

# Educación emocional como una herramienta para mejorar el proceso educativo en Colombia: una revisión documental

## Emotional education as a tool to improve the educational process in Colombia: A documentary review



Hili Ruth Cuadrado Iguaran\*

<https://orcid.org/0009-0002-2067-6879>

Plato, Departamento del Magdalena / Colombia

**Recibido:** Marzo / 6 / 2024 **Revisado:** Marzo / 10 / 2024 **Aprobado:** Abril / 20 / 2024

Como citar: Cuadrado, I. H. R. (2024). Educación emocional como una herramienta para mejorar el proceso educativo en Colombia: una revisión documental. *Revista Digital de Investigación y Postgrado*, 5(10), 173-181

\* Estudiante de Doctorado en Humanidades, Mención Educación, Instituto de Estudios Superiores de Investigación y Postgrado, San Cristóbal – Venezuela. Magister en Gestión de la Informática Educativa, Universidad de Santander UDES. Docente, Institución Educativa Luis Carlos Galán Sarmiento, Plato-Magdalena- Colombia. E-mail: hirci15@hotmail.com



## Resumen

La educación emocional se ha convertido en una herramienta clave para mejorar el proceso educativo en Colombia, según una revisión documental realizada. El objetivo de este estudio fue analizar el impacto de la educación emocional en el rendimiento académico, la convivencia escolar y el bienestar emocional de los estudiantes. Los hallazgos teóricos encontrados resaltan que la educación emocional promueve habilidades como la autoconciencia, la auto regulación, la empatía y las habilidades sociales, lo que contribuye a un mejor desarrollo personal y académico de los estudiantes. Además, se evidenció que la educación emocional ayuda a reducir la ansiedad, el estrés y los comportamientos agresivos en el entorno escolar. En conclusión, la educación emocional es una herramienta efectiva para mejorar el proceso educativo en Colombia, fomentando un ambiente escolar más sano y propicio para el aprendizaje.

**Palabras clave:** Educación, emoción, práctica pedagógica, Colombia.

## Abstract

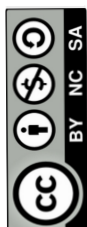
Emotional education has become a key tool to improve the educational process in Colombia, according to a documentary review carried out. The objective of this study was to analyze the impact of emotional education on academic performance, school coexistence and emotional well-being of students. The theoretical findings highlight that emotional education promotes skills such as self-awareness, self-regulation, empathy and social skills, which contributes to better personal and academic development of students. In addition, it was shown that emotional education helps reduce anxiety, stress and aggressive behaviors in the school environment. In conclusion, emotional education is an effective tool to improve the educational process in Colombia, promoting a healthier school environment that is conducive to learning.

**Keywords:** Education, emotion, pedagogical practice, Colombia.

## Introducción

En el ámbito educativo contemporáneo, el reconocimiento de la importancia de las emociones en el proceso de aprendizaje ha adquirido una relevancia cada vez mayor. La educación emocional se ha posicionado como una herramienta fundamental para potenciar el desarrollo integral de los individuos, promoviendo habilidades que van más allá de lo meramente académico. En este contexto, surge la necesidad de explorar a fondo el impacto de la educación emocional en el ámbito educativo, con el propósito de comprender de manera más profunda cómo puede influir en la calidad de la enseñanza y el aprendizaje.

El objetivo principal de este artículo es realizar una exhaustiva revisión documental sobre la educación emocional como una herramienta para mejorar el proceso educativo. A través de un análisis detallado de investigaciones previas, estudios empíricos y teorías relevantes, se busca abordar la importancia de integrar la educación emocional en los sistemas educativos, identificar



sus beneficios y desafíos, y explorar cómo puede contribuir de manera significativa al desarrollo académico, social y emocional de los estudiantes. En este contexto, la pregunta central que guía esta revisión documental es: ¿En qué medida la educación emocional puede mejorar la calidad del proceso educativo y promover un aprendizaje más significativo y equilibrado en los estudiantes? Para responder a esta interrogante, es esencial analizar en profundidad cómo las competencias emocionales impactan en el rendimiento académico, la gestión de las emociones, la resolución de conflictos, la empatía y las relaciones interpersonales en el contexto escolar. Asimismo, se pretende explorar cómo la integración de la educación emocional en el currículo educativo puede contribuir a la formación integral de los estudiantes, preparándolos de manera más efectiva para afrontar los retos y demandas de la sociedad actual.

En el transcurso de este artículo, se abordarán diversos aspectos relacionados con la educación emocional y su impacto en el proceso educativo. En primer lugar, se realizará una revisión teórica sobre el concepto de educación emocional, su evolución histórica, fundamentos psicológicos y pedagógicos, así como los modelos y enfoques más relevantes en este campo. Se analizarán las competencias emocionales clave que se buscan desarrollar a través de la educación emocional, tales como la conciencia emocional, la regulación emocional, la empatía, la gestión del estrés y la resolución de conflictos.

Posteriormente, se examinarán los beneficios de la educación emocional en el ámbito educativo, centrándose en cómo puede mejorar el clima escolar, fortalecer las relaciones entre los miembros de la comunidad educativa, reducir la violencia y el acoso escolar, así como potenciar el bienestar emocional y el rendimiento académico de los estudiantes. Se presentarán evidencias empíricas que respaldan la eficacia de los programas de educación emocional en diferentes contextos educativos y se discutirán las implicaciones prácticas de su implementación.

Además, se analizarán los desafíos y limitaciones asociados con la integración de la educación emocional en el sistema educativo, tales como la resistencia al cambio, la falta de formación del profesorado, la evaluación de las competencias emocionales y la necesidad de adaptar los programas a las características y necesidades específicas de los estudiantes. Se explorarán estrategias para superar estos obstáculos y se plantearán recomendaciones para promover una mayor inclusión y efectividad de la educación emocional en las escuelas. De allí que, se reflexionará sobre el papel de la educación emocional en la formación de ciudadanos competentes, responsables y comprometidos con su entorno social, capaces de afrontar los desafíos de una sociedad cada vez más diversa y cambiante.

Por ende, en el contexto colombiano, donde existen altos niveles de violencia, desigualdad social y falta de oportunidades, la educación emocional puede desempeñar un papel crucial en el desarrollo integral de los estudiantes. Al proporcionarles las herramientas necesarias para comprender y gestionar sus emociones, se les empodera para enfrentar los desafíos de manera más efectiva, promoviendo así su bienestar y su éxito académico, por lo que, al comprender su importancia y su impacto potencial, se espera que este estudio contribuya a fortalecer las políticas y prácticas educativas en el país, promoviendo un enfoque más integral y centrado en el bienestar de los estudiantes.



## Retos del sistema educativo colombiano y la educación emocional

El sistema educativo colombiano se enfrenta a una serie de desafíos que impactan directamente en la calidad de la educación ofrecida a los estudiantes. Entre estos desafíos se encuentran la desigualdad social, la falta de recursos, la brecha digital, la violencia en las escuelas y la desconexión emocional en el aula. En este contexto, la educación emocional emerge como una herramienta fundamental para abordar estos retos y promover un ambiente educativo más inclusivo, equitativo y enriquecedor.

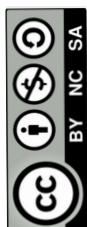
La desigualdad social en Colombia se refleja en las marcadas disparidades en el acceso a una educación de calidad. Según [Blanco \(2022\)](#), el país ha logrado avances significativos en términos de cobertura educativa; sin embargo, persisten desafíos relacionados con la calidad y la equidad. La falta de recursos en muchas instituciones educativas, especialmente en zonas rurales y marginadas, limita las oportunidades de aprendizaje de los estudiantes y dificulta la labor de los docentes.

La brecha digital es otro obstáculo importante que enfrenta el sistema educativo colombiano, especialmente exacerbado por la pandemia de COVID-19. Aunque se han implementado estrategias de educación a distancia para garantizar la continuidad del aprendizaje, muchos estudiantes carecen de acceso a dispositivos y conectividad adecuada, lo que profundiza las desigualdades existentes. Esta situación resalta la necesidad de fortalecer las competencias digitales de los docentes y garantizar una educación inclusiva y accesible para todos.

La violencia en las escuelas constituye un desafío adicional que afecta el bienestar emocional y el rendimiento académico de los estudiantes. El acoso escolar, la discriminación y el maltrato entre pares son problemáticas que pueden generar altos niveles de estrés, ansiedad y traumatismo en los estudiantes, dificultando su proceso de aprendizaje y desarrollo personal. Es fundamental implementar estrategias para prevenir y abordar la violencia en las escuelas, promoviendo un ambiente seguro y acogedor para todos los miembros de la comunidad educativa.

La desconexión emocional en el aula es un aspecto que también influye en la calidad de la educación impartida en Colombia. La falta de atención a las necesidades emocionales de los estudiantes y la ausencia de herramientas para gestionar sus emociones pueden limitar su capacidad de concentración, autocontrol y relaciones interpersonales. La educación emocional se presenta como una respuesta a esta problemática, ofreciendo un enfoque integral que promueve el desarrollo de habilidades socioemocionales en los estudiantes ([Verdugo, 2021](#)). En este sentido, la educación emocional es el proceso educativo a través del cual se adquieren habilidades para reconocer, comprender, expresar y regular las emociones propias y ajenas de manera efectiva. Al incorporar la educación emocional en el currículo escolar, se brinda a los estudiantes la oportunidad de desarrollar competencias clave como la conciencia emocional, la empatía, la resolución de conflictos y la autoestima, que son fundamentales para su bienestar personal y su éxito académico ([García, 2012](#)).

Para [Ensuncho y Aguilar \(2022\)](#), la educación emocional no solo se centra en el desarrollo de



habilidades individuales, sino que también promueve la creación de ambientes educativos más positivos y colaborativos. Al fomentar la inteligencia emocional en el aula, se fortalecen las relaciones entre los estudiantes, los docentes y las familias, creando un clima escolar propicio para el aprendizaje y la convivencia. Además, la educación emocional contribuye a la prevención del acoso escolar, la mejora del clima escolar y la promoción de valores como la empatía, la tolerancia y la solidaridad. En el contexto colombiano, la implementación de la educación emocional enfrenta varios desafíos que requieren atención y acción por parte de las autoridades educativas, los docentes, los padres y la sociedad en su conjunto. Es fundamental proporcionar formación continua en educación emocional a los docentes, para que puedan integrar de manera efectiva estas competencias en su práctica pedagógica y acompañar a los estudiantes en su desarrollo emocional.

### Clima emocional en los ambientes de aprendizaje

El clima emocional en los ambientes de aprendizaje es un aspecto fundamental que influye directamente en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Se refiere al conjunto de emociones, sentimientos y actitudes que se viven y se perciben en el entorno educativo, ya sea en el aula, en la institución escolar o en cualquier otro espacio donde se lleve a cabo el aprendizaje. Estas emociones pueden ser tanto positivas como negativas, y su impacto en el rendimiento académico y en el bienestar emocional de los estudiantes es significativo.

Por ello, se relaciona con la calidad de las relaciones interpersonales entre docentes y estudiantes, entre los propios estudiantes, y entre los diferentes miembros de la comunidad educativa. Según [Fierro et al. \(2021\)](#), un clima emocional positivo en el contexto escolar se caracteriza por la presencia de apoyo emocional, respeto, confianza, comunicación abierta, colaboración y una atmósfera de seguridad psicológica. Por otro lado, un clima emocional negativo se caracteriza por el conflicto, la falta de apoyo y de respeto, la desconfianza, la comunicación inadecuada y una atmósfera de inseguridad.

El impacto es evidente en diversos aspectos. En primer lugar, afecta el rendimiento académico de los estudiantes. Estudios han demostrado que un clima emocional positivo en el aula se relaciona con un mayor compromiso académico, una mayor motivación para aprender, un mejor desempeño en las evaluaciones y una mayor satisfacción con la experiencia educativa. Por el contrario, un clima emocional negativo se ha asociado con un menor rendimiento académico, mayores niveles de ansiedad y estrés, y una actitud negativa hacia la escuela y el aprendizaje.

Además, el clima emocional en los ambientes de aprendizaje también influye en el bienestar emocional de los estudiantes. Un ambiente escolar que promueva emociones positivas como la alegría, la satisfacción, la gratitud y la autoestima contribuye al bienestar emocional de los estudiantes, favoreciendo su desarrollo personal y su salud mental ([Barrientos et al., 2019](#)). Por el contrario, un ambiente escolar marcado por emociones negativas como el miedo, la tristeza, la frustración y la soledad puede tener efectos adversos en la salud emocional de los estudiantes, aumentando el riesgo de problemas como la depresión, la ansiedad y el estrés postraumático.



De igual forma, no se circunscribe únicamente a los estudiantes, sino que también afecta a los docentes y al resto de miembros de la comunidad educativa. Un clima emocional positivo en la escuela se refleja en un mayor bienestar emocional y en una mayor satisfacción laboral por parte de los docentes, lo que a su vez se traduce en una mayor motivación para enseñar, una mayor eficacia pedagógica y una menor tasa de burnout (Tapia y Nieto, 2018). Por el contrario, un clima emocional negativo puede llevar a un aumento del estrés laboral, una menor satisfacción en el trabajo y una disminución del compromiso con la enseñanza.

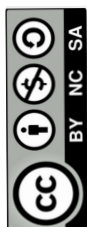
En consecuencia, es importante que los responsables de la educación, tanto en el ámbito gubernamental como en el ámbito escolar, presten atención al clima emocional en los ambientes de aprendizaje y promuevan estrategias para fomentar un ambiente emocional positivo. Por tal motivo, es fundamental que los docentes y los miembros de la comunidad educativa se muestren empáticos y comprensivos con las emociones y las necesidades de los estudiantes. La empatía ayuda a crear vínculos de confianza y respeto, y fomenta un ambiente de aceptación y comprensión mutua. También, la comunicación juega un papel crucial en la construcción de un clima emocional positivo. Es importante que los docentes fomenten una comunicación abierta y asertiva en el aula, donde los estudiantes se sientan seguros para expresar sus emociones, opiniones y preocupaciones sin temor a ser juzgados.

No obstante, los estudiantes necesitan sentirse apoyados y acompañados emocionalmente en su proceso de aprendizaje. Los docentes y el resto de miembros de la comunidad educativa pueden ofrecer orientación, contención y afecto a los estudiantes, reforzando su autoestima y su confianza en sí mismos. La colaboración y el trabajo en equipo en el aula favorecen la creación de un clima emocional positivo, donde se promueve la solidaridad, la cooperación y el respeto por las diferencias. Los docentes pueden implementar actividades colaborativas que fomenten el trabajo en equipo y la integración de todos los estudiantes (Collazos y Mendoza, 2006). Por ende, es un factor determinante en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Un ambiente escolar marcado por emociones positivas favorece el rendimiento académico, el bienestar emocional y la satisfacción de los estudiantes, docentes y demás miembros de la comunidad educativa. Por el contrario, un clima emocional negativo puede tener efectos perjudiciales en la salud emocional y en el desempeño académico de los estudiantes, así como en la motivación y la satisfacción laboral de los docentes.

### La educación emocional como referente transformador en la práctica pedagógica

La educación emocional se ha ido posicionando como un referente transformador en la práctica pedagógica en los últimos años, ya que se ha demostrado que el desarrollo de competencias emocionales en los estudiantes es fundamental para su bienestar y éxito académico, así como para su desarrollo personal y social. En este sentido, la educación emocional se enfoca en el desarrollo de habilidades para identificar, comprender, expresar y regular emociones de manera saludable y constructiva.

Según Goleman (1995), la inteligencia emocional se define como la capacidad de reconocer



los propios sentimientos y los de los demás, de motivarse a sí mismo y de dirigir adecuadamente las emociones en uno mismo y en las relaciones con los demás. Esta definición destaca la importancia de las habilidades emocionales en el desarrollo integral de las personas, y su relevancia en diferentes ámbitos de la vida, incluyendo el ámbito académico. En el ámbito educativo, la educación emocional se ha convertido en una herramienta fundamental para fomentar el bienestar emocional de los estudiantes, promover el clima escolar positivo, prevenir el bullying y otras conductas violentas, mejorar la convivencia escolar y potenciar el rendimiento académico. Según [García y Roqueta \(2017\)](#), la educación emocional contribuye a la formación integral de los estudiantes, permitiéndoles desarrollar habilidades para afrontar situaciones de estrés, resolver conflictos de manera adecuada, mejorar la comunicación interpersonal, y fomentar la empatía y la cooperación.

En este sentido, la educación emocional se ha convertido en un referente transformador en la práctica pedagógica, ya que impulsa un cambio de paradigma en la forma de concebir la educación, pasando de un enfoque centrado exclusivamente en el desarrollo cognitivo de los estudiantes, a un enfoque que integra el desarrollo emocional como parte fundamental del proceso educativo. Para [Vivas \(2003\)](#), la educación emocional promueve un enfoque holístico en la educación, que reconoce la importancia de las emociones en el aprendizaje, la motivación y el bienestar de los estudiantes.

Tomando en cuenta los aportes de [García \(2012\)](#), la educación emocional se basa en el modelo de las habilidades emocionales, que incluyen la conciencia emocional, la autorregulación emocional, la automotivación, la empatía y la competencia social. Estas habilidades son fundamentales para el desarrollo de una inteligencia emocional saludable, que permite a los estudiantes afrontar situaciones de estrés, regular sus emociones de manera adecuada, mantener una actitud positiva ante los desafíos, comprender las emociones de los demás y establecer relaciones interpersonales saludables.

Además, la educación emocional ayuda a los estudiantes a desarrollar la empatía, es decir, la capacidad de ponerse en el lugar de los demás y comprender sus emociones. En este orden, [Rodríguez et al. \(2020\)](#), manifiesta que la empatía es una habilidad fundamental para establecer relaciones interpersonales saludables y resolver conflictos de manera positiva. Por lo tanto, es importante que los educadores fomenten la empatía entre sus alumnos a través de actividades que promuevan la colaboración, el respeto y la solidaridad. Otro aspecto importante de la educación emocional en la práctica pedagógica es la promoción de un ambiente emocionalmente seguro y acogedor en el aula. Por tanto, los estudiantes aprenden mejor cuando se sienten seguros, aceptados y comprendidos por sus profesores y compañeros. Por lo tanto, es fundamental que los educadores creen un ambiente de confianza y respeto mutuo en el aula, donde los estudiantes se sientan libres de expresar sus emociones y opiniones sin miedo a ser juzgados.

De ahí que, la educación emocional es un referente transformador en la práctica pedagógica, ya que promueve el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes, les ayuda a ges-



tionar sus emociones de manera saludable, a desarrollar la empatía y a establecer relaciones interpersonales positivas. Por lo tanto, es fundamental que los educadores integren la educación emocional en su práctica pedagógica y se enfoquen en cultivar un ambiente emocionalmente seguro y acogedor en el aula, donde los estudiantes puedan desarrollarse de manera integral.

## Conclusiones

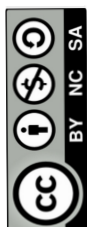
La educación emocional se presenta como una herramienta fundamental para mejorar el proceso educativo en Colombia, ya que permite el desarrollo integral de los estudiantes, fortaleciendo sus habilidades socioemocionales. La revisión documental realizada evidencia la importancia de incluir la educación emocional como parte del currículo educativo en Colombia, considerando su impacto positivo en el bienestar de los estudiantes y en su rendimiento académico. De igual manera, la implementación de programas de educación emocional en las instituciones educativas colombianas podría contribuir a la prevención de problemas como el bullying, la violencia escolar y el bajo rendimiento académico, promoviendo un ambiente escolar más inclusivo y respetuoso.

Del mismo modo, los docentes desempeñan un papel clave en la promoción de la educación emocional, ya que son quienes interactúan directamente con los estudiantes y pueden influir en su desarrollo socioemocional de manera significativa. Es necesario que las autoridades educativas en Colombia promuevan la formación continua de los docentes en habilidades socioemocionales y en la implementación de estrategias de educación emocional en el aula, para garantizar el éxito de estos programas, por lo que la educación emocional no solo beneficia a los estudiantes, sino también a los docentes, quienes pueden mejorar su bienestar emocional y su capacidad para gestionar situaciones conflictivas en el aula.

La inclusión de la educación emocional en el sistema educativo colombiano requiere de un compromiso por parte de las autoridades, los docentes, los padres de familia y la comunidad en general, para trabajar de manera conjunta en el fortalecimiento de las habilidades socioemocionales de los estudiantes. Todo esto, se presenta como una herramienta efectiva para mejorar el proceso educativo en Colombia, fomentando el desarrollo integral de los estudiantes y promoviendo un clima escolar propicio para el aprendizaje y la convivencia pacífica. Su implementación requiere de un enfoque integral y colaborativo entre todos los actores involucrados en el ámbito educativo.

## Referencias

- Barrientos, A., Sánchez, R., y Arigita, A. (2019). Formación emocional del profesorado y gestión del clima de su aula. *Praxis & Saber*, 10(24), 119-141. <https://doi.org/10.19053/22160159.v10.n25.2019.9894>
- Blanco, A. (2022). El sistema educativo colombiano, realidades y retos a superar. *Revista Dialogus*, (5), 47-58. <https://doi.org/10.37594/dialogus.vi5.431>





Collazos, C., y Mendoza, J. (2006). Cómo aprovechar el "aprendizaje colaborativo" en el aula. *Educación y Educadores*, 9(2), 61-76. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83490204>

Ensuncho, C., y Aguilar, G. (2022). La educación emocional: un nuevo paradigma. *Revista Digital Educación y Territorios*, 1 (2), 2-27. [https://www.researchgate.net/publication/359845128\\_La\\_educacion\\_La\\_educacion\\_emocional\\_un\\_emocional\\_un\\_nuevo\\_nuevo\\_paradigma\\_paradigma](https://www.researchgate.net/publication/359845128_La_educacion_La_educacion_emocional_un_emocional_un_nuevo_nuevo_paradigma_paradigma)

Fierro, S., Velázquez, N., y Fernández, C. (2021). La influencia del clima de aula sobre las emociones del alumnado. *Retos*, 42, 434-442. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7986351.pdf>

García, I., y Roqueta, C. (2017). La educación emocional como método para mejorar los problemas de conducta de los niños y niñas Una experiencia llevada a cabo en República Dominicana. *Fòrum de Recerca*, 22, 81-91. <https://core.ac.uk/download/pdf/232116445.pdf>

