer contacto con sus emociones y abrirse emocionalmente hacia sus demás compañeros.

Se parte del hecho de que al lograr integrar cognitivamente las emociones de los alumnos éstos se sensibilizan con ellos mismos, para hacer frente a sus dificultades emocionales. Se propone que otros temas que se pueden incluir en este tipo de talleres son el del autoconcepto y el de resiliencia, ya que son temas que van muy articulados con las emociones y los procesos de afrontamiento para la toma de decisiones complejas. De acuerdo con la implementación de estos talleres, se considera

que se puede llegar al desarrollo integral del estudiante, ya que la apuesta es que éste no solo se concentre únicamente en él mismo y en sus necesidades inmediatas, sino que sea capaz de emplear herramientas y estrategias para buscar también el bienestar de los demás, ser más proactivo y empático.

Se considera que esta propuesta es innovadora a nivel de educación superior, en tanto que, generalmente, los docentes están más interesados en hacer que los estudiantes aprendan o adquieran conocimientos que en saber cómo se sienten y como sobrellevan el día a día entre sus compañeros, lo que también es parte de nuestra responsabilidad social como institución. Lo anterior es congruente con el hecho de que mediante el *mindfulness* se apuesta a mejorar el bienestar de los alumnos principalmente en cuatro áreas de interés: el rendimiento en los estudios, dado que propicia más capacidad de atención, concentración y memoria; el bienestar psicológico, mediante la reducción del estrés y más resiliencia; el bienestar físico, mediante mayor conciencia del cuerpo, y mejores relaciones interpersonales, potenciando la empatía y la actitud compasiva.

Es importante recomendar que, al realizar este tipo de talleres, que estimulan la apertura de los aspectos emocionales, siempre deben ser supervisados por expertos en el cuidado de la salud mental, en este caso una de las autoras e instructoras del taller es doctora en psicología y eso garantiza que ante cualquier eventualidad se pueda intervenir de manera oportuna si algún estudiante presentara problemas al entrar en contacto directo con sus emociones. En este caso no se presentó ningún incidente en este sentido, pero puede ser una probabilidad que hay que considerar al impartir talleres de este tipo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bisquerra Alzina, R. (2008). *Educación emocional y bienestar. 6ta edición*. Cuadernos de Pedagogía.
- Bisquerra Alzina, R. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19 (3), 95-114. <http://hdl.handle.net/10201/128907>
- Bisquerra Alzina, R., & Hernández Paniello, S. (2017). Psicología positiva, educación emocional y el programa Aulas felices. *Papeles del Psicólogo*, 38(1), 58-65. <https://doi.org/10.23923/pap.psicol2017.2822>
- Bisquerra-Alzina, R. & López-Cassà, E. (2021). El cultivo inteligente de las emociones morales en la adolescencia. *Revista Española de Pedagogía*, 79(278), 103-113. <https://reunir.unir.net/server/api/core/bitstreams/6daf62e4-11bd-4566-b395-21a527f128a4/content>
- García Ancira, C. (2020). La inteligencia emocional en el desarrollo de la trayectoria académica del universitario. *Revista Cubana de Educación Superior*, 39(2). <http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci-arttext&pid=S0257-43142020000200015&lng=es&tling=es>
- Cabello Sanz, S., & González Benito, A. M. (2022). Las competencias emocionales en el sistema educativo español. Propuesta de desarrollo desde la acción tutorial. *Revista Educativa Hekademos*, 33, 59-72. <https://www.hekademos.com/index.php/hekademos/article/view/73/63>
- Calderón Sánchez, M. B. R., Parrales Bazán, M. L. G., Duma Gallegos, M. E. G., Vargas Jiménez, M. M. A., & Bustamante Orellana, L. C. R. (2024). El Rol de la Educación Socioemocional y su Impacto en los procesos cognitivos y el aprendizaje de los educandos. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(5), 8144-8157. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/14222>
- Calderón Sánchez, E. R., Calvopiña Pincha, N. V., Sánchez Velásquez, B. E., Cuenca Barrera, C. E., & Granda Orellana, J. C. (2023). La Educación Emocional en el aula y su Influencia en el Proceso de Enseñanza-Aprendizaje de los Estudiantes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(2), 11443-11459. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/6261> 3
- Carrasco Guerra, P. L., Piguave Alvarado, I. B., Martínez Isaac, R., & Tolozano Benites, S. E. (2024). La educación socioemocional en el proceso de enseñanza-aprendizaje del tercer año de la educación básica. *Maestro Y Sociedad*, 21(1), 380-393. <https://maestroysociedad.uo.edu.cu/index.php/MyS/article/view/6379> 2
- Chunchi, M., & Ordóñez, M. (2024). Educación Socioemocional como Herramienta del Proceso de Enseñanza-Aprendizaje en los Estudiantes de 1ro de Bachillerato. *Revista Tecnológica-Espol*, 36(1), 82-97. <https://rte.espol.edu.ec/index.php/tecnologica/es/article/view/1085> 1
- Flores Cueva, D. V., & Chasquibol Calongos, C. (2021). Educación socioemocional en la sociedad del conocimiento: reto de la educación secundaria rural. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(5), 7006-7021. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/827>
- García Ancira, C. (2020). La inteligencia emocional en el desarrollo de la trayectoria académica del universitario. *Revista Cubana de Educación Superior*, 39(2). <http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci-arttext&pid=S0257-43142020000200015&lng=es&tling=es>
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. Kairós

López Villamar, N. I., Alvarado Murillo, M. M., Plúas Be-
rruz, M. I., & Ortiz Pérez, K. A. (2025). Educación
socioemocional en la escuela del futuro: innovación
pedagógica para el bienestar y la inclusión. *Sage
Sphere International Journal*, 2(2). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10176962>

Lourenco, A. A., Valente, S. N., Domínguez-Lara, S., &
Fulano, C. S. (2024). The impact of Emotional Intelli-
gence on models of teaching approaches. El impacto
de la Inteligencia Emocional en los modelos de enfo-
ques de enseñanza. *Revista Electrónica Interuniver-
sitaria de Formación del Profesorado*, 27(3), 171–187.
<https://revistas.um.es/reifop/article/view/614521>

Maturana Moreno, G., & Guzmán Chivita, F. (2019). Las
competencias blandas como complemento de las
competencias duras en la formación escolar. Una
revisión conceptual necesaria. *Revista EURITMIA,
Investigación, Ciencia y Pedagogía*, (1), 2-13. https://cliic.org/Revista-Euritmia/Euritmia-Vol-1_c.pdf

Muñoz Polit, M. (2009). *Emociones, sentimientos y nece-
sidades. Una aproximación humanista*. Ideazapato
Araucaria.

Naranjo Betancor, A. E. (2020). *Mindfulness y educación
infantil*. (Proyecto de Innovación. Universidad de la
Laguna). Repositorio Institucional RIULL. <http://riull.ull.es/xmlui/handle/915/20039>

Olmos-Borja, L., Araujo-Reyes, A., Burgos-Tipán, S., &
Romero-Peña, S. (2024). Inteligencia emocional de
los estudiantes mediante el uso de estrategias lú-
dicas. *593 Digital Publisher CEIT*, 9(1–1), 163–172.
<https://doi.org/10.33386/593dp.2024.1-1.2269>

Parra Delgado, M., Montañés Rodríguez, J., Montañés
Sánchez, M., & Bartolomé Gutiérrez, R. (2012). Cono-
ciendo mindfulness. *ENSAYOS, Revista de la Facul-
tad de Educación de Albacete*, (27), 29-46). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4202742>

Porcayo Domínguez, B. (2013). *Inteligencia emocional en
niños*. (Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma
del Estado de México). Repositorio Institucional UAE-
MEX. <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/989787>

Ramos D., N. S. & Hernández O., S. M. (2008). Intelligen-
cia emocional y Mindfulness, hacia un concepto in-
tegrado de la inteligencia emocional. *Revista de la
Facultad de Trabajo Social UPB*, 24(24), 134- 146.
[https://revistas.upb.edu.co/index.php/trabajosocial/ar-
ticle/view/2697/2446](https://revistas.upb.edu.co/index.php/trabajosocial/article/view/2697/2446)

Rodríguez Morejón, A. (2019). *Manual de psicoterapias:
Teoría y técnicas*. Herder.

Valente, S., & Lourenço, A. (2022). Inteligencia emocional
y manejo de conflictos en la interacción pedagógica.
*Revista de Estudios e Investigación en Psicología y
Educación*, 9, 181-192. [https://doi.org/10.17979/rei-
pe.2022.9.0.8900](https://doi.org/10.17979/rei-pe.2022.9.0.8900) 1

CONFLICTO DE AUTORES:

Los autores no tienen conflictos de interese

Autor	Roles
Sara Esther Castillo Ortega	Encargado de: Conceptualiza- ción, Metodología
Gerardo Alonso Rivas Hernández	Encargado de: Validación, Análisis formal
Jiosbel Jesús Lóriga Socorro	Encargado de: Análisis formal de la información. Escritura de la discusión –, Redacción – revisión y edición
Yorisel Oriana Carmenate Figueredo	Encargado de: Escritura, co- rrección, análisis de los datos, Redacción – revisión y edición.

Contribución de los autores

