

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

Hili Cuadrado Iguarán

<https://doi.org/10.59654/86fgsf79>



## ***Educación Emocional***

La educación emocional se ha convertido en una herramienta clave para mejorar el proceso educativo en Colombia.

## ***Objetivos***

Analizar el impacto de la educación emocional en el rendimiento académico, la convivencia escolar y el bienestar emocional de los estudiantes.



## ***Hallazgos teóricos***

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.

## ***Evidencias***

La educación emocional ayuda a reducir la ansiedad, el estrés y los comportamientos agresivos en el entorno escolar.



## ***Herramientas***

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.

