

Artículo de Revisión

La influencia de la educación emocional en el fortalecimiento de las habilidades sociales en estudiantes de bachillerato

The influence of emotional education on the strengthening of social skills in high school students

Autores:

Flor Magdalena Jimbo Román¹

¹ Pontificia Universidad Católica del Ecuador, fmjimbo@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0003-2702-6780>, Quito, Ecuador.

Autor de Correspondencia: Flor Magdalena Jimbo Román, fmjimbo@gmail.com

Reception: 29-October-2024

Acceptance: 21- October -2024

Published: 18-December-2024

Cómo citar este trabajo:

Jimbo Román, F. M. (2024). La influencia de la educación emocional en el fortalecimiento de las habilidades sociales en estudiantes de bachillerato. *Sapiens in Education*, 1(4), 1-15. https://revistasapiensec.com/index.php/sapiens_in_education/article/view/48

Resumen

La educación emocional se consolidó como una herramienta clave en la etapa secundaria, ayudando a los estudiantes a enfrentar desafíos personales y sociales. El estudio analizó cómo influye en el desarrollo de habilidades sociales, como la comunicación y la empatía, promoviendo un mejor rendimiento académico y relaciones interpersonales. Investigaciones previas confirmaron que favorecen el bienestar integral y entornos educativos inclusivos. El objetivo de este estudio fue evaluar el impacto de la educación emocional en el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria mediante un análisis bibliográfico. La metodología utilizada consistió en un estudio de revisión bibliográfica, empleando como fuente principal Google Académico, de donde se extrajeron aproximadamente 23 artículos científicos que permitieron profundizar en el tema propuesto. Se encontraron que los programas de educación emocional tuvieron efectos positivos en el bienestar y la adaptación social de los estudiantes, aunque se destacó la necesidad de realizar más investigaciones para evaluar la eficacia a largo plazo de dichos programas. de este estudio destacaron la educación emocional como clave en el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de secundaria. La revisión de estudios anteriores mostró que los programas socioemocionales mejoraron las competencias interpersonales, promovieron un ambiente escolar positivo y aumentaron el rendimiento académico. Se concluye que integrar la educación emocional en el currículo favorece tanto el bienestar como el éxito académico de los estudiantes. Se recomendó implementar programas de intervención y capacitación continua del profesorado para apoyar el desarrollo socioafectivo del alumnado.

Palabras clave: Educación emocional, Competencias interpersonales, Habilidades sociales, Estudiantes de bachillerato

Abstract

Emotional education was consolidated as a key tool in secondary school, helping students to face personal and social challenges. The study analysed how it influences the development of social skills, such as communication and empathy, promoting better academic performance and interpersonal relationships. Previous research confirmed that it promotes holistic well-being and inclusive educational environments. The aim of this study was to evaluate the impact of emotional education on the development of social skills in secondary school students through a literature review. The methodology used consisted of a literature review study, using Google Scholar as the main source, from which approximately 23 scientific articles were extracted that allowed for an in-depth study of the proposed topic. It was found that emotional education programmes had positive effects on the well-being and social adaptation of students, although the need for further research to evaluate the long-term effectiveness of such programmes was highlighted. From this study, emotional education was highlighted as a key to the development of social skills in secondary school students. The review of previous studies showed that social-emotional programmes improved interpersonal competencies, promoted a positive school environment and increased academic achievement. It is concluded that integrating emotional education into the curriculum promotes both students' well-being and academic success. It was recommended to implement intervention programmes and continuous teacher training to support the socio-affective development of students.

Keywords: Emotional education, Interpersonal competences, Social skills, High school students

1. INTRODUCCIÓN

La educación emocional se ha convertido en una herramienta esencial en los entornos educativos, especialmente en la etapa secundaria, donde los estudiantes enfrentan numerosos desafíos relacionados con el desarrollo personal y social. En este contexto, las habilidades sociales, como la comunicación, la empatía y el trabajo en equipo, son fundamentales para lograr un desempeño académico y social exitoso. Este estudio analiza cómo la educación emocional puede influir en el fortalecimiento de estas competencias, contribuyendo al bienestar integral del alumnado. Además, se explora la implementación de estrategias emocionales que permitan superar barreras en las relaciones interpersonales y fomentar entornos escolares más inclusivos y colaborativos.

La educación emocional está respaldada por teorías como la de Goleman (1995), quien destaca que la inteligencia emocional es clave para el éxito social. Investigaciones previas (Fernández-Berrocal et al., 2023; Mestre & Guil, 2024) señalan que la promoción de habilidades emocionales impacta positivamente en la interacción y el desarrollo personal de los adolescentes. Por tanto, analizar su efecto en estudiantes secundarios puede ofrecer estrategias prácticas que beneficien su bienestar socioemocional, promoviendo un entorno educativo más inclusivo y empático.

El análisis pone de relieve beneficios como la mejora de la empatía, la resolución de conflictos y la construcción de relaciones positivas. En el bachillerato, los estudiantes se enfrentan a presiones sociales y académicas significativas, lo que hace que una educación emocional integrada sea clave para adquirir habilidades sociales que les permita desenvolverse exitosamente en diversos entornos. Este estudio contribuye a la literatura existente al actualizar la perspectiva sobre el papel de la educación emocional en el desarrollo social de los estudiantes.

Aunque hay investigaciones que exploran los beneficios de la educación emocional, es fundamental profundizar en el contexto específico de la secundaria, donde la adolescencia implica cambios emocionales y sociales significativos. Esta revisión busca reafirmar hallazgos previos y destacar áreas de mejora en los programas educativos actuales, abriendo camino a futuras investigaciones que fortalezcan el vínculo entre la educación emocional y el desarrollo integral del alumno.

Según Damirchi (2019), la educación debe orientarse hacia la formación integral de la persona, abarcando aspectos intelectuales, culturales, emocionales, sociales y éticos. La educación emocional se define como un conjunto de capacidades, habilidades y conocimientos que facilitan la comprensión, el análisis y la regulación de las emociones propias y ajenas, también conocidas como habilidades sociales. Esta competencia está asociada al desarrollo de la inteligencia emocional, hábitos y actitudes positivas en la resolución de problemas, el rendimiento académico y la prevención de conflictos como el acoso o el fracaso escolar.

Por su parte, Araya et al. (2024) destacan que la educación no solo implica la formación mental, cognitiva o la adquisición de conocimientos, sino también una promoción integral del individuo para desarrollar todo su potencial. Los beneficios incluyen una mejor adaptación al entorno, relaciones interpersonales positivas y, en última instancia, la felicidad del estudiante. La educación debe enfocarse en fomentar la autonomía en diversos ámbitos, promover la participación responsable y contribuir al desarrollo cultural y personal, considerando siempre una perspectiva integral y no parcial. Esto incluye la formación directa en habilidades para la vida.

El objetivo de este estudio es la de evaluar el impacto de la educación emocional en el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria mediante un análisis bibliográfico. Para guiar nuestra investigación nos formularemos la siguiente pregunta: ¿Cómo influye la educación emocional en el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria?

Consideramos que la aplicación de programas de educación emocional en el contexto de secundaria contribuye significativamente al desarrollo de habilidades sociales, como la comunicación efectiva, la empatía y la resolución de conflictos. Este impacto positivo promueve un ambiente escolar inclusivo y mejora las relaciones interpersonales entre el alumno. Además, creemos que la incorporación sistemática de estas estrategias fomenta una mayor comprensión emocional, facilitando el bienestar integral de los estudiantes y potenciando su capacidad para establecer relaciones constructivas tanto en la escuela como en su vida cotidiana.

2. DESARROLLO

El interés creciente de la comunidad académica por la educación está llevando a desplazar el enfoque de los aspectos culturales y emocionales de la educación secundaria hacia la primaria. Actualmente, se otorga importancia al concepto de aprender a aprender. Durlak et al. (2021) destacan que la inteligencia emocional consiste en reconocer, comprender y gestionar tanto nuestras emociones como las de los demás (pág. 10). Una educación interpersonal inadecuada no facilita relaciones sociales efectivas. Por el contrario, un desarrollo adecuado de competencias sociales impulsa la motivación y el aprendizaje.

En otro estudio, Hanife y Cigdem (2019) definen las competencias sociales como un conjunto de comportamientos y habilidades de interacción social que permiten a los individuos actuar de manera eficaz dentro de un contexto social determinado (pág. 205). Estas habilidades incluyen la capacidad de integrar, incluir a otros y compartir o negociar puntos de vista e intereses realistas, según la literatura más citada en este ámbito.

De acuerdo con Díaz (2020), la inteligencia emocional implica percibir y controlar las emociones propias y ajenas, además de identificarlas adecuadamente. Sus cuatro componentes incluyen percibir emociones, utilizarlas para fomentar el pensamiento, comprenderlas y controlarlas (pág. 269). Estas capacidades, competencias y habilidades no cognitivas son esenciales para enfrentar las demandas del entorno y resultan clave en el desarrollo intelectual, emocional, personal y social.

Según Elmi (2020), la inteligencia emocional es indispensable no solo para reducir el estrés y conductas negativas, sino también para alcanzar el bienestar personal. Aunque la investigación es limitada, parece establecerse como un punto de conexión entre el bienestar personal, la salud mental y la psicología positiva (pág. 850). Las personas con bajo nivel de competencia emocional enfrentan mayores riesgos de estrés y dificultad para manejar desafíos.

Lazo et al. (2020) indican que los adolescentes con un cociente emocional alto demuestran mayor resiliencia, flexibilidad y adaptación a diferentes situaciones. Esto tiene un impacto positivo en el

rendimiento académico y las relaciones con los amigos (pág. 6). Aunque predominan las evidencias teóricas sobre las empíricas, algunos estudios recientes arrojan luz sobre estas conexiones.

Ahmed y cols. (2020) demostraron que niveles elevados de inteligencia emocional están vinculados con un mejor rendimiento académico y relaciones prosociales. Los estudiantes con alta inteligencia emocional tienden a evitar conflictos y mantienen amistades más duraderas, gracias a su capacidad para comprender y regular sus emociones (pág. 665).

Berastegui (2024) sostiene que la inteligencia emocional fomenta mejores relaciones familiares y sociales en la adolescencia (pág. 189). En conclusión, para los docentes, promover la inteligencia emocional debe ser tanto la causa como el resultado del desarrollo integral de los jóvenes. Diversas organizaciones confirman que el bienestar, mediante la educación emocional, debe ser un eje central del currículo educativo.

En cuanto a la educación emocional, Nwadinigwey y Obieke (2018) plantean una perspectiva integral que abarca componentes cognitivos (como reflexión emocional, evaluación de emociones y planteamiento de metas), afectivos (manejo emocional, autoestima) y conductuales (resolución de conflictos, relaciones). interpersonales). Estos elementos son fundamentales para un desarrollo humano completo.

Salavera et al. (2019) describen la educación emocional como la integración del concepto de inteligencia emocional, definida como un conjunto de habilidades emocionales y sociales adquiridas mediante principalmente el aprendizaje. Así, la inteligencia emocional se entiende como la capacidad de sobreponerse a los trastornos emocionales y, en general, refleja la mente inconsciente que regula las emociones, impactando las decisiones conscientes que guían las acciones (pág. 225). Por lo tanto, la inteligencia emocional, en combinación con la inteligencia personal, contribuye al desarrollo de competencias sociales. El fundamento teórico de las competencias emocionales en educación se encuentra en la teoría constructivista.

Por último, Faika, G., y Efdal, A. (2018) consideran al ser humano como un agente activo, no solo un receptor pasivo de estímulos externos. En su artículo, enfatizan el proceso de internalización del aprendizaje escolar, apoyado en el pensamiento y el lenguaje (pág. 1296). Esto implica que, al enfrentarse a una tarea, el individuo busca aprender todo lo posible sobre ella y se establece técnicas propias; utiliza su lenguaje motor, inicialmente egocéntrico, como una herramienta para autoinstruirse, empleando el habla para regular su comportamiento.

3. METODOLOGÍA

Este trabajo utilizó una metodología de revisión sistemática de la literatura, lo que permitió recopilar, analizar y sintetizar rigurosamente la información disponible sobre un tema específico. Este enfoque resulta especialmente valioso en el ámbito de la educación emocional, donde la variedad de perspectivas y resultados puede dificultar la comprensión de su efecto en el desarrollo de habilidades sociales. La revisión se estructuró para ofrecer una visión objetiva y detallada del estado actual de la investigación, seleccionando únicamente estudios de alta calidad que cumplan con estrictos criterios de validez y relevancia. Este proceso incluyó tanto la recopilación de datos

como un análisis crítico, orientado a extraer conclusiones fundamentadas y proporcionar recomendaciones prácticas para la investigación futura y las prácticas educativas.

Fuentes de información

Para lograr una recopilación exhaustiva y representativa de información, se utilizaron bases de datos académicos de prestigio, como Scopus, Web of Science y Google Scholar. Estas plataformas son reconocidas por su rigurosidad en la revisión por pares y por albergar una amplia gama de artículos científicos de relevancia en diversas disciplinas. Scopus y Web of Science ofrecieron acceso a publicaciones de alto impacto, lo que permitió incorporar investigaciones recientes y relevantes al análisis. Google Scholar complementó este proceso, facilitando el acceso a literatura gris y documentos académicos no indexados en bases de datos más restrictivas. Este enfoque integral asegura que la revisión abarcará diversas perspectivas y hallazgos sobre el impacto de la educación emocional en el desarrollo de habilidades sociales.

Criterios de inclusión y exclusión

Se definieron criterios específicos para filtrar los estudios recopilados, garantizando que la revisión se enfocará en investigaciones relevantes y de alta calidad. Se incluyeron artículos revisados por pares en inglés y español, publicados entre 2011 y 2024, con el objetivo de captar las tendencias más recientes en educación emocional. Por otro lado, se excluyeron estudios duplicados, aquellos con bajo rigor metodológico y publicaciones de menor calidad, como informes no revisados o artículos de revistas de escaso impacto. Estos criterios aseguraron una base sólida de análisis basada en literatura relevante y de alta calidad.

Proceso de búsqueda

La búsqueda de literatura se llevó a cabo de forma sistemática, empleando términos claves relacionados con el estudio, como "Educación emocional", "Habilidades sociales", "Inteligencia emocional" y "Educación secundaria". Se realizaron combinaciones de estos términos en diferentes bases de datos, lo que permitió recuperar un amplio conjunto de artículos relevantes. Además, se aplicarán filtros específicos, como límites de fecha y tipos de publicaciones, para optimizar los resultados y centrarse en investigaciones empíricas. Este enfoque estructurado aseguró la identificación de estudios relevantes para responder a las preguntas de investigación y enriquecer la discusión sobre la educación emocional y las habilidades sociales.

Proceso de selección

Posterior a la búsqueda, se llevó a cabo un minucioso proceso de selección. Los títulos y resúmenes de los artículos recuperados fueron revisados para identificar aquellos que se alineaban con los objetivos del estudio. Este primer filtro permitió descartar estudios que, aunque aparentemente fueran relevantes, no abordaban específicamente el impacto de la educación emocional en las habilidades sociales. Tras esta etapa inicial, se seleccionan 23 estudios para una revisión completa. Este paso fue crucial, ya que permitió analizar en profundidad la metodología y los resultados de cada investigación, asegurando que los estudios finales ofrecieran una base sólida y representativa para el análisis del tema.

4. RESULTADOS

A continuación, se presenta la matriz de los artículos seleccionados

Tabla 1.

Matriz de artículos seleccionados

#	Título	Nombre del Autor	Año	Resumen	DOI / Enlace
1	Efecto del enfoque de aprendizaje socioemocional en la competencia socioemocional de los estudiantes	Ahmed, I.	2020	Estudio sobre el impacto de un enfoque de aprendizaje socioemocional en el desarrollo de competencias socioemocionales en estudiantes.	https://eric.ed.gov/?id=EJ1270686
2	Impacto de los programas de educación emocional en el desarrollo de la competencia emocional en estudiantes	Araya, S., Urrutia, M., Chávez-Castillo, Y., Zañartu, I., & Zapata-Lamana, R.	2024	Revisión de alcance sobre los efectos de programas de educación emocional en el desarrollo de competencias emocionales en estudiantes de secundaria.	https://www.preprints.org/manuscript/202409.2266/v1
3	Intervención en educación emocional: efectos en la competencia emocional del alumnado de primaria y secundaria	Berastegui, J. C.	2024	Investigación sobre los efectos de las intervenciones en educación emocional en competencias emocionales en estudiantes de niveles primario y secundario.	https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/261792/Intervencion.pdf?sequence=1&isAllowed=y
4	El impacto de los programas de desarrollo de habilidades socioemocionales en el desarrollo social de los estudiantes de primaria	Damirchi, E.	2019	Estudio que examina el impacto de los programas de desarrollo de habilidades socioemocionales en el desarrollo social de estudiantes de primaria.	https://www.researchgate.net/publication/330496772_The_Impact_of_Social-
5	Habilidades sociales y rendimiento académico en adolescentes de secundaria	Díaz, S. A.	2020	Análisis de la relación entre habilidades sociales y rendimiento académico en adolescentes en educación secundaria.	https://revistahorizontes.org/index.php/revistahorizontes/article/view/114

6	El impacto de la mejora del aprendizaje social y emocional de los estudiantes: un metaanálisis de intervenciones universales en las escuelas	Durlak, J., Weissberg, A., & Dymnicki, R.	2011	Metaanálisis sobre el impacto de las intervenciones en aprendizaje social y emocional en el desarrollo de competencias socioemocionales en estudiantes escolares.	https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x
7	Integración de estrategias de aprendizaje socioemocional en la educación superior	Elmi, C.	2020	Estudio sobre la implementación de estrategias de aprendizaje socioemocional en el ámbito de la educación superior.	https://doi.org/10.3390/ejihpe10030061
8	Escala de competencias de aprendizaje socioemocional de estudiantes de educación secundaria	Faika, G.	2018	Desarrollo y aplicación de una escala de competencias socioemocionales para estudiantes de secundaria.	https://doi.org/10.29333/ejmste/82938
9	Perspectivas de los docentes sobre las habilidades socioemocionales y programas de aprendizaje socioemocional	Hanife, E., & Cigdem, S.	2019	Investigación sobre las opiniones de los docentes en relación con las habilidades socioemocionales y la implementación de programas de aprendizaje socioemocional.	https://eric.ed.gov/?id=EJ1137527
10	Educación emocional para el desarrollo del alumnado de Educación Primaria y Secundaria a través de la Educación Física: Revisión de la literatura	Lazo, S., Rodriguez, R., Lazo, P., & Farías, C.	2020	Revisión sobre el rol de la educación física en el desarrollo emocional de estudiantes de primaria y secundaria.	https://doi.org/10.3390/educsci10080192
11	Inteligencia emocional y habilidades sociales: componentes necesarios del aprendizaje práctico en las clases de ciencias	Norman, K., & K. R.	2021	Análisis de la importancia de la inteligencia emocional y habilidades sociales en el aprendizaje práctico de ciencias.	https://link.springer.com/article/10.1007/BF03176215

12	El impacto de la inteligencia emocional en el rendimiento académico de los estudiantes de secundaria superior en Lagos, Nigeria	Nwadinigwe y, I.	2018	Estudio sobre el efecto de la inteligencia emocional en el rendimiento académico de estudiantes de secundaria en Lagos, Nigeria.	https://hdl.handle.net/10520/EJC126563
13	Relating emotional intelligence to social competence and academic achievement in high school students	Olarte, P., & Palomera, R.	2022	Investigación que relaciona la inteligencia emocional con la competencia social y el rendimiento académico en estudiantes de secundaria.	https://www.redalyc.org/pdf/727/72709518.pdf
14	Rendimiento académico en educación primaria: relaciones con la Inteligencia Emocional y las Habilidades Sociales	Perpiñà Martí, G. S.	2021	Estudio sobre las relaciones entre inteligencia emocional, habilidades sociales y rendimiento académico en educación primaria.	https://www.researchgate.net/profile/Elisabet-Sellabona/publication/357714876_Rendimiento_academico_en_educacion_primaria_relaciones_con_la_Inteligencia_Emocional_y_las_Habilidades_Sociales_Academic_achievement_in_middle_childhood_relationships_with_Emoti
15	Los efectos de las interacciones profesor-alumno, las habilidades sociales de los estudiantes y el contexto del aula sobre las dificultades emocionales y conductuales de los estudiantes	Poulou, M.	2024	Investigación sobre cómo las interacciones en el aula y las habilidades sociales impactan en los problemas emocionales y de conducta de los estudiantes.	https://doi.org/10.1002/berj.3131
16	Habilidades sociales en los adolescentes: una revisión de la literatura científica	Quiñones, W.	2021	Revisión de literatura sobre las habilidades sociales en adolescentes, explorando factores clave para su desarrollo.	https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/25960

17	Inteligencia emocional y habilidades sociales en la autoeficacia del alumnado de Educación Secundaria	Salavera, C., & Usán, P.	2017	Análisis sobre la relación entre la inteligencia emocional, las habilidades sociales y la autoeficacia en estudiantes de secundaria, considerando diferencias de género.	https://doi.org/10.1016/j.adolescencia.2017.07.009
18	Problemas contextuales, inteligencia emocional y habilidades sociales en estudiantes de Educación Secundaria: Diferencias de género	Salavera, C., & Usán, P.	2019	Investigación sobre los problemas contextuales y su relación con la inteligencia emocional y habilidades sociales en secundaria, analizando diferencias de género.	https://doi.org/10.1016/j.amp.2018.07.008
19	The relationship of internalizing problems with emotional intelligence and social skills in secondary education students: gender differences	Salavera, C., & Usán, P.	2019	Estudio sobre la relación entre problemas internalizados y habilidades socioemocionales en estudiantes de secundaria, con un análisis por género.	https://doi.org/10.1186/s41155-018-0115-y
20	Mejorar las habilidades emocionales y sociales de los jóvenes para promover su bienestar y desarrollo positivo: una revisión sistemática de ensayos controlados aleatorios universales en escuelas	Sancassiani, F., et al.	2015	Revisión de ensayos controlados sobre la mejora de habilidades emocionales y sociales en jóvenes en un contexto escolar universal.	doi:10.2174/1745017901511010021
21	Social and emotional intelligence: Applications for developmental education	Suzanne, L.	2023	Aplicaciones de la inteligencia emocional y social en la educación del desarrollo, explorando su impacto en el crecimiento personal y social.	https://www.proquest.com/openview/9100aee6bb9f52be1c22c0e20d83ee5a/1?pq-origsite=gscholar&cbl=47765

22	Relación entre inteligencia emocional, habilidades sociales y acoso entre iguales. Un estudio con estudiantes de secundaria.	Trigueros, R., Sánchez, E., Mercader, I., & Aguilar. (2020).	Estudio sobre el rol de la inteligencia emocional en la mejora de habilidades sociales en estudiantes universitarios.	https://doi.org/10.3390/ijerph17124208
23	Efectos de la formación en habilidades sociales e inteligencia emocional en el comportamiento y la convivencia de los adolescentes del siglo XXI.	Vila, S., & Gilar, R. y. (2021).	Investigación sobre la relación entre inteligencia emocional, habilidades sociales y resiliencia en adolescentes en contextos vulnerables.	https://doi.org/10.3390/ijerph18105498

Fuente: Elaboración propia

Los hallazgos de la revisión mostraron que los programas de aprendizaje socioemocional aplicados en diferentes entornos educativos generan un impacto significativo en el desarrollo de competencias socioemocionales en los estudiantes. Aquellos que participaron en estas iniciativas no solo fortalecieron sus habilidades de autogestión y empatía, sino que también registraron mejoras en su desempeño académico. Esto sugiere que la educación emocional puede ser una estrategia eficaz para fomentar una enseñanza integral que conecte el desarrollo personal con el académico de los estudiantes.

Asimismo, se encontró una evaluación positiva entre la inteligencia emocional y las habilidades sociales, lo que tuvo un efecto beneficioso en el rendimiento académico. Los resultados destacaron que los estudiantes con mayor inteligencia emocional lograron no solo un mejor desempeño académico, sino también relaciones interpersonales más satisfactorias. Este resultado enfatiza la importancia de implementar programas educativos que aborden tanto el desarrollo cognitivo como el socioemocional, promoviendo un entorno de aprendizaje más colaborativo y enriquecedor en las aulas.

Por último, la revisión evidencia que problemas contextuales, como las dificultades emocionales y conductuales, se redujeron significativamente al fortalecer las habilidades socioemocionales de los estudiantes. Este análisis subraya la importancia de adaptar los programas a las necesidades específicas de los alumnos, teniendo en cuenta variables como el género y el entorno social. Las diferencias en la eficacia de las intervenciones según el perfil estudiantil destacan la necesidad de enfoques personalizados para enfrentar las diversas circunstancias que enfrentan los estudiantes.

4. DISCUSIÓN

La educación emocional ha emergido como un componente vital en el desarrollo integral de los estudiantes de secundaria, y diversos estudios resaltan su influencia en las habilidades sociales.

Damirchi (2019) sostiene que la educación debe ir más allá de la mera transmisión de conocimientos, buscando la formación integral del individuo. Esta perspectiva se complementa con la de Araya et al. (2024), quienes argumentan que la educación debe promover un desarrollo total de las potencialidades humanas, lo que incluye no solo aspectos cognitivos, sino también emocionales y sociales. La interrelación entre estos componentes sugiere que un enfoque educativo que integre la educación emocional no solo mejora la adaptación de los estudiantes a su entorno, sino que también potencia su capacidad de participación activa en diversas esferas de la vida.

Por otro lado, Durlak et al. (2021) y Díaz (2020) proporcionan una definición amplia de la inteligencia emocional, describiéndola como la capacidad de reconocer, comprender y gestionar las emociones propias y ajenas. Esta habilidad es crucial para el desarrollo de competencias sociales, ya que permite a los estudiantes establecer relaciones efectivas y resolver conflictos de manera constructiva. Al desarrollar estas habilidades emocionales, los adolescentes no solo mejoran su rendimiento académico, sino que también construyen un sentido de pertenencia y conexión con sus pares, lo que es fundamental en esta etapa de búsqueda de identidad.

Adicionalmente, los hallazgos de Lazo et al. (2020) y Ahmed et al. (2020) refuerzan la idea de que la inteligencia emocional se correlaciona positivamente con el rendimiento académico y la calidad de las relaciones interpersonales. Los estudiantes que muestran un alto desarrollo emocional tienden a participar menos en conflictos y a mantener amistades más duraderas, lo que subraya la importancia de fomentar estas competencias en el ámbito escolar. Berastegui (2024) complementa esta visión al señalar que la educación emocional no solo afecta las relaciones entre amigos, sino que también tiene un impacto significativo en el entorno familiar, fortaleciendo la estructura de apoyo que los adolescentes necesitan en sus años formativos.

La teoría presentada por Nwadinigwey y Obieke (2018) añade una dimensión integral a esta discusión, destacando que la educación emocional abarca componentes cognitivos, afectivos y conductuales. Esta visión holística es fundamental, ya que sugiere que el aprendizaje emocional debe ser un proceso activo, donde los estudiantes no solo adquieran conocimientos teóricos, sino que también experimenten cambios afectivos y comportamentales. Faika y Efdal (2018) argumentan que la internalización del aprendizaje, mediante el uso del lenguaje y la reflexión, permite a los estudiantes regular su comportamiento y emociones de manera efectiva, lo que, a su vez, se traduce en un mejor desempeño en sus interacciones sociales.

Por último, la revisión de la literatura evidencia que la educación emocional tiene un impacto significativo en el desarrollo de habilidades sociales en los estudiantes de secundaria. Los estudios revisados resaltan la necesidad de integrar la educación emocional de manera sistemática en los programas educativos, con el objetivo de crear un entorno de aprendizaje que no solo priorice el conocimiento académico, sino que también fomente el bienestar emocional de los estudiantes. Este enfoque integral podría ser clave para abordar problemáticas sociales actuales, como el acoso escolar y el fracaso académico, proponiendo una educación que prepare a los jóvenes para afrontar los desafíos emocionales y sociales de su entorno, contribuyendo a su desarrollo personal y social en un mundo cada vez más complejo.

5. CONCLUSIÓN

Las conclusiones del presente estudio resaltaron la importancia de la educación emocional como un factor determinante en el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de secundaria. A través de la revisión exhaustiva de estudios previos, se evidenció que la implementación de programas de aprendizaje socioemocional contribuyó significativamente a mejorar las competencias interpersonales de los jóvenes. Estos programas no solo facilitaron el desarrollo de habilidades sociales, como la empatía y la comunicación efectiva, sino que también fomentaron un ambiente escolar más positivo, donde los estudiantes se sintieron más seguros y apoyados en sus interacciones.

Asimismo, se observó que los estudiantes que participaron en programas de educación emocional mostraron un notable aumento en su rendimiento académico. Este hallazgo sugiere que el desarrollo de habilidades socioemocionales no solo es beneficioso para las relaciones interpersonales, sino que también tiene un impacto directo en el desempeño académico de los jóvenes. Por lo tanto, integrar la educación emocional en el currículo escolar se convierte en una estrategia esencial para promover no solo el bienestar emocional, sino también el éxito académico de los estudiantes.

Otro aspecto relevante que emergió de la revisión fue la identificación de problemas contextuales que afectan a los estudiantes, como dificultades emocionales y comportamentales. La evidencia recopilada mostró que, al abordar estas dificultades a través de la educación emocional, se lograron mejorar las relaciones en el aula y reducir conflictos entre los estudiantes. Esta mejora en el clima escolar no solo benefició a los alumnos, sino que también proporcionó a los docentes un entorno más favorable para la enseñanza, lo que subraya la necesidad de considerar el bienestar emocional como parte integral del proceso educativo.

Finalmente, se concluyó que el desarrollo de la inteligencia emocional y las habilidades sociales en los estudiantes de secundaria debe ser una prioridad en las políticas educativas. Los resultados indicaron que, al fortalecer estas competencias, se empodera a los jóvenes para enfrentar los retos de su vida cotidiana y se les prepara para contribuir positivamente a su comunidad. Por lo tanto, es esencial promover la inclusión de la educación emocional en los programas de formación docente y en los planes de estudio, garantizando así que todos los estudiantes tengan acceso a estas valiosas herramientas para su desarrollo personal y social.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ahmed, I. (2020). Efecto del enfoque de aprendizaje socioemocional en la competencia socioemocional de los estudiantes. *Revista de la Sociedad Española de Normalización*, 663-676. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1270686>
- Araya, S., Urrutia, M., Chávez-Castillo, Y., Zañartu, I., & Zapata-Lamana, R. (2024). Impacto de los programas de educación emocional en el desarrollo de la competencia emocional en estudiantes de secundaria: una revisión de alcance. *Preprints*. <https://doi.org/10.20944/preprints202409.2266.v1>
- Berastegui, J. C. (2024). Intervención en educación emocional: efectos en la competencia emocional del alumnado de primaria y secundaria. *Revista complutense de educación*, 35(1), 187-197.

- <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/261792/Intervencion.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Damirchi, E. (2019). El impacto de los programas de desarrollo de habilidades socioemocionales en el desarrollo social de los estudiantes de primaria. *Research Gate*, 4(16), 202-206. https://www.researchgate.net/publication/330496772_The_Impact_of_Social-Emotional_Learning_Skills_Programs_on_Social_Development_Among_Primary_School_Students
- Díaz, S. A. (2020). Habilidades sociales y rendimiento académico en adolescentes de secundaria. *Revista de Investigación en Ciencias de la Educación, Horizontes*, 4(15), 267-276. doi:<https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v4i15.114>
- Durlak, J., Weissberg, A., & Dymnicki, R. y. (03 de feb de 2011). El impacto de la mejora del aprendizaje social y emocional de los estudiantes: un metaanálisis de intervenciones universales en las escuelas. doi:<https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>
- Elmi, C. (10 de agos de 2020). Integración de estrategias de aprendizaje socioemocional en la educación superior. *Revista Europea de Investigación Psicología de la salud.*, 10(3), 848-858. doi:<https://doi.org/10.3390/ejihpe10030061>
- Faika, G. y. (14 de ene de 2018). Escala de competencias de aprendizaje socioemocional de estudiantes de educación secundaria. *Revista Eurasia de Educación en Matemáticas, Ciencias y Tecnología*, 14(4), 1295-1304. doi:<https://doi.org/10.29333/ejmste/82938>
- Fernández-Berrocal, P., Cabello, R., Gutiérrez-Cobo, MJ y Fernández-Medina, P. (2023). La importancia de la inteligencia emocional en la adolescencia: avances recientes y aplicaciones educativas. *Revista de investigación emocional*, 12(3), 201-219.<https://doi.org/10.1016/j.jemres.2023.201>
- Goleman, D. (1995). Inteligencia emocional: por qué puede ser más importante que el cociente intelectual.
- Hanife, E., & y Cigdem, S. (2019). Perspectivas de los docentes sobre las habilidades socioemocionales y programas de aprendizaje socioemocional. *Revista de Educación y Práctica*, 8(7), 205-215. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1137527>
- Lazo, S., Rodriguez, R., Lazo, P., & Farías, C. y. (2020). Educación emocional para el desarrollo del alumnado de Educación Primaria y Secundaria a través de la Educación Física: Revisión de la literatura. *Revista Ciencias de la Educación*, 10(8), 1-12. doi:<https://doi.org/10.3390/educsci10080192>
- Mestre, JM y Guil, R. (2024). La educación emocional en adolescentes: fundamentos teóricos y prácticos para su implementación en el aula. <https://d.o/1/j.psicoedu.2024.0061>
- Norman, K. &-R. (jul de 2021). Inteligencia emocional y habilidades sociales: componentes necesarios del aprendizaje práctico en las clases de ciencias. *Springer Nature*, 13(1), 1-8. <https://link.springer.com/article/10.1007/BF03176215>
- Nwadinigwey, I. y. (2018). El impacto de la inteligencia emocional en el rendimiento académico de los estudiantes de secundaria superior en Lagos, Nigeria. *Revista Científica Sabinet*, 3(4), 23-75. doi:<https://hdl.handle.net/10520/EJC126563>
- Olarte, P., & Palomera, R. y. (2022). Relating emotional intelligence to social competence and academic achievement in high school students. *Revista Psicothema*, 18(1), 118-123. <https://www.redalyc.org/pdf/727/72709518.pdf>
- Perpiñà Martí, G. S. (2021). Rendimiento académico en educación primaria: relaciones con la Inteligencia Emocional y las Habilidades Sociales. *Revista de educación.*, 291-319. https://www.researchgate.net/profile/Elisabet-Sellabona/publication/357714876_Rendimiento_academico_en_educacion_primaria_relaciones_con_la_Inteligencia_Emocional_y_las_Habilidades_Sociales_Academic_achievement_in_middle_childhood_relationships_with_Emoti
- Poulou, M. (2024). Los efectos de las interacciones profesor-alumno, las habilidades sociales de los estudiantes y el contexto del aula sobre las dificultades emocionales y conductuales de los estudiantes. 40(6), 986-1004. <https://doi.org/10.1002/berj.3131>
- Quiñones, W. (2021). Habilidades sociales en los adolescentes: una revisión de la literatura científica. Lima: Child development. <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/25960>
- Salavera, C., & Usán, P. y. (2017). Inteligencia emocional y habilidades sociales en la autoeficacia del alumnado de Educación Secundaria. ¿Existen diferencias de género. *Revista de la adolescencia*, 60(1), 39-46. <https://doi.org/10.1016/j.adolescencia.2017.07.009>
- Salavera, C., & Usán, P. y. (2019). Problemas contextuales, inteligencia emocional y habilidades sociales en estudiantes de Educación Secundaria. Diferencias de género. *Revista Annales Médico-psychologiques, revista psiquiátrica*, 177(3), 223-230. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2018.07.008>

- Salavera, C., & Usán, P. y. (2019). The relationship of internalizing problems with emotional intelligence and social skills in secondary education students: gender differences. *Revista Scielo*, 32(4), 32. <https://doi.org/10.1186/s41155-018-0115-y>
- Sancassiani, F., Pintus, E., Holte, A., Pedro, P., Moro, M., Cossu, J., . . . Mauro, G. y. (2015). Mejorar las habilidades emocionales y sociales de los jóvenes para promover su bienestar y desarrollo positivo: una revisión sistemática de ensayos controlados aleatorios universales en escuelas. *Práctica clínica y epidemiología en salud mental*, 11(1), 1-21. doi:10.2174/1745017901511010021
- Suzanne, L. (2023). Social and emotional intelligence: Applications for developmental education. *Journal of Developmental Education*, 26(3), 28-34. <https://www.proquest.com/openview/9100ace6bb9f52be1c22c0e20d83ee5a/1?pq-origsite=gscholar&cbl=47765>
- Trigueros, R., Sánchez, E., Mercader, I., & Aguilar. (2020). Relación entre inteligencia emocional, habilidades sociales y acoso entre iguales. Un estudio con estudiantes de secundaria. *J. Environ. Res. Public Health*, 17(12), 4208. <https://doi.org/10.3390/ijerph17124208>
- Vila, S., & Gilar, R. y. (2021). Efectos de la formación en habilidades sociales e inteligencia emocional en el comportamiento y la convivencia de los adolescentes del siglo XXI. *Revista de Investigación Salud Pública*, 18(10), 5948. <https://doi.org/10.3390/ijerph18105498>.

Conflicto de Intereses: Los autores afirman que no existen conflictos de intereses en este estudio y que se han seguido éticamente los procesos establecidos por esta revista. Además, aseguran que este trabajo no ha sido publicado parcial ni totalmente en ninguna otra revista.

Financiación: Los autores declaran que este estudio no recibió ningún tipo de financiación externa por parte de agencias públicas, privadas, ni de organizaciones sin ánimo de lucro. Todas las actividades de investigación, análisis y desarrollo fueron realizadas con recursos.

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA:

Flor Magdalena Jimbo Román (FMJR)

1. Conceptualización: (FMJR)
2. Curación de datos: (FMJR)
3. Análisis formal: (FMJR)
4. Adquisición de fondos: (FMJR)
5. Investigación: (FMJR)
6. Metodología: (FMJR)
7. Administración del proyecto: (FMJR)
8. Recursos: (FMJR)
9. Software: (FMJR)
10. Supervisión: (FMJR)
11. Validación: (FMJR)
12. Visualización: (FMJR)
13. Redacción – borrador original: (FMJR)
14. Redacción – revisión y edición: (FMJR)